

### Il existe 4 grandes catégories

L'objectif est d'essayer de dissuader plutôt que de tuer. En permaculture, il n'y a pas de mauvaises herbes, ni de nuisibles, on va parler "d'adventices" et de "dévoreurs". Chaque élément, chaque plante et petite bête ont leur place et une fonction utile dans un éco-système.

Photo de Julia Brechler / Bricolo Factory)



Tomate, oeillets d'Inde et basilic.



Carotte, fenouille et oignons

#### Les plantes délices dites aussi martyres

Elles servent d'appât pour épargner les autres cultures.  
Ex : la capucine attire **les pucerons**. Le pavot, le chardon bleu, l'oseille et la moutarde sont particulièrement appréciés **des limaces**...

#### Les plantes odorantes : les répulsives

Elles éloignent les dévoreurs (surtout les insectes) par leurs odeurs. On retrouvera principalement **les fleurs** (l'oeillet d'Inde, le soucis) et **les herbes aromatiques** (basilic, thym, lavande, menthe)...

#### Les plantes mellifères (qui donnent beaucoup de fleurs)

En attirant les abeilles et autres pollinisateurs, ces plantes vous garantissent une récolte abondante. Très utiles pour **les courges et les courgettes** ! Ex : les trèfles, le sainfoin, le bleuet, le lotier...

#### Les plantes enrichissantes

Elles enrichissent le sol en y apportant les éléments indispensables (azote) au développement des cultures. On retrouve principalement les **engrais verts** et les **légumineuses**. A mettre avec des **légumes fruits** qui demandent beaucoup d'énergie. Ex : moutarde, phacélie, bourrache, haricots, lentilles ...

# PLAN DE CULTURE

## Les Associations de Plantes

Venez réfléchir à l'aménagement et aux choix de vos futures plantations. Associer les bonnes plantes au bon moment et au bon endroit est tout un art !



Le soleil se fait encore discret et il fait trop froid pour les premiers semis. C'est le moment idéal pour concevoir le jardin de vos rêves. Il existe de nombreuses techniques permettant d'obtenir une récolte abondante, même sur de petites surfaces !

L'une de ces techniques consiste à associer fleurs et légumes de différentes variétés.

### Les associations de plantes permettent :

#### Optimiser l'espace

Dans un jardin en «permaculture» chaque centimètre carré doit être utilisé. La nature à horreur du vide et ne laisse jamais un sol vierge très longtemps. En prenant exemple sur elle, nous favorisons un plus grand nombre de variété de fruits et légumes.

#### Assurer une bonne récolte

Les plantes interagissent entre elles et certaines associations leur sont bénéfiques pour leur développement et leur qualité gustative. Connaître les bonnes associations permet de lutter contre les maladies, aux dévoreurs assurant ainsi une meilleure récolte.

#### Encourager une gestion écologique

De bonnes associations jouent un rôle de «fertilisant» et de «repulsif» et offrent une alternative aux engrais chimiques et aux pesticides. Remplir l'espace permet aussi de lutter contre l'apparition des adventices et donc de limiter le désherbage.

#### Proposer une nouvelle forme d'esthétisme

Les jardins en «permaculture» s'affranchissent des règles de jardinage traditionnel et proposent de jolies variantes où fleurs et légumes se côtoient offrant ainsi un spectacle de plus coloré.



#### Les « 3 soeurs » : maïs, haricot et courge

Le pied de haricot grimpe le long du maïs qui **sert de tuteur**. Il apporte de **l'azote** aux deux autres plantes. La courge se développe au niveau du sol. Elle **couvre et protège** le maïs et les haricots **du froid** (paillage) et **du chaud** (conserve l'humidité) et **empêche la prolifération d'adventices**.

Dans l'assiette, ces 3 légumes offrent un **repas équilibré !** (glucides, protéines, lipides et vitamines)

### Gestion de l'espace

Pour utiliser un maximum l'espace, il faut identifier toutes les parties cultivables de votre terrain et les possibilités de développement des cultures que vous voulez planter.



#### Culture en vertical

Utiliser l'espace en hauteur de votre jardin.

Les plantes adaptées sont les **plantes grimpantes**

Ex : le melon, les courges, la vigne, le kiwano, le kiwi, les haricots grimpants, la tomate, le houblon, certaines courgettes et fleurs (capucine, glycine, passiflore, jasmin)...



#### Culture à l'horizontale

Utiliser l'espace au sol de votre jardin :

Les **petits légumes** (radis, roquette, mâche, haricot nain) et les **plantes rampantes** qui servent de couvre-sol. Elles protègent du froid et de la chaleur les autres plantes (les courgettes, les fraises, le pourpier, la capucine, l'oxalis, la moutarde..)



#### Cultures suspendues

Créer et rajouter des espaces supplémentaires

Pour augmenter la surface de culture, vous pouvez rajouter des supports comme des pots ou des jardinières en palette. Servez-vous de l'existant pour les accrocher : barrières, pergolas, poteaux, escaliers ... Privilégier les **cultures aux racines peu profondes** : herbes aromatiques, fraises, salade...