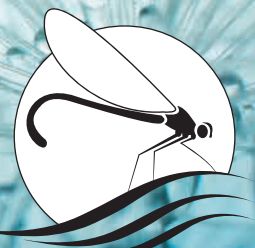


# LA LETTRE DE L'EAU

La Lettre des Missions de protection des eaux souterraines et superficielles



MISSION EAU  
zones pilotes

## SOMMAIRE

p.1

Qualité de l'eau potable  
Newsletter Lettre de l'Eau

p.2

Les couverts végétaux : des plantes  
qui progètent l'eau

p.3

Jardinage : des plantes compagnes  
pour des extraits utiles !

p.4

Recette de saison par Jean-François  
de la Maison de la Nature de  
Muttersholtz

### CONTACT :

Julien BREFIE

Mission Eau - Piémont d'Alsace centrale  
julien.brefie@sdea.fr

Tél. : 07 72 50 89 48

SDEA



Rejoignez-nous sur Facebook @MissionsEauAlsace

## ACTUALITÉS

EAU

SITES INTERNET

### QUALITE DE L'EAU POTABLE

Informations en ligne : où chercher,  
comment s'y retrouver ?

Générations Futures et Data for Good ont publié récemment une carte interactive sur la qualité de l'eau du robinet en France 'Dans mon Eau'. La carte est

accessible via le lien suivant : <https://dansmoneau.fr/>.

Les données sont issues du site de l'Agence Régionale de Santé (en ligne pour tous ici : <https://www.grand-est.ars.sante.fr/eau-du-robinet-1>) et celles communiquées en mairie.

Sur votre territoire, vous pouvez retrouver la mention « **Au moins un polluant quantifié sans dépassement des limites de qualité** ». Cela signifie que les teneurs restent inférieures à la norme sanitaire, donc l'eau **reste potable et consommable** dans tous les cas.

L'eau du robinet reste **l'un des aliments les plus contrôlés en France**. L'ARS réalise des prélèvements et des analyses régulièrement afin de s'assurer de la qualité de cette ressource. Au SDEA, nous effectuons en parallèle des contrôles renforcés tous les mois, notamment sur nos captages sensibles et dégradés.



## EDIT'EAU



*Cela ne vous a probablement pas échappé : des champs de notre plaine d'Alsace sont particulièrement fleuris cet automne.*

*On y reconnaît des tournesols, des phacélies bleues, des radis fourragers des vesces ou des féveroles et de la moutarde jaune.*

*Ce sont des cultures intermédiaires semées par les agriculteurs soucieux de la qualité de l'eau. En effet, ces plantes captent les nitrates résiduels dans le sol et évitent ainsi leur lessivage dans le sol.*

*Nous pouvons nous réjouir collectivement de cette pratique vertueuse qui est accompagnée par le SDEA notamment dans le cadre de projets comme les « Paiements pour Services Environnementaux » (PSE), dispositif soutenu financièrement par l'Agence de l'Eau Rhin-Meuse.*

*Un grand bravo pour tous ceux qui œuvrent à ces progrès !*

Patrick BARBIERE

Président de la Mission Eau,  
Vice-Président du SDEA

### DÉMATÉRIALISATION DE LA LETTRE DE L'EAU

Afin de **limiter les impressions papier** de la lettre de l'eau dans le cadre de la politique de développement durable du SDEA, nous souhaitons **évaluer la mise en place d'un format numérique de la Lettre de l'eau**, envoyé directement par courriel.

Durant l'année 2025, nous vous proposons donc de vous inscrire en remplissant le **formulaire disponible via le QR code** ci-contre ou en vous inscrivant directement à l'adresse mail suivante :

[missions.eau@sdea.fr](mailto:missions.eau@sdea.fr)

La version **numérique sera disponible à partir de 2026**. Des exemplaires papier en nombre limité seront toutefois encore mis à disposition du public en mairie.

Nous vous remercions pour votre précieuse collaboration tout au long de l'année 2025 pour organiser la mise en place de ce nouveau format de la Lettre de l'eau !.



# LES COUVERTS VÉGÉTAUX

## DES PLANTES QUI PROTÈGENT L'EAU



### L'innovation au service des couverts végétaux

Si l'idée paraît simple — semer des plantes entre deux cultures —, **les techniques évoluent rapidement** grâce à **la recherche** et **aux outils numériques**.

- Les **drones et satellites** : ils permettent de cartographier les champs, de mesurer la densité des couverts et d'évaluer leur efficacité pour piéger l'azote.
- Les **capteurs connectés** : placés dans le sol, ils suivent l'humidité et la teneur en nitrates pour aider à décider du bon moment pour semer ou détruire un couvert.
- Les **semoirs de précision** : ils permettent d'implanter plusieurs espèces en même temps, dans les bonnes proportions, parfois directement après la récolte sans travail du sol.
- La **recherche variétale** : de nouveaux mélanges de plantes sont testés pour mieux s'adapter aux sols et au climat local, avec encore plus d'efficacité.

L'agriculture d'aujourd'hui n'est pas figée : elle s'appuie sur la technologie, **l'innovation** et le **savoir-faire** des agriculteurs pour protéger l'eau, ressource commune à tous.

*Quand on ouvre un robinet, on ne pense pas toujours au chemin parcouru par l'eau. Elle vient en grande partie des nappes phréatiques, véritables « réservoirs naturels » sous nos pieds. Mais ces nappes sont fragiles : elles peuvent être polluées par les nitrates ou d'autres substances. Et si des plantes pouvaient agir comme un filtre naturel, pour protéger cette ressource essentielle ? C'est précisément le rôle des couverts végétaux.*

### ■ DÉFINITION ET EXEMPLES

Un couvert végétal, c'est une **culture « intermédiaire »** que l'on sème entre deux récoltes principales. Elles peuvent être destinées à nourrir directement les animaux ou servir à la production d'énergie en plus de jouer un **rôle écologique** crucial.

On y trouve par exemple :

- **la moutarde blanche** : pousse très vite, même à l'automne.



- **le radis fourrager** : ses grosses racines décompactent le sol.

- **la phacélie** : très mellifère, elle attire les abeilles.



- **la vesce ou la féverole** : des légumineuses capables de fixer l'azote de l'air.

### ■ REGLEMENTATION EN MILIEU AGRICOLE

En agriculture, des règles d'implantation et de destruction des couverts existent. Elles sont règlementées dans certaines zones par la **directive nitrates**. De plus, des **démarches volontaires**, telles que les **Paiements pour Services Environnementaux** proposés par le SDEA et l'Agence de l'Eau Rhin-Meuse, peuvent être mises en place sur les territoires pour

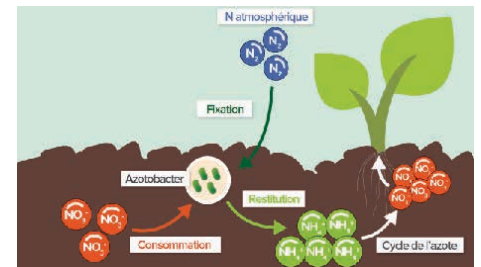
encourager ces bonnes pratiques.

### ■ INTÉRÊTS POUR LA QUALITÉ DE L'EAU

Un sol nu est comme une assiette sans couvercle : tout ce qui tombe dessus peut être emporté. Quand il pleut, les nitrates et certains résidus de produits phytosanitaires, appelés **métabolites**, risquent de **descendre directement vers la nappe phréatique**.

Avec un couvert, le scénario change :

- **les racines captent les nitrates** : au lieu de « filer » dans l'eau, ils sont stockés par les plantes, puis restitués plus tard lors de leur décomposition.



- **le sol reste vivant et structuré** : grâce aux racines, la terre garde une bonne porosité. L'eau s'infiltre doucement au lieu de ruisseler.

- **moins d'érosion** : les pluies d'automne et d'hiver, parfois violentes, n'emportent plus la terre.

On peut comparer le couvert à une **éponge verte** qui retient les excédents et libère de l'eau propre, utile à la recharge des nappes.

### ■ DE NOMBREUX AUTRES BÉNÉFICES

Les couverts végétaux sont de **véritables « couteaux suisses »** pour l'agriculture :

- **améliorer la qualité du sol** : plus de matière organique, meilleure fertilité, sols plus faciles à travailler.
- **nourrir les pollinisateurs** : les fleurs de phacélie ou de moutarde offrent du **nectar** à une période où peu de ressources sont disponibles.
- **limiter les mauvaises herbes** : un sol occupé laisse **peu de place aux adventices**.
- **alimenter les animaux** : certains couverts peuvent être pâturés par les troupeaux, offrant un **fouissage** complémentaire.

Propos et photos recueillis par François Poutet-Couturier de la Chambre d'Agriculture d'Alsace.

# JARDINAGE

## DES PLANTES COMPAGNES POUR DES EXTRAITS UTILES !



La mélisse



### QUELQUES PLANTES UTILES

#### **SUREAU** : Action répulsive « taupe, campagnol et mulot »

Extrait fermenté : 1kg de plante fraîche dans 10 litres d'eau / macération de 3 à 4 jours / arrosage pur sur les espaces à protéger.

#### **SAUGE** ou **MÉLISSE** : Action « insectifuge et insecticide »

Infusion : 100g de plante fraîche dans 1 litre d'eau / pas de conservation / pulvérisation pur.

#### **CONSOUDE** et **ORTIE** : Action « stimulante »

Extrait fermenté : 1kg de plante fraîche dans 10 litres d'eau / macération pendant plusieurs jours : brassage 2 à 3 fois par jour, utilisation lorsqu'il y a absence de mousse jaunâtre / conservation 3 mois dans bidon à l'abri de la lumière et au frais / pulvérisation à dilution de 5% ou arrosage à dilution de 20%.

#### **LAVANDE** : Action « insectifuge et insecticide »

Infusion : 100g de plante fraîche dans 1 litre d'eau / pulvérisation pur.

*Dans le cadre de la dernière semaine des alternatives aux pesticides, plusieurs animations ont abordé le thème du jardinage naturel : biodiversité, aménagement, auxiliaires et plantes compagnes. Petit résumé des informations transmises et partagées concernant les bases du jardinage naturel et les plantes utiles au jardin !*

### ■ 4 PRÉREQUIS DE JARDINAGE

#### 1. La biodiversité

Plus la biodiversité est favorisée dans le jardin, moins les invasions de prédateurs sont à craindre. **Le jardinier doit veiller à préserver ou créer des habitats différents** : paillis de feuilles mortes, haies diversifiées, tas de pierres, des espaces « humides », des nichoirs...

#### 2. Des plantes adaptées

Plus les plantes sont « à l'aise » dans leur milieu de vie, **plus elles croissent et se développent en harmonie et sans accident**. Elles sont moins malades ou souffrent moins d'attaques de prédateurs.

#### 3. Nourrir le sol

Pour favoriser l'activité des micro et macro-organismes du sol, **le jardinier privilégie le compostage et mieux encore le paillage et les paillis de ses biodéchets**.

Un excès d'engrais, qu'il soit organique ou de synthèse, rend les plantes sensibles aux pucerons et au blanc (oïdium).

#### 4. Les associations

Les plantes ont des influences les unes sur les autres (facteurs biotiques).

Certaines plantes émettent **de fortes odeurs pour « troubler » voire faire fuir les insectes** (plantes aromatiques (thym, sauge, origan) ou sauvages (achillée, tanaïsie...). D'autres comme les **oeilleux d'Inde protègent des nématodes**.

Certaines plantes attirent les prédateurs pour devenir **des gardes manger pour nos auxiliaires** (pour attirer les pucerons : sureau, capucine, ortie ou bouillon blanc).

### ■ L'UTILISATION DES EXTRAITS DE PLANTES

Quelles que soient les techniques, tous les utilisateurs ont la même astuce : préférer **l'eau de pluie à l'eau du robinet**. Cela permet d'avoir une eau à bonne température. Si vous n'avez pas de récupérateur d'eau de pluie, laissez reposer l'eau du robinet pendant 24h.

La température de l'eau doit être supérieure à 15°C (préparation ou pulvérisation).

Il existe 4 types de préparation d'extrait de plantes :

- **Les macérations non-fermentées** : faire macérer les plantes 24 heures, filtrer, puis pulvériser sans dilution.

- **Les infusions** : mettre les plantes dans une casserole déposée sur le feu et chauffer jusqu'aux premiers frémissements, laisser refroidir, filtrer puis pulvériser sans dilution.

- **Les décoctions** : faire macérer les plantes 24h, puis chauffer 20 minutes (petits bouillons). Laisser refroidir, filtrer puis pulvériser sans dilution (en général).

- **Les extraits fermentés** : déposer les plantes dans un récipient, laisser macérer plusieurs jours jusqu'à l'arrêt de la fermentation en remuant tous les jours, puis pulvériser avec dilution.

**A retenir** : La quantité de **plantes fraîches par litre d'eau est de 100g** (1kg pour 10 litres). **Elle est de 30g pour les plantes sèches**.



Consoude



Sauge et sureau

# RECETTE DE SAISON

PAR JEAN-FRANÇOIS DE LA MAISON DE LA NATURE DE MUTTERSCHOLTZ



## Notion d'intersaison

C'est quoi l'intersaison ? Il s'agit de la 5ème saison du calendrier chinois, qui définit le désamorçage de la saison précédente et l'amorçage de la saison suivante.

## Brocamole ou guacamole de proximité

### ZOOM

#### Les avocats

Cultivés dans le sud de la France, notamment en Corse et sur la Côte d'Azur, ils arrivent à maturité en automne et en hiver. Pour produire 1 kg d'avocat, l'empreinte carbone varie de 1,5 à 2,5 kg CO<sub>2</sub> équivalent et la consommation d'eau est en moyenne de 1000 litres. En dehors de cette période le brocoli est une bonne alternative pour se rapprocher de l'avocat en purée et réduire l'impact sur l'environnement avec un bilan carbone positif.



#### Ingrédients :

- 300g de brocoli
- 2 gousses d'ail
- 2 échalotes
- Un bouquet de coriandre fraîche
- 1 à 2 citrons
- 12 graines de Coriandre
- Piment, cumin
- Huile d'olive
- 1 pointe de couteau de bicarbonate



#### Préambule :

##### Cuisson des brocolis :

Il n'est pas nécessaire de les cuire dans un grand volume d'eau pour conserver leur belle couleur verte. De plus, les vitamines et nutriments se perdent souvent dans l'eau. On peut privilégier une cuisson à l'étuvée ou à l'étouffée, qui consiste à cuire les aliments dans leur propre jus. On peut aussi ajouter une pointe de couteau de bicarbonate : cela aide à fixer la chlorophylle et à attendrir les fibres.

#### Préparation :

1. Faites torréfier les graines de coriandre dans une casserole.
2. Ajoutez une cuillère à soupe d'huile, une gousse d'ail et l'échalote coupée en morceaux.
3. Incorporez les bouquets de brocoli, en ajoutant également le tronc épluché et les feuilles tendres.
4. Versez un grand verre d'eau, ajoutez le bicarbonate et ajustez le liquide en cours de cuisson si nécessaire.
5. Laissez refroidir.
6. Mixez finement avec la coriandre fraîche, une gousse d'ail écrasée, un filet de jus de citron, les épices et un peu d'huile d'olive. Parsemez avec les graines de coriandres avant dégustation.

Recettes de Jean-François Dusart Cuisinier/formateur  
à la Maison de la nature du Ried et de l'Alsace centrale à Mitterscholtz

## LA LETTRE DE L'EAU

n°44 Décembre 2025

Édition pluriannuelle diffusée par les 7 Missions des syndicats d'eau sur les zones pilotes

#### CONTACT :

**Julien BREFIE**  
Mission Eau SDEA  
Secteur Piémont d'Alsace centrale  
4 rue d'Espagne  
Parc d'activité des nations  
67230 BENFELD  
julien.brefie@sdea.fr  
Tél. 07 72 50 89 48

Rejoignez-nous sur Facebook @MissionsEauAlsace



#### PUBLICATION :

Directeur de la publication : Franck Hufschmitt  
Création : SKERZO Marketing & Communication  
Conception - rédaction : Mission eau, Jean-François Dusart  
Photos - illustrations : SDEA, Pixabay, Maison de la Nature de Mitterscholtz  
Impression : La Poste / Tirage : 10464 exemplaires.  
N° ISSN : 2273-6573 / Dépôt légal : janvier 2020

#### FINANCEURS :

**SDEA Alsace-Moselle** : Périmètre de l'ill au Vignoble, Stotzheim et environs, commune de Kintzheim - Agence de l'eau Rhin-Meuse

