

# Les tutos

# Créer les conditions

# d'un sol vivant



Un sol vivant, c'est un sol plein de bactéries, champignons, vers de terre et micro-organismes. Plus cette vie est riche, plus vos plantes sont résistantes, nourries et autonomes.

## ETAPE 1 : ARRETER DE « MALTRAITER » LE SOL

- Bannir le bêchage
- Aérer le sol légèrement à l'aide d'une fourche bêche ou d'une grelinette
- Laisser le sol tranquille autant que possible

## ETAPE 2 : COUVRIR LE SOL EN PERMANENCE

Le meilleur paillage est local, diversifié et gratuit. Il nourrit les bactéries, protège de la sécheresse et maintient l'humidité :

- Paille       Feuilles mortes       Tontes séchées
- Bois Raméal Fragmenté       Fumier pailleux       Foin

Votre sol peut-être couvert tout au long de l'année

## ÉTAPE 3 – NOURRIR LE SOL AVANT DE NOURRIR LES PLANTES

Les plantes mangent grâce au sol : les bactéries transforment la matière organique en nourriture assimilable pour les plantes.

Vous pouvez recourir au

- Compost mûr       Fumier bien décomposé       Lombricompost
- Purins végétaux dilués

Ces différentes matières organiques, riches en carbone, s'utilisent de septembre à mars.

## ÉTAPE 4 – DIVERSIFIER LES CULTURES

Chaque plante nourrit des micro-organismes différents.

Penser à

- Mélanger légumes, fleurs et aromatiques
- Éviter les grandes surfaces d'une seule plante
- Associer les cultures

## **ÉTAPE 5 – FAVORISER LES CHAMPIGNONS DU SOL**

Les champignons mycorhiziens aident les plantes à absorber l'eau et les minéraux

- Utiliser du BRF
- Laisser des zones un peu sauvages
- Éviter les traitements chimiques

## **ETAPE 6 - ARROSER NI TROP, NI TROP PEU**

- Arroser moins souvent mais en profondeur
- Eviter d'arroser en pleine chaleur

## **ETAPE 7 - DIRE NON AUX PRODUITS CHIMIQUES**

Ils déséquilibrent le sol et appauvissent la biodiversité invisible

- herbicides       insecticides     engrais chimiques

**EN RESUME, un sol vivant, c'est, un sol**

- couvert
- nourri
- peu travaillé
- diversifié
- respecté