

Annexe 2 : Engrais vert :
(Sepp Holzer : « La permaculture de Sepp Holzer », 2011)

– **Fabacées :**

- Lupins : Annuel, stabilisation de pente et formation d'humus surtout dans les sols sablonneux et acides, plantes fourragère et plante pour abeilles et insectes
 - Lupin jauné (Lupinus luteus)
 - Lupin blanc (Lupinus albus)
 - Lupin bleu à folioles étroites (Lupinus angustifolius)
- Pois :
 - Pois fourrager (Pisum sativum) : annuel, plantes fourragère
 - Pois carré (Lathyrus sativus) : annuel, peu exigeant
- Vesce :
 - Vesce velue (Vicia villosa) : pluriannuelle, sols négers, plantes nectarienne
 - Vesce commune (Vicia sativa) : annuel et bisannuel peu exigeante,
 - Féves (Vicia faba) : annuelle, sols meubles, plantes fourragère riche en protéine
- Melilot : bisannuel, supporte les sols secs, engrais vert permanent, stabilise les pentes
 - Melilot (Melilotus officinalis)
 - Mélilot blanc (Melilotus albus)
- Trèfle :
 - Trèfle violet (Trifolium pratense) : bisannuel, culture permanente, plante fourragère
 - Trèfle semeur (Trifolium subterraneum) : annuel, sols acide, culture permanente, bon couvre-sol
 - Trèfle hybride (Trifolium hybridum) : vivace, plante fourragère
 - Trèfle incanat (Trifolium incanatum) : annuel à bisannuel, engrais vert permanente
 - Trèfle de Perse (Trifolium resupinatum) : annuel, sensible au gel
 - Trèfle d'Alexandrie (Trifolium alexandrinum) : annuel sensible au gel
- Anthyllis vulneraria : bisannuelle, supporte les sols pauvres, bon couvre-sol
- Luzerne :
 - Luzerne (Medicago sativa) : vivace, engrais vert permanent, supporte les sols secs, stabilise les pentes, bonnes plantes fourragères
 - Luzerne lupuline (Medicago lupulina) : vivace, peu exigeant, bon couvre-sol
- Lotier corniculé (Lotus corniculatus) : vivace résistante, engrais vert permanent, bon couvre-sol
- Esparcette cultivée (Onobrychis vicifolia) : vivace, sols clacaires, plantes pionnières, engrais vert permanent, plante mellifère et fourragère
- Serradelle (Ornithopus sativus) : annuelle à bisannuelle, sols acides, sablonneux, plante fourragère

– **Brassicacée :**

- Colza (Brassica napus) : annuel (forme estivale) ou bisannuel (forme hivernale), plantes mellifère peu exigeante
- Navette (Brassica rapa) : fruit d'été et d'hiver similaire au colza, peu exigeant
- Radis oléifère (Raphanus sativus) : annuel, plante fourragère
- Moutarde (Sinapis alba) : annuelle, peu exigeante, pionnière, sensible au gel
- Chou moellier (Brassica oleracea var. Medullosa) : annuel, plantes fourragère

– **Poacée**

- Seigle : interannuel, résistant au froid, peu exigeant, plantes fourragère et bon rendement en grain
 - Seigle fourrager (Secale cereale)
 - Seigle de la Saint-Jean (Secale multicaule)
- Millet commun (Sorghum dochna) : annuel, zones chaudes

– **Autres plantes :**

- Sarrazin (Fagopyrum esculentum) : annuel, plante mellifère
- Phacélie (Phacelia tanacetifolia) : annuelle, peu exigeante, tous types de sols, plantes mellifère
- Tournesol (Helianthus annuus) : annuel, plantes mellifère, nourriture pour les oiseaux
- Topinambour (Helianthus tuberosus) : Résistant au froid, peu exigeant, très prolifique, plantes fourragères
- Lin (Linum sp.) : annuel, plante oléagineuse et fibreuse
- Cameline (Camelina sativa) : annuelle, peu exigeante, croissance rapide, supporte les sols sablonneux, résiste à la sécheresse, peu sensible aux maladies et aux parasites, plantes oléagineuse
- Pimprenelle (Sanguisorba minor) : pluriannuelle, peu exigeante, supporte les sols calcaires, engrais vert pour culture permanente
- Mauve (Malva sylvestris) : vivace, engrais vert permanent, plantes médicales et mellifère

Légumes Vivaces et généreux (Etage inférieur) :

- **Chénopodiacées : famille des épinards**
 - **Chénopodes** : Chénopode bon-henri, Chénopode blanc
 - **Arroches** (Atriplex sp.)
 - **Epinards et Bette** (*Beta vulgaris*) : se resseme, laisser monter en graine.
 - **Bette maritime** : vivace (*Beta vulgaris*)
- **Crucifères : famille des choux**
 - On peut les rendre plus ou moins vivaces en coupant à la base du tronc et en incisant en 4.
 - 2 Choux vivaces : **Choux brocoli vivace nine star** (empêcher de fleurir) et Chou perpétuel (le plus connu **Chou Daubenton**). *Brassica oleracea*
 - Egalement **le Crambé** (Choux maritime)
- **Alliacées : famille de l'ail et l'oignon**
 - **Ail des ours** (*Allium ursinum*)
 - **Ciboule commune** (*Allium fistulosum*)
 - **Ciboule vivace** (*Allium cepa* var. *Perutile*)
 - **Oignon d'Egypte** (Oignon perpétuel) *Allium cepa proliferum* se resseme en ployant sous son poids Oignon Rocambole
 - **Ciboulette** (*Allium schoenoprasum*)
 - **Ciboule de Chine** (*Allium tuberosum*)
 - **Ail rocambole** (*Allium sativum ophioscorodon*) (*Allium scorodoprasum*)
 - **Poireau perpétuel**
 - **Echalote perpétuel / Ciboule de St-Jacques**
 - **Fenouils vivaces** (*Foeniculum vulgare* et *Meum athamanticum*)
- **Des Salades « vivaces » :**
 - **Roquette vivace**
 - **Grande capucine** (*Tropaloeum majus*) : feuilles pour les salades, grimpantes ou rampantes
 - **Laitue vivace** (*Lactuca perennis*)
- **Légumes racines :**
 - **Ail Eléphant**
 - **Topinambour** (*Helianthus tuberosus*) : pousse très haut et envahissant : mais comestibles et mulch
 - **Glycine tubéreuse** (*Apios americana*) : lianes, fixatrice d'azote, pommes de terre
 - **Scorsonère** (*Scorzonera hispanica*)
 - **Capucine**
 - **Crosnes**
 - **Ocas**
 - **Souchet comestible**
 - **Poire de terre**
- **Autres Légumes vivaces :**

- HOPKINS Rob, 2008). *Manuel de transition : de la dépendance au pétrole à la résilience locale*. Coordination de l'édition en français par DURAND Michel. Éditions Ecosociété, 2010, 212p.
- *Revue : Passerelle Eco* (49 numéro)
- **Films :**
 - Holzer, *Permaculture en Europe* : 3 films, 88 minutes
 - Wallner, *Au petit Colibri*, 94 minutes
 - Wallner, *Culture sur Buttes*, 62 minutes
 - HAZELIP Emilia, 1999 *Synergistic Garden*. (Cassette vidéo VHS), Studio Permanent Publications.

Les Livres de Jardins naturels :

- Jean-Marie Lespinnasse : **Le jardinage naturel**
 - LESPINASSE J.-M., 2006, *Le jardin naturel*, Rodez : Éditions du Rouergue, 175 p.
- Soltner Dominique, 2010, *Guide du nouveau jardinage*, collection sciences et techniques agricoles, 112p.
- Lewis et Lowenfels, 2008, *Collaborer avec les bactéries et autres microorganismes*, éd. Du Rouergue 203p.
- ASSELINÉAU Eléa et DOMENECH Gilles, 2002, *De l'arbre au sol, les Bois Raméaux Fragmentés*. Éditions du Rouergue, Rodez, 190p.
- BOURGUIGNON Claude, 2008. *Le sol, la terre et les champs*. Éditions Sang de la terre, Paris, 221p.
- BARBIE Olivier : ITAN :Série d'articles <http://www.itan.fr/>
- RABHI Pierre, 1997. *Manifeste pour des Oasis en tous lieux*. Ouvrage collectif sous la direction de.
- DUCERF G., 2007, *Encyclopédie des plantes bio-indicatrices alimentaires et médicinales*, Tome 1, 2 et 3, Briant : Editions Promonature, 351 p.
- Fortier J-M., *Le jardinier-maraîcher*
- Petiot Eric, *Purin d'ortie et compagnie* et *Les Soins naturels aux arbres*
- *Le poireau préfère les fraises*
- Maurice Chaudière, *la friche forestière*
- *Petit Manuel pour faire ses semences*

Annuaire Internet

Semence – Plantons

Suisse :

- **Kokopelli Suisse** : Biodiversité des semences, échange de graines, énorme catalogue
 - <http://kokopelli-suisse.com/wordpress/>
- **Zollinger Samen** : Producteur de semences bio aux Evouettes
 - <http://zollinger-samen.ch/fr/>
- **Pro Specia Rara** : catalogue accessible après être devenu membre, échange de graines, variétés anciennes locales Suisse
 - <http://www.prospecierara.ch/fr/home>
- **UFA Samen** : choix de semences pour prairies sèches ou gazon, milieux écologiques
 - <http://www.ufasamen.ch/fr/>
- **Sativa** : nombreuses semences bio et demeter
 - <http://gartenshop.sativa-rheinau.ch/index.php?language=fr>
- **Le jardin des senteurs** : Horticulteurs à Neuchâtel, beaucoup de variétés d'aromatiques et vivaces
 - <http://www.jardin-des-senteurs.ch/>
- **Retropomme** Association suisse pour la sauvegarde du patrimoine fruitier, ont publié un ouvrage très intéressant
 - <http://www.retropomme.ch/WP/>
- **Select** : vente de graines
 - <http://www.graines.ch/fr/start.aspx>
- **Plantes.ch** : choix d'arbres, arbustes, vivaces
 - <http://www.plantes.ch/fr/fruitiers-et-baies.html>
- **BioPilz** : culture de champignons (pleurotte et shitaké)
 - <http://www.biopilz.ch/cms/home.html>

France :

- Bourse aux Greffons :
 - <http://www.greffer.net/>
 - <http://www.fruitiers.net/bourse.php>
- Graines Baumaux :
 - <http://www.graines-baumaux.fr/>

Informations sur les plantes et leur milieu :

- Plants for a future : <http://www.pfaf.org>
- Plantes d'avenir : <http://plantes-davenir.loncletom.fr/>
- Stop OGM : <http://www.stopogm.ch/>

Sambucus canadensis)

- **Argousier** (Hypophae rhamnoides) : buisson comestible
- **Eglantier** (Rosa canina) : buisson comestible, variété avec et sans épines
- **Noisetier** (Corylus avellana) : généreux à tailler mais fournissent nourriture et sources de bois (voir var. Cornuta)
- **Viorne** (Viburnum) buisson, certaines espèces comestible, Viorne obier (Viburnum opulum) : comestible une fois cuits
- **Tilleul** (Tilla) pour tisanes
- **Chèvrefeuille** (Lonicera) : buisson, certaines espèces comestible (Lonicera kamschatica – caerulea var. Edulis)
 - Le chèvrefeuille bleue (Lonicera caerulea edulis) : arbuste et non liane, baies comestibles cuites
- **Eleagnus** : Chalef argenté, chalef de Ebbing, Olivier de Bohême, : fruit en avril, mai, Légumineuse

- **Aubépines** (Crataegus sp.) et Prunier comme porte-greffe
- Pour Haies : Boulot, Merisier à grappe (Prunus padus), Erable, alisier blanc (Sorbus torminalis)
- Finalement : **des essences locales indigènes non-comestible** pour la diversité
 - Saules, surtout l'osier (Salix viminalis), attention à l'envahissement
 - Cornouiller sanguin, Chèvrefeuille, Houx, Lierre Fusain d'Europe,
- **A éviter pour les jardins-forêts**, plutôt pour les haies ou les arbres isolés
 - Peupliers, saules, Sorbier des oiseleurs, Alisiers blancs, Hêtres, chênes, tilleul : trop grand et trop demandant en nutriments.
 - Châtaigniers et Noyers : trop grand, allélopathique

- Buisson comestible à découvrir
 - Amorpha fruticosa
 - Gaultheria shallon
 - Gaylussucia baccata
 - Pawlonia tomentosa
 - Miscanthus
 - Eleagnus (var Sweet 8 taste »

Petits fruits, lianes et tapissantes (Etages intermédiaires et inférieur)

- **Petits fruits :**
 - **Groseille** : (Ribes rubrum, spicatum)
 - **Cassis** : (Ribes nigrum var. Bentron/benconan/titania)
 - **Maquereau** (Ribes uva-crispa)
 - **Baie de Josta**
 - **Framboises** (Rubus ideaus)
 - **Mûres** (Rubus fruticosus) (à voir Rubus vitifolius)
 - **Les ronces** (Rubus) : toutes une palette de variétés adaptées au jardin
 - Les mûres du Japon (Rubus phoenicolas) : très bonnes et jolies, sans épines

- **Lianes :**