

# Le Potager fleuri

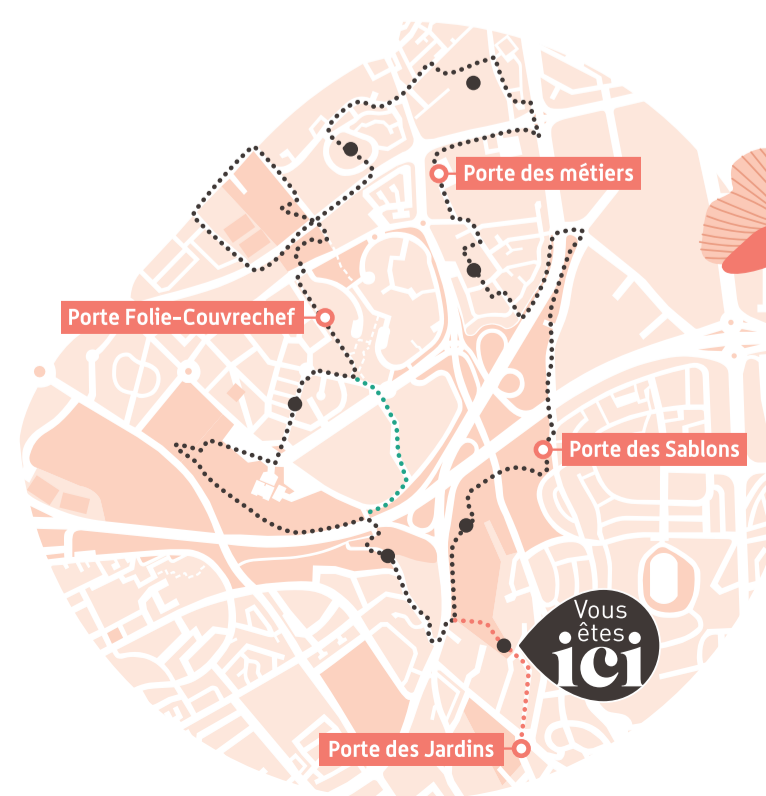
**L**e long de la rue des jardins, vous pouvez admirer un magnifique exemple de potager fleuri en cœur de ville. Les fleurs et les légumes se côtoient. En effet, les végétaux peuvent se rendre de nombreux services : repousser les parasites, fertiliser le sol, attirer les insectes pollinisateurs et faire de l'ombre ! Dans le monde jardinier, on donne aux fleurs qu'il est bon d'associer avec les légumes le nom de « **plantes compagnes** ». Plusieurs fleurs sont conseillées : le souci, l'œillet d'inde, la capucine et le cosmos. Si l'on prend l'exemple des cosmos, ils poussent vite, améliorent la terre de votre jardin avec leurs racines : ils sont parfaits pour des terres tassées ou compactées. Plantez-les près des choux – ils font fuir la piéride – ou des tomates. On parle souvent d'une dizaine de plantes compagnes mais en vérité il y en a plus, puisqu'en font également partie toutes les autres fleurs que vous pouvez mettre au potager – la liste est infinie ! Toutes les plantes mellifères en général font des plantes compagnes au potager : sauges des prés, nielles des blés, marguerites, coquelicots, escholtzias, lavandes, mauves, etc. Et si vous avez l'intention de récupérer des graines, laissez toujours des plants « monter » en graine – persil, coriandre, radis, laitues... Ce sont autant de fleurs qui attireront les insectes, avant que vous ne récoltiez vos futures semences !



## Le saviez-vous ?

- Caen est traversée par trois sentiers de grande randonnée :
  - Le sentier **GRP®** (Grande randonnée de Pays) de Caen à la mer. Il mène jusqu'à Arromanches pour rejoindre le GR® 223 qui longe le littoral et rallie Ouistreham. Cette boucle de 92 kilomètres croise le GR® 36 pour atteindre Caen.
  - Pour ce qui est du **GR® 36**, il relie la Manche à la mer méditerranée sur 1 916 kilomètres de Ouistreham à Bourg-Madame dans les Pyrénées orientales.
  - Le **GR® 221C** est une variante entre Roucampes et Caen.
- Les GR® sont entretenus par des bénévoles appelés **baliseurs** et rattachés à la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Le balisage et la signalisation des itinéraires de randonnée pédestre sont régis par une **charte officielle**. Celle-ci apporte une cohérence sur tout le territoire et garantit la qualité des matériaux et des procédés de fabrication (respect de l'environnement des sentiers, durabilité des matériaux et des couleurs utilisés, etc.).

En savoir plus : [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr) : La France des GR® de Sylvain Bazin, Éditions Glénat, 2020.



RETROUVEZ  
LES SENTIERS NATURE

