

# Bien nourrir son sol

Dans les potagers, les cultures se succèdent intensivement tout au long de l'année.

Pour éviter l'appauvrissement du sol, il est impératif de le nourrir en respectant ce principe du jardinage biologique :

Apporter de la matière organique en surface car les plantes ne possédant pas d'intestins, c'est le sol et les précieux jardiniers de l'ombre qu'il abrite, qui vont libérer les éléments minéraux nécessaires aux plantes.

Voici quelques amendements organiques utilisables :

- Du **compost** véritable or noir issu de la transformation de la plupart des déchets du jardin et de la cuisine et **réactivateur de la vie du sol**

Dosage de moins de 3kg pour les légumes picoreurs (betteraves, carottes, chicorées, laitues, pois, panais, poirées... et plus de trois kilos pour les légumes gourmands (aubergines, céleris, choux, concombres, courges, épinards, fenouils, fraisiers, melons, poivrons, poireaux, pommes de terre, potirons, tomates...

- Différents **fumiers** : cheval, vache...qui gagnent à être compostés car ils deviennent plus stables et se trouvent aussi épurés (élimination des résidus de pesticides). Dosage moyen de 4 à 5 kg au m<sup>2</sup> en cas d'apport triennal.

- De la **cendre de bois**

C'est une bonne source de potassium. Il est préférable de l'apporter au printemps car ce composé est facilement lessivable.

Il est aussi conseillé de ne pas dépasser la dose de 50 à 100g au m<sup>2</sup> et de légèrement l'enfourir surtout si votre sol est argileux pour éviter la formation d'une croûte.

- Des **coquilles d'oeufs, de moules, d'huîtres broyées**

Ce sont des sources d'ions calcium indispensables car chargés positivement ils assurent la cohésion de la matière organique à l'argile (**complexe argilo-humique**)

Tableau comparatif des compositions de fumiers et compost

Type d'amendements	Azote*	Phosphate*	Potasse*
Fumier de bovin	6,5	3	11
Fumier de bovin composté	8	5	14
Fumier de cheval	8,2	3,2	9
Compost	8	4	10

\*en kg par tonne de produit brut



**Ecomusée**  
Hannonville-sous-les-Côtes

Association Ecomusée d'Hannonville Sous Les Côtes

87 Rue Chaude 55210 Hannonville Sous Les côtes

Tél : 03.29.87.32.94 email : [ecomusee.hannonville@wanadoo.fr](mailto:ecomusee.hannonville@wanadoo.fr) / [www.ecomusee-hannonville.com](http://www.ecomusee-hannonville.com)

## Quelques engrais verts faciles à utiliser au potager

Engrais verts	Dates de semis	Doses de semis	Croissance	Effet sur sol	Qualité apicole	Avantages	Inconvénients
<b>Les moutardes</b> 	Avril à septembre	2 à 3g /m2	***	****	***	Croissance rapide Action anti nématodes Bloqueraient l'éclosion des œufs de limaces Gélives Attirent les syrphes	Difficiles à enfouir Brassicacées donc comme cultures suivantes éviter radis, choux, navets...
<b>Le sarrasin</b> 	Fin avril à fin août	6g/m2	***	*	***	Adapté au sol pauvre Lutte contre les adventices	
<b>La phacélie</b> 	Avril à fin août	1 à 1,5g/m2	***	***	***	Action anti nématodes Fixe les nitrates Etouffe les "mauvaises herbes" (chiendent) Améliore la structure du sol Gélive Très appréciée par abeilles et bourdons	Craint la chaleur et le froid
<b>Les vesces</b> 	Mars à mai Août à septembre	6 à 8g/m2	**	**	*	Luttent contre adventices Apport d'azote Apprécies par les coccinelles	