

SITUATION



IDEAL - Initiatives Développement Emploi Aude Littoral

Parc d'Activités de La Coupe

29, rue Nicolas Leblanc

11100 Narbonne

Tél. : 04 68 42 45 27 - Fax : 04 68 41 77 75

www.ideal-asso.eu

CONTEXTE HISTORIQUE



Le jardin d'inspiration médiévale initialement jardin public a vu le jour courant septembre 2010 et s'inscrit dans la volonté de la municipalité de créer un circuit touristique et historique. Cet espace vert a été aménagé en suivant l'architecture des jardins médiévaux. Il est fidèle à l'esprit de l'époque médiévale où le jardin prodiguait nourriture, soins, teintures et quiétude.

PETIT HISTORIQUE DES JARDINS MÉDIÉVAUX

Les Jardins Médiévaux

Sont des jardins clos situés aux abords ou dans l'enceinte d'un château fort, une abbaye, un monastère...

Ils peuvent comprendre des structures construites ; bancs, puits, fontaines, allées.

Les plantes sont ordonnées en espaces cultivés, eux-mêmes délimités par des bordures de bois, des plates bandes ou des plessis d'osier tressé, de **coudriers*** ou de châtaigniers.

L'Herbularius (jardin des simples) : plantes aromatiques et médicinales).



Plantes des fièvres et des refroidissements.

Plantes des femmes (problèmes féminins).

Plantes ovalaires (traumatismes).

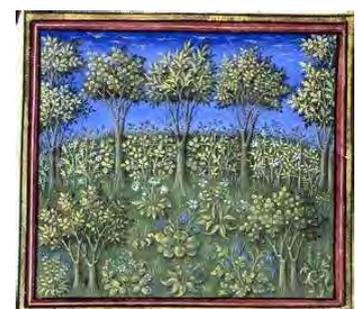
Plantes purge (équilibre des humeurs).

Plantes de maux de ventre.



L'Hortus (jardin potager) est divisé en neuf carrés. On y trouve oignons, poireaux, panais, ail, coriandre, fenouil, épinard, aneth, thym sarriette, bettes, basilic, marjolaine, navets, pois chiches, chou, pourpier, carottes, fèves, concombres, melons, épeautre, sarrasin, froment, millet, avoine, pois, livèche.

Le viridarum (berger d'arbres fruitiers) est constitué de poiriers, pommiers, cerisiers,....



*Coudrier : appellation courante au Moyen Age du Noisetier.

RÉALISATION



Les travaux ont débuté par l'abattage des arbres et le pré-terrassement. Ils ont été effectués par des entreprises du Narbonnais.



Après avoir passé la dameuse, les parcelles sont délimitées par des allées. Pour permettre un arrosage plus ou moins intensif de certaines cultures, il a été nécessaire de procéder à l'installation d'électrovannes, de clapets et de vannes à différents endroits du jardin ainsi que la mise en place du goutte-à-goutte sur les parcelles. La **terre végétale*** est apportée en complément pour les cultures. Les plessis et les allées sont délimités au cordeau.



Les plessis sont installés et tressés. Une tranchée est creusée dans l'allée afin d'amener l'électricité pour la pompe de la fontaine dans laquelle l'eau circule en circuit fermé.



*La terre végétale désigne la couche supérieure d'un sol, née de la décomposition de la matière organique et que l'on retrouve dans la majorité des jardins.

Les plessis

- **Le terme « plessis » vient du vieux français qui signifie « tresser ». La technique des plessis date du Moyen Âge. Les pieux sont distants l'un de l'autre de 20 à 40 cm. Plus les tiges sont tressées finement, plus il faut rapprocher les piquets. Pour ne pas avoir de tiges qui dépassent il faut tresser une maille endroit, une maille envers en commençant toujours à l'intérieur.**



Les plessis sont réalisés en bois de châtaigner. En effet, le châtaigner est de loin le plus utilisé, car il est résistant à l'humidité et aux insectes. Il possède une souplesse indispensable pour réaliser ces entrelacs de bois.

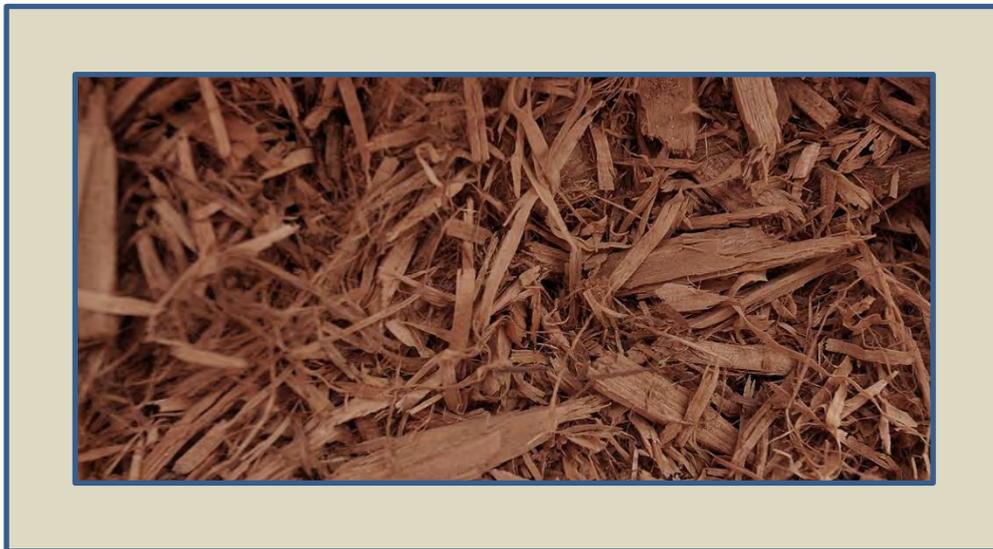
Les parcelles sont retracées et réduites pour permettre la circulation des jardiniers afin d'éviter le piétinement des cultures lors des plantations et de l'entretien (allées de jardinier recouvertes **de paillis***). Des tiges de genêts sont passées entre les entrelacs de châtaigner pour éviter à la terre de s'écouler lors de l'arrosage.



Allées de jardiniers recouvertes de paillis

Les objectifs du paillage

- Réguler la température du sol en limitant les chocs thermiques (jour/nuit), et favoriser le maintien de la chaleur dans le sol au printemps et en automne et au contraire en maintenant une certaine fraîcheur et en limitant les écarts de température pendant la saison estivale.
- maîtriser le développement des adventices en interceptant le rayonnement solaire nécessaire à la germination,
- ralentir l'évaporation de l'eau et maintenir l'humidité dans le sol par une barrière limitant la déshydratation induite par le vent et le soleil qui accélèrent l'évaporation.
- garder le sol meuble et améliorer sa structure (ce qui diminue le besoin de sarclage et binage)
- enrichir le sol en matière organique et en nutriments grâce à la dégradation du matériau de paillage (s'il est biodégradable et non pollué),
- repousser certains insectes et abriter une faune utile,
- améliorer progressivement les conditions de cultures en réfléchissant le rayonnement solaire vers les plantes (si le paillage est de couleur claire) et en procurant une surface propre et sèche aux fruits reposant sur le sol comme les courges, les melons ou les fraises.
- permettre que les engins de fauche s'éloignent des arbres, ce qui limite les blessures au collet des arbres.



**paillis : En agriculture et jardinage, le paillis est une couche de matériau protecteur posée sur le sol. Si, à l'origine, le terme dérive évidemment de paille, de nombreux autres matériaux naturels ou synthétiques sont utilisés à cet effet (ici des copeaux de bois).*

NARBONNE

Jardin Médiéval du Moulin du Gua



Afin de drainer et d'assouplir la terre, elle est paillée avec ajout de fumier. Dans un deuxième temps, la terre est retournée à l'aide d'un motoculteur.



La culture et l'entretien du jardin peuvent commencer.



Dans la partie verger, les arbres fruitiers sont plantés avec tuteurs. Une structure en bois de châtaigner est installée pour faire courir la vigne.



MAQUETTE DE LA FONTAINE



TRAÇAGE & TAILLE DE LA PIERRE



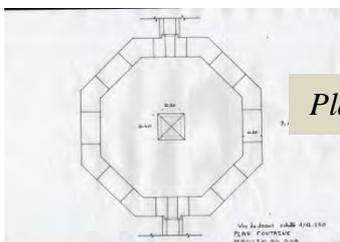
L'équipe de Narbonne Insertion est formée par l'encadrant technique, afin de les amener à acquérir de nouvelles compétences :

- Traçage
- Création de la maquette
- Choix des pierres
- Taille de la pierre
- Etc.

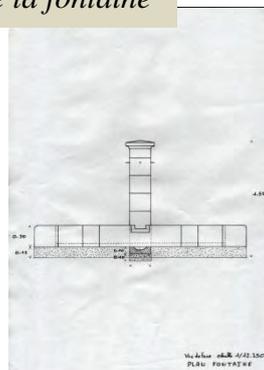


Installation de la fontaine

L'arrivée d'eau de la fontaine et les fondations sont mises en place.



Plans de la fontaine



Habillage du pont

Un habillage en bois de châtaigner a été réalisé pour le pont par les ouvriers de Narbonne Insertion, ainsi cette structure s'intégrera à l'architecture du jardin d'inspiration médiévale.



Du bois d'épicéa (peu onéreux) a été choisi pour remplacer le plancher, conçu en autoporté pour ne pas abîmer la structure support (le bois provient de la Haute Vallée de l'Aude).

Avant sa pose, il a été raboté afin de minimiser les risques de chutes, puis teinté.

*Un coffrage en **costier***, vient habiller la rambarde. Un système de vissage permet de serrer les plaques de costier deux par deux, de part et d'autre de la rambarde. Ce mode de montage lie simplicité et rapidité tout en facilitant un démontage rapide d'une plaque abîmée, si nécessaire.*



Ce bois étant brut, un léger ponçage a été réalisé afin de limiter le risque d'échardes. Des renforts métalliques ont été « habillés » de fines cordelettes tressées afin d'imiter au mieux le style moyenâgeux.



**costier : découpe de bois avec une face encore recouverte de l'écorce*

RÉPERTOIRE DES PLANTES DU JARDIN MÉDIEVAL DU MOULIN DU GUA

Après une recherche minutieuse sur les plantes cultivées à cette époque ainsi que leurs utilités dans la vie de tous les jours, l'ordonnement du jardin a été décidé en suivant le plan architectural des jardins de cette période historique.

ORDONNANCEMENT DES PARCELLES

LE JARDIN DE MARIE est bordé de plantes d'Acanthe qui longent le ruisseau et une partie de l'allée extérieure. Ce jardin de fleurs est constitué de Lys, de Violettes, de Roses Trémières, de Roses de Damas, de Roses de Provins, ainsi que des Croix de Jérusalem et d'Ancolies.

L'Acanthe

L'acanthé de son nom latin « *Acanthus mollus* » est une plante aux grandes feuilles d'un vert sombre. Son surnom de Branc-Ursine provient de sa ressemblance avec la patte d'un ours. La découpe de ses feuilles a paru si belle qu'elles ont servi de modèle pour orner les chapiteaux des colonnes de *l'ordre corinthien**.



L'Ancolie



L'ancolie de son nom latin « *Aquilegia vulgaris* » : signifie en vieux français « recueille eau ». Elle est identifiée au sentiment de la tristesse à cause de la courbure de ses tiges et la position de ses fleurs.

La Croix de Jérusalem

La croix de Jérusalem de son nom latin « *Lychnis chalcedonia* » est une fleur qui a inspiré la croix des chevaliers de Malte.



La Violette

La violette de son nom latin « *Viola odorata* » était cultivée au Moyen-Âge pour ces propriétés médicinales.



Le lys

Le lys de son nom latin « *Lilium candidum* » serait la fleur ornementale la plus anciennement cultivée. Son nom viendrait du terme « lisse » car la plante est douce au toucher.



**L'ordre corinthien est le dernier des trois ordres architecturaux grecs, dont le caractère est surtout déterminé par une grande richesse d'éléments et un chapiteau décoré de deux rangées de feuilles d'acanthé.*



La Rose de Damas

La rose de Damas de son nom latin « *Rosa Damascena* » est la rose la plus parfumée. Elle était la reine des jardins magnifiques dont les arabes avaient le secret. Elles furent ramenées à Provins par le comte de Champagne lors de son retour des Croisades.

La Rose de Provins

La rose de Provins de son nom latin « *Rosa gallica* » est de nos jours la plus ancienne et plus belle rose de France.



La Rose trémière

La rose trémière de son nom latin « *Althaea rosea* » est plus connue sous le nom de « Mauve noire », certaines races de la Rose Trémière ont été très recherchées pour la coloration des vins.

LES PLANTES BENEFIQUES ET MALEFIQUES. Le jardin médiéval ne se limite pas aux plantes qui poussent spontanément dans la nature, mais aussi aux plantes qui appartiennent au merveilleux et fantastique. La plus connu est la Mandragore. Ces plantes faisaient appel à l'imaginaire.



La Belladone

La belladone de son nom latin « *Atropa belladona* » est une plante extrêmement dangereuse (ses fruits sont mortels). Elle doit son joli nom à Atropos une **des trois Parques*** qui tissait les fils de la destinée des humains. Elle est très précieuse en pharmacologie, car elle renferme **des alcaloïdes***.

La Jusquiame

La jusquiame de son nom latin « *Hyoscyamus niger* » est une plante dangereuse en raison des alcaloïdes* qu'elle renferme. L'Abbesse « **Hildegarde de Bergen*** » n'hésitait pas à la qualifier de poison mortel.



**Dans la religion romaine, les Parques sont les divinités maitresses de la destinée humaine, de la naissance à la mort. Elles sont représentées comme des fileuses mesurant la vie des hommes.*

**Alcaloïdes : sont des molécules organiques que l'on trouve principalement chez les végétaux et qui peuvent avoir une activité pharmacologique.*

**Hildegarde de Bergen (1098-1179) abbesse visionnaire, musicienne, médecin, et naturaliste éminente.*



La Mandragore

La mandragore de son nom latin « *Mandragora officinalis* » est une plante considérée comme très dangereuse ayant des effets narcotiques très puissants. L'homme médiéval croit que ses racines ont des vertus surnaturelles, mais il meurt de peur de la cueillir à cause de sa ressemblance avec l'homme. Posséder cette plante « magique » donnait du pouvoir.

Le Pavot

Le pavot de son nom latin « *Papaver somniferum* » est connu depuis les débuts de l'histoire de l'homme. Plante très estimée au Moyen Âge, puisqu'elle figure dans *le Capitulaire de Villis (recueil écrit par Charlemagne en 795 de plantes autorisées et obligatoires)**. C'est une plante à la fois aux bienfaites et maléfiques vertus. Elle soulage, mais aussi procure la mort lorsque l'on en abuse.



La Verveine

La verveine de son nom latin « *Verbena officinalis* » est connue pour ses propriétés médicinales en particulier *vulnéraires**. Au Moyen-Âge. On l'appelait « l'herbe sacrée », car pensait-on, qu'elle avait la vertu de rallumer les feux de l'amour.

L'HERBULARIUS (LE JARDIN DES SIMPLES) est un lieu où l'on cultive particulièrement des plantes aux vertus médicinales appelées également simples.

LES PLANTES DES FEMMES

La Mélisse

La mélisse de son nom latin « *Melissa officinalis* » attire les abeilles. Plante médicinale qui servait à provoquer ou à régulariser les menstruations.



LES PANACEES (PLANTES QUI SOULAGENT DE MULTIPLES MAUX)



L'Angélique

L'angélique de son nom latin « *Angelica archangelica* » est utilisée à l'époque pour résister aux venins, aux morsures de chiens enragés et comme préventif contre la peste.

*Vulnéraire : qui possède des propriétés calmante et sédative.

*Capitulaire de Villis : répertoire des plantes autorisées et obligatoires dans les jardins, rédigé par Charlemagne en 795.



La Petite Camomille

La **petite camomille** de son nom latin « *Matricaria recutita* » est utilisée en tisane, seule ou en mélange, on lui attribue à dose modérée une certaine efficacité contre l'insomnie, dans le cas de troubles digestifs fonctionnels (vertu carminative), digestions difficiles (spasmes digestifs douloureux).

Le Millepertuis

Le **millepertuis** de son nom latin « *Hypericum calcycinum* » a de nombreuses vertus médicinales et notamment antidépressives. Cette plante est dédiée à Saint Jean-Baptiste grandement vénéré au moyen. Il est le Prophète qui après avoir mené une vie d'ascète dans le désert, annonce la venue du Christ et procède à son baptême.



La Sabine

La **sabine** de son nom latin « *Juniperus Sabina* », de son nom commun le genévrier. Il est utilisé comme plante médicinale et cité dans « *le Capitulaire de Villis* » *.

LES VULNERAIRE (PLANTES CICATRISANTES)

La Consoude

La **consoude** de son nom latin « *Symphytum officinale* » a le pouvoir d'aider à fortifier tout os cassé et de cicatriser les plaies, en raison d'un composant qu'elle contient qui stimule la formation de nouvelles cellules.



LES HERBES À FIEVRES

La Benoite

La **benoite** de son nom latin « *Geum urbanum* » qu'on appelle également « l'herbe de Saint Benoit » faisant allusion à Benoit né en 490 en Italie qui se consacra à la prière, à la méditation et qui rédigea la règle de Saint Benoit. C'est une plante à la fois médicinale et culinaire. Elle était utilisée pour ses propriétés astringentes et en cas de fièvre.



LES PLANTES EXPECTORANTES

La Guimauve

La **guimauve** de son nom latin « *althoea officinalis* » : elle est recommandée par Charlemagne dans le Capitulaire de Villis pour traiter les rhumes et maux de gorge. Elle donnée aux enfants pour les maux de dents.





La Réglisse

La réglisse de son nom latin « *Glycyrrhiza glabra* » entrait dans la composition de la boisson dite « hospitalière » recommandée par Hildegarde de Bergen (Abbesse Bénédictine et mystique du XIIe et auteur prolifique de manuscrits ayant traité à l'âme et la santé humaine ainsi que de chants Grégorien) qui se trouvait jadis sur les tables de chevet dans tous les hôpitaux. Cette dernière était utilisée pour combattre le rhume, la bronchite, les maux de gorge.

LES PURGES

Le Ricin

Le ricin de son nom latin « *Ricinus communis* » est un laxatif et purgatif.



LES PLANTES POUR LES MAUX DE VENTRE



La Fumeterre

La fumeterre de son nom latin « *Fumaria officinalis* » est une plante dépurative et diurétique, elle est également apéritive et tonique.

La Menthe

La menthe de son nom latin « *Mentha* » est recommandée par Hildegarde Bergen en cas de migraine et de maux de ventre. Pour la petite histoire la menthe est née d'une relation amoureuse entre Mintha la jolie naïade et Pluton le dieu des enfers. Mais hélas Pluton était l'époux de Proserpine qui jalouse de voir son mari courtiser Mintha la transforma en fleur.



LES PLANTES À SIGNATURES (ON ATTRIBUE À LA COULEUR, À LA FORME OU À LA PARTIE D'UNE PLANTE DES VERTUS EN RAPPORT AVEC SES CARACTÉRISTIQUES MORPHOLOGIQUES)



La Chélidoine

La chélidoine de son vrai nom latin « *Chelidonium majus* » contient le suc jaune et amer (comparable à la bile) est un très ancien remède hépatique. La légende des plus fantaisiste l'associe à l'hirondelle qui cassait avec leur bec les brins de chélidoine pour en frotter les yeux de leurs petits menacés de cécité.



La Pulmonaire

La **pulmonaire** de son vrai nom latin « *Pulmonaria longifolia* » doit son nom à son apparence qui évoque un poumon touché par la maladie. Elle est expectorante et anti-inflammatoire.

LES PLANTES UTILITAIRES sont des plantes à usage domestique pour la fabrication de textile, de savon, de teinture...

La Garance

La **garance** de son nom latin « *Rubia tinctorum* » est une plante utilisée en teinture. Le colorant extrait à partir de la racine est de couleur rouge.



Le Lin

Le **lin** de son nom latin « *Linum usitatissimum* » entre dans la fabrication des vêtements de l'époque et d'aujourd'hui.

La Pastel Guède

La **pastel guède** de son nom latin « *Isatis tinctoria* » est une plante utilisée en teinture. Il fallait au teinturier plus de six mois de travail pour obtenir un bleu exceptionnel.



La Saponaire

La **saponaire** du latin « *Saponaria officinalis* » doit son nom au fait que son rhizome contient des saponines qui font mousser l'eau et lui permet d'être utilisée comme substitut du savon.

L'HORTUS (LE POTAGER), plantes alimentaires qui sont utilisées dans la confection de repas de l'époque.

POTERBES (PLANTES CUITES DANS UN POT ET CONSOMMÉES LES POTAGES ET LES POTÉES).



La Bourrache

La **bourrache** de son nom latin « *Borago officinalis* » fut introduite en Espagne par les musulmans. Au Moyen Âge, elle est utilisée en tisane comme diurétique



Le Cardon

Le **cardon** de son nom latin « *Cynara cardunculus* », aux côtes charnues qui rentrent dans l'alimentation.

Le Chou

Le **chou** de son nom latin « *Brassica oleracea* », est un des légumes les plus populaires du Moyen Âge. Tous les ouvrages culinaires médiévaux proposent des recettes de chou. Un des premiers est « *le Liber de coquina* »*, d'inspiration italienne qui propose dix mets parmi lesquels les choux cuisinés à la mode romaine « romanorum caulles » et ceux préparés à la mode française « ad usum Francie ». Il existe au moins cinq espèces de choux d'après « *le*



Mesnager de Paris »*, premier livre de recettes culinaires françaises.



La Chicorée

La **chicorée** de son nom latin « *Chichorium intybus* » est une plante au goût relativement amer très appréciée au Moyen Âge.

La Moutarde blanche

La **moutarde blanche** de son nom latin « *Sinapis alba* » est recommandée par Charlemagne dans le Capitulaire de Villis pour ces vertus culinaires et thérapeutiques (antiseptique, apéritive...). Au XIVe siècle, en Avignon, la charge du Grand Moutardier du Pape fut créée à côté de celle du Vinaigrier.



L'Arroche

L'**arroche** de son nom latin « *Atriplex hortensis* » est une plante culinaire, mais aussi médicinale. Hildegarde de Bergen la conseille dans le traitement *des scrofules**.

La Roquette

La **roquette** de son nom latin « *Eruca sativa* » signifie chenille ses feuilles sont semblables au corps d'une petite chenille. Elle était fortement déconseillée dans les jardins des moines, car on lui prêtait des vertus aphrodisiaques.



Le Pourpier

Le **pourpier** de son nom latin « *Portulaca oleracea* » est consommé en salade, mais remplace surtout l'épinard. Au Moyen Âge il est utilisé comme laxatif, diurétique et en cas d'irritation des muqueuses.

**le Liber de coquina et Mesnager de paris sont les premiers livres culinaires.*

**Scrofule : lésion d'altérations de la peau et des muqueuses avec gonflement des ganglions lymphatiques du cou susceptible de produire des tumeurs et des ulcères.*

LE POTAGER AROMATIQUE



La Ciboulette

La **ciboulette** de son nom latin « *Allium schoenoprasum* » est utilisée en cuisine et en médecine. Hildegarde de Bergen la considère moins nocive que la ciboule, car elle ne provoque pas de tempête dans les humeurs de l'homme et peut se digérer vite.

La Coriandre

La **coriandre** de son nom latin « *Coriandrum sativum* » elle est utilisée au Moyen Âge pour aromatiser ou décorer de nombreux mets. Elle est reconnue pour avoir de nombreuses propriétés médicinales (digestive...).



La Livèche



La **livèche** de son nom latin « *Levisticum officinale* » signifie « soulager », car on lui reconnaît très tôt des propriétés médicinales : stomachique et calmante. Elle est mentionnée dans le Capitulaire de Villis et dans le Cultura horticorum de *Walahfridus.Strabo** sous le nom « lybistisum ».

La Sarriette

La **sarriette** de son nom latin « *Satureia hortensis* » est une plante de réputation aphrodisiaque. Sa saveur piquante fait qu'elle est très appréciée au Moyen Âge. Hildegarde de Bergen la préconise dans le traitement de la goutte en association avec le cumin et la sauge



Le Cumin



Le **cumin** de son nom latin « *Cuminum cyminum* » prend son origine en Orient. Il rentre dans la composition de beaucoup de mets et il apparaît comme « épice à fumer ». Au Moyen Âge, un petit sachet de graines de cumin sur soi protégeait des mauvais sorts et des sorcières. Sa graine était réputée pour faciliter la digestion. En apéritif, elle avait un effet apaisant contre les troubles digestifs, les coliques et les ballonnements.

Le Fenouil

Le **fenouil** de son nom latin « *Foeniculum officinale* » qui signifie « petit foin » au goût anisé. Hildegarde de Bergen en fait son éloge ... (de quelques façons qu'on le mange, il rend le cœur joyeux, il procure à l'homme une douce chaleur, une bonne sueur et assure une bonne digestion. Elle est bonne à la santé de l'homme si on l'ajoute à d'autres médicaments).



**Walahfridus.Strabo* (808-849) moine au monastère de Reichenau (lac de Constance) qui a écrit le cultura horticorum



Le Persil

Le persil de son nom latin « *Petroselinum hortense* » est l'herbe condimentaire du Moyen Âge. Il est le principal ingrédient de la sauce verte vendue dans les rues de Paris par les marchands ambulants « crieurs de sauce verte ». Sauce caractéristique du Moyen Âge réalisée avec du verjus (le jus de raisins vert) qui lui confère une acidité particulière, la teinte est donnée par le persil.

Le Romarin

Le romarin de son nom latin « *Rosmarinus officinalis* » signifie rosée de mer est une plante médicinale et culinaire. Elle est diurétique et utilisée dans le cas de problèmes de foie (tisane) et soulage aussi les douleurs musculaires (huile essentielle).



LES PLANTES MARAÎCHÈRES À RACINES



L'Ail

L'ail de son nom latin « *Allium sativum* » possède de nombreuses propriétés médicinales et culinaires. C'est *la thériaque** du pauvre. Il est sensé guérir de la peste.

La Bardane

La bardane de son nom latin « *Arctium lappa* » est surnommée au Moyen Âge « herbe aux teigneux » en raison de son utilisation. Hildegarde de Bergen la recommandait contre les ulcères du cuir chevelu. Elle était aussi appréciée comme plante culinaire.



La Carotte

La carotte de son nom latin « *Daucus carota* » est proche de la carotte sauvage, sa racine est mince. C'est un légume estimé par le peuple, mais peu apprécié par les classes sociales élevées malgré que Charlemagne la recommande dans le Capitulaire de Vilis.

Le Maceron

Le maceron de son nom latin « *Smyrniolum olusatrum* » a un goût semblable à celui du cèleri ou de la myrrhe.



*Thériaque : terme de pharmacie qui veut dire anti poison.



Le Panais

Le **panais** de son nom latin « *Pastinaca sativa* » il fait partie des légumes qui entrent dans l'alimentation au Moyen Âge. Sa racine a le goût de navet

L'Oignon

L'**oignon** de son nom latin « *Allium cepa* » est très consommé au Moyen Âge. L'oignon est l'ingrédient de base de la sauce médiévale : (le saupiquet) qui accompagne le lapin ou les oiseaux de rivières (Mesnagier de Paris).



Le Poireau

Le **poireau** de son nom latin « *Allium porrum* » est le légume du pauvre par excellence au Moyen Age. il figure dans la porée blanche, il était un mets incontournable du Moyen Age.

Le Raifort

Le **raifort** de son nom latin « *Armoracia rusticana* » a la saveur de la moutarde. C'est une plante culinaire et médicinale.



LES LEGUMES SECS



La Mongette

La **mongette** de son nom latin « *Vigna unguiculata* » elle est particulièrement appréciée dans les repas.

Le Pois chiche

Le **pois chiche** de son nom latin « *Cicer arietinum* », l'histoire raconte que Cicéron fut appelé ainsi, car il avait sur le front une excroissance en forme de pois chiche.



Les Fèves

Les **fèves** de leur nom latin « *Vicia faba* » étaient obligatoires dans tous les potagers médiévaux.

Le « *Mesnagier de Paris* » propose d'excellentes recettes de fèves.

Le Fenugrec

Le **fenugrec** de son nom latin « *Trigonella foenum-graecum* » est une plante culinaire et médicinale reconnue pour ses vertus. Son nom signifie « foin grec » car la plante a l'odeur du foin fraîchement coupé.



LES CUCURBITACÉES



La Gourde

La **gourde** de son nom latin « *Lagenaria vulgaris* » est une plante culinaire qui faisait partie de l'alimentation au Moyen Âge.

La Coloquinte

La **coloquinte** de son nom latin « *Citrillus colocynthis* » est une plante médicinale utilisée comme purgatif au Moyen Âge.



Le Concombre

Le **concombre** de son nom latin « *Cucumis sativus* » est peu utilisé par « les maîtres queux médiévaux » (cuisiniers). Il est utilisé comme un légume d'appoint dans les potages.

LES CÉRÉALES



Le Blé Froment

Le **blé froment** de son nom latin « *Triticum* » est utilisé pour le pain.

L'Épeautre

L'**épeautre** de son nom latin « *Triticum spelta* » est aussi appelé « le blé des gaulois ». Il constituait la base du régime alimentaire des populations latines. Pour Hildegarde de Bergen, l'épeautre est « la reine des céréales » ainsi que la panacée contre la dépression et la mélancolie.



L'Orge

L'**orge** de son nom latin « *Hordeum vulgare* » est la plus ancienne céréale cultivée. Elle était consommée sous forme de bouillie.

Le Sarrasin

Le **sarrasin** de son nom latin le « *Fagopyrum esculentum* » est utilisé dans l'alimentation pour la confection des galettes.



LE VIRIDARIUM (LE VERGER). Pour les moines, il est surtout utilitaire et source de méditation avec de reposantes haltes sur des bancs de gazon, de bois ou de pierre. Les arbres du verger modèle sont précisés sur le plan de *Saint-Gall** (le manuscrit original), à savoir : pomme, poire, mûre, pêche, prune, pin, sorbier, nêfle, cerise, laurier, châtaigne, figue, coing, noisette, amande et noix.



L'Amandier

L'amandier de son nom latin « *Amygdalus communis* » dont le fruit l'amande est un des ingrédients fondamentaux de la cuisine médiévale, car en période de jeûne le lait d'amandes remplace le lait de vache.

Le Cognassier

Le cognassier de son nom latin « *Cydonia vulgaris* » est très consommé au Moyen Age. Il sert à la fabrication de confitures, mais surtout au célèbre *condoignac* (pâte de coing) dont la recette est restée inchangée jusqu'à nos jours.



Le Néflier

Le néflier de son nom latin « *Mepilus germanica* » est un arbre fruitier un peu oublié de nos jours alors que sa présence dans les jardins médiévaux était courante.

Le Noisetier ou Coudrier

Le noisetier de son nom latin « *Corylus avellana* », porte l'appellation de « coudrier » plus couramment utilisé au Moyen Âge. Il s'agit pourtant du même arbre. C'est arbre est doté de pouvoir magique au moyen Âge : si on fend une de ses branches, les deux parties se ressoudent. Il symbolise la fidélité.



Le Pommier

Le pommier de son nom latin « *Pyrus malus* ». Son fruit est l'un des plus consommés. Pour l'homme médiéval, il est chargé de références symboliques.

Le Poirier

Le poirier de son nom latin « *Pyrus dommunis* » est à l'instar de la pomme un des fruits les plus cuisinés par les maîtres queux.



**L'abbaye de Saint-Gall (Fürstabtei St. Gallen) est une abbaye bénédictine du VIIIe siècle de Saint-Gall en Suisse alémanique qui fut pendant plusieurs siècles avec sa bibliothèque de l'abbaye de Saint-Gall l'un des monastères bénédictins les plus importants d'Europe.*

DOSSIER DE PRESSE



L'Indépendant du 04 Avril 2011

L'INDEPENDANT LUNDI 4 AVRIL 2011

N A 0 5 4

NARBONNE

5

Le jardin extraordinaire des Narbonnais sera médiéval

Il sera implanté au jardin du Gua et ouvrira ses portes en septembre après une année de chantier. Jardin des simples, potager, verger, mais aussi fleurs: plus de 70 espèces seront plantées dans cet espace également proposé aux classes pour des séances pédagogiques.

Jacques Bascou a-t-il la main verte? Certes, son emploi du temps ne lui laisse que peu de répit pour se glisser dans les sabots du jardinier, mais l'aménagement des espaces verts reste une de ses préoccupations. Son équipe l'avait mis en avant pendant la campagne et il le poursuit aujourd'hui. Ainsi la municipalité a décidé de valoriser le jardin public du Moulin du Gua et d'en faire un jardin d'inspiration médiévale.

Une idée que la Ville justifie par l'attrait de la nouveauté et de l'originalité pour les Narbonnais et les touristes; par le fait d'offrir une opportunité pédagogique pour les classes.

Ce jardin d'inspiration médiévale qui représente un investissement total de 150 000 euros sera prêt et ouvert au public en septembre.

Au moyen âge, le jardin était la représentation d'un environnement

idéal. C'était un lieu de réflexion et de méditation. On y retrouvait un jardin des simples, (dédié à la culture de plantes médicinales et aromatiques), un potager, un verger, et des fleurs d'agrément. Plus de 70 espèces y seront plantées.

Ce jardin du Gua fait actuellement l'objet de travaux depuis septembre dernier; un long chantier étalé sur une année qui a permis de réhabiliter la passerelle d'accès, de réaliser un terrassement pour permettre la création des parcelles thématiques, et la mise en place d'un système d'irrigation. Des bordures de massifs ont été dessinées. Un local d'outils de jardinier et des toilettes ont été implantés, ainsi qu'une fontaine et des bancs en châtaignier.

L'année suivante, en 2012, l'aménagement se poursuivra avec la réhabilitation d'espace de jeux pour les enfants.



V. D. Ce jardin d'inspiration médiévale représente un investissement total de 150 000 euros et sera ouvert au public en septembre.

La Dépêche du 07 Avril 2011



tour de ville

JARDIN MÉDIÉVAL MOULIN DU GUA

Le jardin d'inspiration médiévale ouvrira ses portes en septembre au Moulin du Gua. La première tranche de travaux a duré un an. Michel Farnole, délégué aux espaces verts et Pierre Sourgnès, président de Narbonne-Insertion, ont planté le premier arbre du jardin. Durant la seconde partie des travaux, 70 espèces différentes vont être plantées. En 2012, réhabilitation de l'espace jeux.

L'Indépendant du 08 Avril 2011

L'INDEPENDANT VENDREDI 8 AVRIL 2011

2

NARBONNE

Espaces verts

Narbonne Insertion Grand Narbonne et la Ville mutualisent leurs efforts

Une convention a été signée hier matin - au cours de l'inauguration, par le maire Jacques Bascou des jardins familiaux - (lire par ailleurs dans nos colonnes en page 8) pour l'entretien du vignoble et des oliveraies communaux. Dans le cadre du Plan Local d'insertion et de l'Emploi,

(PLIE), Narbonne Insertion, la Ville de Narbonne et la communauté d'agglomération du Grand Narbonne ont signé une convention portant sur l'entretien et la récolte des oliviers et du vignoble appartenant à la commune.

Le PLIE a pour mission de conduire vers un emploi stable une catégorie de personnes en grande difficulté: les demandeurs d'emploi de longue durée, les bénéficiaires de minima sociaux les jeunes en mal d'insertion,



tion, les parents isolés les personnes handicapées.

Ce débouché professionnel passe au préalable par une formation qualifiante, avant la proposition vers un parcours d'insertion. Le chantier d'insertion visé, qui vient d'être scellé par la convention, (ici notre photo Isabelle Herpe du PLIE et Pierre Sourgnès pour Narbonne Insertion) consiste à assurer pendant un an l'entretien et la récolte de la vigne et des oliviers, propriété de la Ville de Narbonne sur les si-

tes de la Campanie et de Narbonne-Plage.

La mairie de Narbonne prend en charge l'achat et l'approvisionnement de l'ensemble des fournitures et des gros travaux nécessaires pour mener à bien la mission confiée à Narbonne Insertion.

Quant à cette dernière structure, Narbonne Insertion, en assurant la maîtrise d'œuvre de ces chantiers, elle perçoit les financements du Plan local de l'insertion et de l'emploi PLIE de Grand Narbonne.

Un jardin médiéval, bons plants pour mieux se... cultiver !

Réalisé au Moulin du Gua par des salariés de Narbonne Insertion, le site dévoile les plantes utilisées au Moyen Age. Un lieu dépaysant et instructif !



► Le ruban a été coupé sur le pont de bois menant au jardin.

Bois, pierre et végétaux: trois ingrédients pour remonter le temps. Ils font en effet merveille au jardin d'inspiration médiévale inauguré cette semaine au Moulin du Gua: un lieu atypique dont l'idée a... germé dans le passé de la ville.

Du potager aux plantes « magiques »

« Narbonne a une histoire très riche, mais on ne sait pas forcément toujours comment vivaient les gens qui nous ont précédés », estime le maire Jacques Bascou. « Or au-delà des grands événements, l'Histoire doit aussi se pencher sur la manière dont nos aïeux traitaient des problématiques telles que

le soin ou la nutrition ».

Le jardin fraîchement sorti de terre n'est donc pas seulement joli et agréable à parcourir, il permet également de découvrir le mode de vie des Narbonnais du Moyen Age.

On apprend ainsi qu'en ce temps-là, le jardin n'était seulement un paysage en soi mais la représentation d'un environnement idéal: le Jardin d'Eden.

D'où une disposition générale en forme de croix, et des plantations aussi variées que généreuses.

Au gré des allées, on tombe ainsi sur un potager, des plantes « utilitaires » destinées à la confection de fibres et de balais, ou encore des végétaux dits « magi-



Plantations, fontaine et toilettes sèches: le jardin médiéval ne manque pas de surprises !

ques »... car plébiscités par les sorcières pour l'élaboration de leurs potions. Bref: dépaysant et instructif !

Mais si ce lieu pas comme les autres force le respect, c'est aussi parce qu'il est l'œuvre des salariés de Narbonne Insertion.

Outre les plantations, ils se sont aussi essayés à la taille de pierre (pour l'élaboration

de la fontaine) et à la conception de toilettes sèches. « Ce n'était pas forcément leurs corps de métier initiaux, mais l'expérience s'est avérée intéressante pour chacun d'entre eux », affirme Jacques Bascou... qui songe déjà à prolonger la démarche. « Il y a peut-être une réflexion à avoir avec d'autres collectivités et institutions



vu le secteur d'activité, je pense notamment à Fontfroide. Comment mettre sur pied des partenariats afin de pérenniser l'emploi de ces personnes ? »

En attendant, Trenet peut être fier de sa ville: elle vient de se doter d'un nouveau jardin extraordinaire.

L'indépendant – du 20 novembre 2011

FICHE DE PRESSE

Vendredi 1^{er} avril 2011

Visite de chantier du jardin d'inspiration médiévale



L'aménagement d'espaces verts en ville est une volonté de Jacques Bascou et de son équipe. C'est ainsi qu'ils ont décidé de valoriser le jardin public du moulin du Gua et d'en faire un jardin d'inspiration médiévale. Quatre objectifs à travers ce projet :

- offrir aux habitants du quartier et plus largement aux Narbonnais un jardin original qui embellit le secteur
- avoir un nouveau lieu de visite pour les touristes
- offrir « un support » pour des sorties pédagogiques
- développer un partenariat avec Narbonne Insertion, qui réalise (dans le cadre du plan local de l'insertion et de l'emploi), en collaboration avec les services techniques de la Ville, le chantier.

Le jardin d'inspiration médiévale, qui représente un investissement total de 150 000€ pour la Ville, ouvrira ses portes en septembre 2011 et sera en évolution constante.

> Un an de travaux pour la première tranche

Les travaux d'une durée d'un an ont permis de :

- réhabiliter la passerelle d'accès
- faire un terrassement du terrain pour permettre la création des parcelles thématiques
- la mise en place d'un système d'irrigation
- de réaliser des plessis (bordures de massifs) et un module d'exposition
- créer un local jardiner et des toilettes sèches
- l'installation d'une fontaine et de bancs réalisés en châtaigner.

En 2012, l'aménagement se poursuivra avec la réhabilitation de l'espace jeux et du reste du jardin.

> Les plantations

Au Moyen-Âge, le jardin n'était pas un paysage en soi mais la représentation d'un environnement idéal et divin : le jardin d'Eden. On retrouvait dans ces jardins un potager, un verger, des herbes, des fleurs... L'aménagement du jardin du moulin du Gua va respecter ce schéma d'implantation. Près de 70 espèces différentes vont être plantées dans ce jardin.



JARDINS

L'époque médiévale inspire la Ville

Le 01/12/2010 dans Narbonne.fr

La Ville de Narbonne crée un jardin d'inspiration médiévale sur le site du jardin public du Moulin de Gua avec l'association Narbonne Insertion.



À dix minutes à pied du cœur de ville, le jardin du Moulin du Gua, qui s'étend sur plus de 6 000 m², n'avait pas eu de réelles modifications depuis de nombreuses années. La Ville de Narbonne a choisi de le réaménager en collaboration avec l'association Narbonne Insertion, qui aide des personnes en difficulté à s'insérer professionnellement. L'idée, pour le moins originale, est de créer un jardin d'inspiration médiévale, autrement dit un « *jardin de curé* », qui sera ouvert au public. À l'époque médiévale, le jardin n'était pas un paysage en soi, mais la représentation d'un environnement idéal et divin (le jardin d'Éden) dans lequel on retrouvait les « *éléments vitaux* » et spirituels.

Un potager, un verger, des herbes, des fleurs...

Au Moyen Âge, les jardins de monastère devaient nourrir le corps et l'esprit et apporter la quiétude nécessaire à la méditation. La clôture assurait la séparation entre la nature sauvage et la vie civilisée. On distinguait : l'*hortus hortulus*, ou jardin potager (plantes pour faire des potées : racines, courges...);

le viridium, ou verger d'arbres fruitiers ; l'*herbularium*, avec jardin des simples, enclos de plantes médicinales (destinées aux soins du corps et de l'âme), plantes magiques, plantes utiles (textiles et teintures : chanvre, lin...) et plantes du jardin de Marie (fleurs coupées pour l'autel). Dans l'île de Gua, il est prévu de réaliser 16 rectangles (et non des carrés comme c'est le cas dans ce type de jardin) avec les mêmes thématiques qu'au Moyen Âge. Les travaux, qui ont commencé, devraient s'achever en mai 2011.

Terrassements, déplacement, abattage et desouchage de la zone sont au programme pour les équipes de la mairie. De même que l'installation d'une clôture de chantier, à la mise en place d'un système d'irrigation, à la plantation de saules, à la réalisation de plessis (terrains entourés de haies) et d'un module d'exposition. L'association réalisera des aménagements pour la retenue des berges.

Le montant des travaux est de 80 000 €. 30 000 euros sont consacrés à l'achat des plantes. ●

L'IMAGE

C'est un jardin... qui sera médiéval

Le 31/03/2011, dans Midi



Bon, les plantes médicinales, les fleurs, le potager, le verger et les plantes utiles n'y sont pas encore, mais l'esprit flotte déjà dans ce lieu, à l'île du Gua, qui deviendra bientôt un vrai jardin médiéval. Une équipe de Narbonne Insertion prépare le lieu depuis quelques semaines. Pas de plastique, pas de béton... Les bancs sont faits de rondins, les bordures de branchages entrelacés. L'aménagement de ces 6 000 m² devrait coûter 80 000 €, au bout des onze mois de chantier. Photo F.T.