

Les 5 règles pour réussir ses associations:

I. Mélanger les espèces et les familles botaniques dans le potager

Cela permettra de brouiller les pistes des insectes ravageurs. Au jeu du brouillage, le thym, le romarin, la sauge ou la lavande sont championnes.

II. Veiller aux besoins essentiels des plantes

Les plantes doivent bénéficier de l'espace, de la lumière et de l'eau qui leur sont nécessaires. Il est inutile, et même néfaste, de semer ou planter très serré. Tout le bénéfice de l'association sera perdu et cela favorisera les maladies.

III. Gare à l'allélopathie négative

Les plantes sécrétant des composés toxiques dans le sol ou celles qui exerceront une compétition importante vis-à-vis des autres plantes doivent rester isolées.

Exemples d'associations à éviter : ail contre légumineuses (pois, fèves..) / tomate contre courge / oignon contre choux, pois, haricots.

IV. Attention au calendrier de culture

Deux plantes peuvent être en théorie de bonnes voisines, mais si leurs cycles sont très différents, comment profiter de cette association ?

Exemple : l'épinard est mis en fin d'hiver et récolté avant les premières chaleurs du printemps et en automne alors que la tomate est repiquée en mai et sera retirée en fin d'été.

V. La juste dose en compost

Il n'est pas évident de faire voisiner une plante frugale comme l'ail et une plante gourmande comme la tomate : elles n'ont pas le même besoin en sels minéraux. Pour apporter un peu de souplesse au système, utilisez un compost bien mûr.

Les différentes manières d'associer



- **En lignes alternées** pour des légumes ayant le même cycle, semis et récolte à peu près au même moment.
- **Sur la même ligne en semis mélangés** : on utilisera cette technique pour optimiser l'espace (radis/carotte) ou pour mêler légumes et aromatiques annuelles comme la carotte et la coriandre.
- **Planter sur la même ligne** des plantes de cycle comparable avec un espace adéquat pour son développement. Exemple : tomate et basilic
- **Plantes de cycles et de rythmes de croissance différents** : on sèmera ou plantera simultanément des plantes de cycle court (radis, cresson) entre les plantes de cycle long. Ex : planter des laitues entre les choux, les cardons ou artichauts.
- **En bordure de potager** : cette solution convient particulièrement aux plantes

aromatiques vivaces (thym, sauge, romarin, lavande, etc.) ou annuelles (persil, coriandre, aneth, etc.), ainsi qu'aux fleurs (dahlia, zinnia, rosier, etc.).

Les types de plantes qui s'accordent bien

- Plantes hautes appréciant le soleil (maïs, tournesol, haricots) et plante d'ombre (laitue, épinard, bette, radis, radis noir).
- Plante hautes (maïs, haricots, chénopode, arroche, fève, chou de Bruxelles) et plantes basses (ex : épinard, salade, tétragone).
- Plantes supports (maïs, tournesol, ...) et plantes grimpantes (haricots grimpants, pois, ...)
- Gourmandes* (tomates, choux) et fertilisantes (fabacées).
- Gourmandes (tomates, choux, courge, courgette) et frugales (légumes feuilles, fabacées).

Exemples d'associations courantes et de leur utilité :

Ail rose + fraisier	Les caïeux d'ail se plantent très tôt. Leur odeur forte, soufrée, décourage bien des ravageurs d'autres plantes. Planté parmi les jeunes fraisiers installés à la fin de l'été, l'ail est efficace contre la pourriture grise (Botrytis). Plantez sans modération, il ne gênera pas la croissance des fraisiers. Il en est de même pour lutter contre la cloque sur la couronne du pêcher : mettre de l'ail autour de son pied.
Fève + épinard (ou arroche, laitue)	L'épinard (légume feuille) va utiliser l'azote des fèves. Semer des fèves tous les 40 cm dans tous les sens. Entre les fèves : espaces libres : soit pailler, soit mettre les épinards ou autres légumes feuilles qui ont besoin d'azote pour bien pousser.
Chou - épinard + laitue	On peut repiquer en alternance des choux et des laitues qui seront abritées par les choux sans les gêner du fait de leur rapidité de croissance. De chaque côté, semer des épinards eux aussi de croissance rapide. Épinards et laitues sont connus pour éloigner les altises, ravageurs des choux.
Oignon + carotte + laitue + radis	Oignon, poireau et ail sont la base de nombreuses associations. L'oignon peut se placer presque partout sauf au voisinage des choux, des pois des haricots. Les caïeux se plantent à 10 cm d'intervalle sur les lignes distantes de 25 cm. Vous pouvez espacer davantage pour insérer des semis de carotte nantaise, de laitue, de radis, etc. qui fournissent les premiers légumes du jardin, plus petits mais tellement bons ! Notez que ce sera surtout l'oignon qui profitera du voisinage de la carotte. On peut aussi semer celle-ci entre les lignes d'oignons. Les carottes éloignent la mouche de l'oignon, les oignons celle de la carotte.
Radis + cresson de jardin	Le radis et le cresson font partie de ces légumes à croissance très rapide, qui peuvent être placés au milieu de légumes à longue croissance, et cela tout l'année.
Navets + pois	Préférez des pois nains qui n'ont pas besoin d'être tuteurés.
Haricots grimpants + courge + maïs (= les 3 sœurs)	La courge garde le sol couvert et plus humide. Les haricots qui fixent l'azote dans le sol grimpent sur les tiges du maïs, qui est une plante très gourmande en sels minéraux et en eau.
Bourrache – chou-rave	La bourrache protège les choux-raves des chenilles (piéride du

	chou) : repérez un jeune pied de bourrache et prélevez-le de la terre avec les racines pour le repiquer au milieu des choux-raves. Les feuilles de bourrache répandues sur le sol éloignent aussi les limaces.
Salade - chou-rave - radis	La salade réduit l'invasion d'altises sur le chou-rave et le radis
Sarriette - basilic - fève	La sarriette et le basilic protègent contre le puceron de fèves
Pois nain- pomme de terre	Le pois éloigne le doryphore de la pomme de terre. Le pois nain qui est aussi butté peut être intercalé entre les rangs de pommes de terre.
Choux - cosmos - thym - sauge - menthe	Contre piéride du chou (les aromates brouillent le message olfactif du chou qui est à côté).
Tomate - céleri - chou de Bruxelles	La tomate et le céleri repoussent la piéride du chou
Betterave - chou pommé	Racines à différents niveaux
Tomates – soucis, tagète, zinnias	Contre nématodes (vers microscopiques mangeurs de racines des solanacées notamment)
Tomates (ou solanacées) - carotte - persil	L'odeur de tomate repousse la mouche de la carotte. Le persil protège aussi la carotte.
Tomates - poireau - basilic	Le parfum du basilic repousse les ravageurs de la tomate et du poireau.
Chou-fleur ou brocoli - céleri	L'odeur de céleri repousse la piéride du chou.
Aubergine - tagète	Les tagètes éloignent les nématodes
Carotte - aromatiques	Les aromatiques perturbent l'odorat de la mouche de la carotte.
Céleri branche - poireau	Le céleri protège contre la teigne du poireau
La capucine	Attire les pucerons sur elle et les détourne des autres plantes. A placer en bordure du potager par exemple.
Haricots - chou d'hiver (pour juillet/août)	Pour ne pas perdre de place (croissance rapide et croissance lente). Les haricots protègent de divers ravageurs.
Cerfeuil – salades/oignons/fraisiers	Planter du cerfeuil entre les salades, les oignons ou les fraisiers réduit les invasions de limaces .
Œillet d'Inde – rosiers – légumes	Les œillets d'Inde semés entre les roses et les légumes chassent et paralysent les nématodes .
Fleurs de soucis – légumes	Semés entre les légumes et les plantes d'ornement, les soucis tuent les nématodes . Ils peuvent, dans les rangs fertilisants, être semés comme première culture.
Mélisse citronnelle – légumes / arbres	La mélisse citronnelle est également une plante répulsive, à planter au pied des arbres et dans les coins du jardin propices aux pucerons .
Sauge – lavande - rosier	La sauge et la lavande protègent les rosiers des fourmis et des pucerons