

ASSOCIATION DES PLANTES (*compagnonnage*)

Les bonnes pratiques

Pour grandir, une plante ou un légume a besoin d'un sol pour puiser l'eau, l'air pour capter le CO₂ et enfin la lumière pour utiliser les photons et ainsi effectuer une réaction chimique dite photosynthèse pour créer de la matière organique (appelée aussi biomasse).

Ainsi, il ^{est} essentiel de comprendre que chaque plante possède ses propres particularités, et , que sa croissance et sa bonne santé dépendent essentiellement de la qualité de l'eau ~~et~~ de la lumière reçues et de la température ressentie par la plante.

C'est pourquoi, il est fortement recommandé de disposer les plantes selon l'ensoleillement conseillé pour chaque plante.

Pourquoi associer les cultures ?

Les principales raisons :

- * Mieux profiter de l'azote de l'air par les espèces appartenant à la famille des légumineuses (haricot, pois, fève,...), et , qui est libéré dans le sol au fur et à mesure de la décomposition des racines.
- * Bénéficier de l'effet protecteur (face aux maladies) ou répulsif (face aux ravageurs) de certaines espèces . Dans les cultures associées, on veillera à ne cultiver ensemble que des plantes qui se stimulent mutuellement ou qui, au moins ne se gênent pas .
- * Profiter de l'influence bénéfique que certaines espèces végétales ont sur d'autres, probablement à cause de substances excrétées par leurs racines (allélopathie)
- * Mieux occuper l'espace en associant des espèces à cycle court et des espèces à cycle long, des espèces hautes et des espèces basses.
- * Mieux utiliser le sol qui sera dès lors plus productif.
- * Mieux couvrir le sol de façon à le rendre moins facilement envahissable par les mauvaises herbes
- * Favoriser le développement des auxiliaires.
- * Assurer la pollinisation, pollen et nectar, ^{bandes} ~~bandes~~ florales ,arbres et arbustes

Associer des fleurs pour protéger les légumes

- Les soucis ont la réputation de tenir éloignés les insectes. A marier aux carottes, aux choux et aux laitues.
- Des capucines entre les rangs de tomate, choux, carottes, pomme de terre et haricots éloignent les mouches blanches (Aleurodes).
- Des œILLETS d'inde (tagètes) aux cotés des tomates, des choux, des haricots, des carottes, des pommes de terre et des poireaux sont des nématocides et un répulsif contre les Aleurodes.
- des branches de genêts entre les lignes de choux ,tiennent éloignée la chenille du chou.
- pour augmenter la productivité des haricots, planter quelques pois de senteur qui attirent les insectes pollinisateurs.

Associer des plantes aromatiques pour protéger les légumes et fleurs

- Pour lutter contre l'oïdium et les tâches noires des rosiers, planter de la ciboulette aux pieds des rosiers.
- Le romarin et le thym pour éloigner les pucerons et la piéride du chou.
- La lavande et la menthe tiendront à distance les fourmis et les pucerons.
- La tanaise tient éloignés les vers gris, les fourmis et doryphores

Associer les légumes entre eux

- Marier bourrache et aubergines, choux et fraisiers
- Phalécie avec carottes, choux et radis.
- tomates à coté des choux tiendra à distance la piéride du chou.
- menthe, sauge, fenouil protègent les choux des chenilles et papillons.
- La camomille est bénéfique aux concombres et oignons.

Échange réciproque

- la carotte et le poireau – la carotte met en fuite la mouche du poireau, tandis que le poireau éloigne la mouche de la carotte- idem avec la coriandre et la carotte.
- le céleri et le chou ; en effet si la chenille de la piéride du chou n'apprécie pas l'odeur du céleri, le chou lui protège le céleri de la maladie des tâches noires

Phalécie

Cas spécifique de la tomate :

La tomate apprécie fortement la présence à ses côtés de certaines plantes qui lui seront bénéfiques des diverses manières.

Les plants seront plus forts, moins sensibles aux diverses attaques et les fruits de meilleure qualité gustative.

- Les œillets d'inde par leur forte odeur font fuir les nématodes, les altisses, les pucerons et bien d'autres vers et insectes. Les soucis auraient les mêmes propriétés.

Certaines plantes aromatiques font très bon ménage avec la tomate, le basilic, améliore la saveur de la tomate, stimule sa croissance et éloigne les insectes, de même pour la menthe et la sauge ou encore le persil qui a l'étrange faculté d'améliorer le goût de la tomate.

Quant aux légumes :

La tomate se plaît en compagnie des asperges, des carottes, des pois, des laitues et radis

Miloud Belaabidia Ir .A

Grille des associations bonnes et mauvaises

Légumes	Bonnes associations	Mauvaises associations
Ail	betterave, camomille, carotte, céleri, concombre, fraise, laitue, sarriette, tomate	asperge, choux, haricot, pois
Aubergine	artichaut, persil, poireaux, pois, tomates	ail, betterave, oignon
Aucun	estragon, haricot, persil, piment, pois, thym, tomate	oignon, pomme de terre
Bœlle	choux, haricot, tomate	
Bœlle	oignon	
Bœlle	céleri, choux, laitue, oignon, radis	asperge, carotte, haricot, tomate
Bœlle	aneth, capucine, romarin, sauge, tomate	fraise
Bœlle	ail, cerfeuil, ciboulette, échalote, épinard, laitue, oignon, persil, poireau, pois, radis, romarin, sauge, tomate	aneth, betterave
Bœlle	ail, betterave, choux, concombre, cornichon, courge, épinard, haricot, poireau, pois, radis, tomate	carotte, maïs, persil, pomme de terre,
Bœlle	carotte, radis	
Bœlle		choux
Bœlle	betterave, brocoli, camomille, capucine, céleri, concombre, cornichon, fève, haricot, laitue, mâche, menthe, pois, pomme de terre, romarin, sarriette, sauge, thym, tomate	ail, chicorée, échalote, fenouil, fraise, poireau, radis, vigne
Bœlle	aneth, betterave, capucine, céleri, fève, haricot, laitue, menthe, pomme de terre, romarin, sauge	fraise, pois, tomate, vigne
Bœlle	aneth, betterave, camomille, capucine, céleri, fève, haricot, menthe, oignon, pomme de terre, radis, sauge	fraise, tomate, vigne
Bœlle	aneth, choux, haricot, laitue, maïs, oignon, pois, tournesol	melon, pomme de terre, tomate
Bœlle	pomme de terre,	
Bœlle	aneth, choux, haricot, laitue, maïs, oignon, pois, tournesol	melon, pomme de terre, tomate
Bœlle	basilic, capucine, laitue, maïs, melon	pomme de terre, radis
Bœlle	céleri, choux, fève, fraise, haricot, maïs, poireau, radis	betterave, pomme de terre
Bœlle	asperge, céleri, concombre, cornichon, courge, potiron	choux, haricot, pois, tomate
Bœlle	ail, carotte, céleri, radis	betterave, pomme de terre
Bœlle	ail, haricot, laitue, oignon, poireau, thym	choux
Bœlle	aubergine, carotte, céleri, choux, concombre, cornichon, épinard, laitue, mâche, pomme de terre, sarriette	ail, betterave, échalote, fenouil, oignon
Bœlle	aubergine, carotte, céleri, choux, concombre, cornichon, épinard, laitue, maïs, pois senteur, pomme de terre, sarriette	ail, betterave, échalote, fenouil, oignon
Bœlle	artichaut, betterave, carotte, choux, chou-fleur, concombre, cornichon, courge, fraise, oignon, poireau, pois, radis	épinard, persil, tournesol
Bœlle	poireau	
Bœlle	concombre, cornichon, courge, fève, haricot, pois, potiron, tomate	betterave, céleri, laitue, menthe, romarin
Bœlle	choux, navet, pois, radis, tomate	
Bœlle	laitue, menthe, pois, romarin	ail
Bœlle	betterave, camomille, carotte, fenouil, fraise, laitue, poireau, sarriette, tomate	choux, fève, haricot, pois, pomme de terre
Bœlle	radis	aneth
Bœlle	poireau, radis, tomate	choux, haricot, laitue, pois
Bœlle	aubergine, tomate	
Bœlle	betterave, carotte, céleri, épinard, laitue, oignon, pomme de terre, tomate	choux, haricot, pois
Bœlle	carotte, céleri, choux, concombre, cornichon, fève, laitue, maïs, navet, pomme de terre, radis	ail, échalote, oignon, persil, poireau
Bœlle	capucine, céleri, choux, fève, haricot, pois, raifort	aubergine, concombre, cornichon, courge, framboisier, oignon, pommier, tomate, tournesol
Bœlle	laitue, maïs, melon	pomme de terre
Bœlle	laitue, maïs, melon	pomme de terre
Bœlle	ail, carotte, cresson, haricot, laitue, persil, pois, tomate	choux, courge, pomme de terre
Bœlle	pomme de terre	
Bœlle	carotte, choux, fenouil, persil, pois, pomme de terre, thym, tomate	
Bœlle		
Bœlle	aneth, asperge, basilic, carotte, céleri, ciboulette, maïs, oignon, persil, radis	betterave, fenouil, haricot, pois, pomme de terre

association favorable

association non favorable

[illegible]

Le Guide Pour Bien Associer les Légumes de votre Potager

PLANTE	BONS COMPAGNONS	MAUVAIS COMPAGNONS
Haricots	Maïs concombre fraise tournesol chou tournesol	Oignon Ail Fenouil
Betteraves	Haricot oignon ail laitue chou	+ de P'tits Trucs : comment-economiser.fr
Aubergine	Calendula souci menthe pois	Tomate Haricot en grain Poivron
Brocoli, chou, chou-fleur	Plantes aromatiques sauge aneth betterave céleri Romarin ail pomme de terre oignon géranium	Fraise, fenouil, chou
Carotte	Laitue ciboulette poireau romarin sauge pois armoise	Céleri, persil
Laitue	Carotte radis, fraise concombre pois	Chou, tomate, céleri
Maïs	Tournesol amaranthe haricot pois citrouille courge concombre melon cucurbitacées persil	Pois, haricot, persil, poireau
Oignon, ail	Carotte betterave fraise laitue tomate chou	oignon, ail
Pois	Lavande carotte navet radis concombre maïs pois pousse bien avec la majorité des légumes	Haricot et chou
Poivron	Tomate géranium basilic carotte oignon	Citrouille concombre, tomate, melon, tournesol
Pomme de terre	Coriandre souci, pois maïs chou aubergine	Pomme de terre, fenouil, famille du chou
Epinard	Fraise haricot en grain pois	Dissuade les ravageurs, à planter partout
Tomates	Basilic origan persil ciboulette oignon capucine calendula céleri carotte bourrache géranium	Activateur de compost. Infusez les feuilles pour faire de l'engrais. Repousse la mouche du chou. Planter tout autour
Calendula	Tomate, repousse le vers de la tomate	Utilisez ses feuilles pour faire un insecticide
Bourrache	Sert d'engrais, les feuilles servent de paillis	Repousse mouches blanches et araignées rouges
Piment	Chou maïs	Dissuade le vers du chou
Souci	À planter à la volée, repousse pucerons, nématode bruche des haricots et autres nuisibles	Dissuade la mouche du chou et de la carotte et la bruche des haricots
Capucine	Tomate, augmente le goût	Tient les animaux à distance et la mouche blanche
Thym	Chou	Améliore la production d'huile essentielle
Romarin	Chou carotte haricot sauge	
Armoise	À planter en bordure du jardin	
Achillée	À planter à la volée, repousse pucerons, nématode bruche des haricots et autres nuisibles	

Chaque groupe de légumes a des besoins propres et se cultive de manière similaire.

Les **légumes fruits**: tomate, courge, poivron, concombre ont besoin d'un sol riche.

Les **légumes feuilles**: Céleri, Chou épinard, poireau, salade, fenouil recherchent un sol riche en éléments nutritifs et plus particulièrement en azote.

Les **légumes racines**: Ail, Betterave, Carotte, Échalote, Endive, Navet, Oignon, Radis, Pomme de terre quant à eux, puisent en profondeur leur nourriture.

Les **légumes fleurs**: Chou-fleur, Artichaut, Brocoli

Les **légumineuses**, (Haricot, Fève, Pois) au contraire, enrichissent la terre en azote : leurs racines portent de petits renflements, appelés nodosités.

Ces nœuds renferment des bactéries vivant en symbiose avec les légumineuses.

Ces derniers vont fournir aux bactéries de la nourriture, via le feuillage, et les bactéries vont, à leur tour, apporter aux légumineuses l'azote qu'elles fixent dans le sol.

Une fois la récolte terminée, les nodosités restent en terre et se décomposent, c'est ainsi que se trouve libéré l'azote.

Il ne faut pas chercher à intégrer les **plantes vivaces** (artichaut, asperge...) à la rotation. Leur réserver un endroit isolé de votre potager.

Association, rotation des cultures: les essentiels !!

La rotation des cultures:

- Elle consiste à ne pas planter ou semer le même légume au même endroit dans son jardin chaque année.
- Elle évite:
 - * de créer des carences au niveau des besoins alimentaires des légumes.
 - * l'installation de maladies ou de parasites restés dans le sol près de leurs hôtes favoris sur une même parcelle.
- Elle freine l'installation des nuisibles.

C'est donc une question de santé et de nutrition pour les plantes.

Exemple:

On évite de mettre des tomates près des pommes de terre.

Il faut éviter de planter des espèces qui ne s'associent pas bien l'une après l'autre.

► Quelques exemples:

- L'odeur des carottes repousse la mouche de l'oignon, elle lutte aussi contre la teigne du poireau.
- De même, la mouche de la carotte est repoussée par les oignons et les poireaux.
- Le basilic et le persil sont des défenseurs de la tomate.
- Planter du fenouil, de la menthe ou de la sauge près des choux protège des papillons nuisibles.
- L'**hysope** évite aux choux la ponte des mouches blanches.
- Les **salades** sont protégées des limaces quand elles sont plantées à proximité du fenouil. En effet, le fenouil dégage une odeur qui fait fuir les limaces.
- Contre les mouches blanches, planter des **oeillets d'Inde** avec les tomates, les choux, les haricots, les carottes, les pommes de terre et les poireaux.

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX

▶ Complémentarité :

- ▶ * au-dessus du sol (associer une espèce haute avec une espèce basse)
- ▶ * dans le sol (associer des systèmes racinaires différents)
- ▶ * Dans le temps (espèces avec des cycles différents)
- ▶ * botanique (végétaux de différentes familles)



Coopération en associant :

- * un végétal qui assure une couverture du sol.
- * une plante qui concentre des nutriments.
- * une plante qui attire les pollinisateurs.

ou comment associer ?

Planifier en :

- * limitant le nombre de légumes.
- * ajustant les espaces entre les plants.
- * adaptant la fertilisation et les arrosages.
- * respectant un minimum de rotation.

