



## LE SAVIEZ-VOUS ?

- ▶ La France compte environ 13 millions de jardiniers amateurs qui utilisent plus de **6 000 tonnes de produits phytosanitaires** (désherbants, pesticides) par an !
- ▶ Les jardiniers amateurs seraient responsables pour **1/4 de la pollution des eaux** de surfaces et des nappes souterraines.
- ▶ Un Français absorbe chaque année en moyenne **1,5 kg de pesticides dans son alimentation**.
- ▶ Actuellement, les **espèces vivantes** disparaissent à un rythme 100 à 1000 fois supérieur au taux naturel d'extinction.
- ▶ Environ **1/3 des déchets** qui finissent dans les poubelles des français **peuvent être compostés** (cf. thématique Déchets), ils serviront alors à fertiliser la terre du jardin ou des plantes en pot.
- ▶ Certaines plantes d'intérieur ont une fonction d'épuration de l'air en capturant certains polluants atmosphériques. Elles améliorent également le cadre de vie et la sensation de bien-être. Toutefois, l'efficacité des plantes dépend de nombreux paramètres souvent ignorés.



## Dangers pour l'environnement et la santé

Malgré les avantages cités précédemment, les **plantes d'intérieur** peuvent présenter certains risques sanitaires comme des allergies, des irritations de la peau, des intoxications, notamment chez les jeunes enfants en cas d'ingestion.

Les **produits phytosanitaires** (désherbants, pesticides) sont **nocifs** aussi bien pour la santé que pour l'environnement.

- Ils polluent les cours d'eau, les mers et océans, et représentent de graves dangers pour la faune et la flore aquatiques.
- Ils sont aussi extrêmement toxiques pour la biodiversité locale.

Cependant, parfois certains produits phytosanitaires sont nécessaires, mais il faut privilégier au maximum les produits naturels (par rapport aux produits de synthèse), autorisés en agriculture biologique.

Le jardin peut être le lieu **d'activités bruyantes**. Or, les nuisances sonores sont la cause de troubles du voisinage et de nombreuses gênes pouvant perturber l'organisme humain (troubles du sommeil, stress, etc.) et les espèces animales, notamment pour leur communication.

.../...



(suite)

## Quelques astuces :

- Le **marc de café** (résidu du filtre à café), les fonds de théière et de tanière remplacent avantageusement les engrais chimiques puisqu'ils sont fort appréciés par les plantes qui y puisent des composants essentiels à leur bien-être.
- Une **soucoupe de bière** posée autour des jeunes plants est un moyen radical, facile et écologique de repousser les limaces. De même pour la cendre et la technique de la tuile ou la planche de bois : les limaces adorent se cacher dessous, en la retournant, vous en serez débarrassés.
- Une seule **larve de coccinelle** est capable de dévorer plus de 100 pucerons par jour ! Les larves se trouvent facilement dans les jardinerie.
- Le **purin d'orties** est obtenu en 2 semaines en recouvrant d'eau des orties fraîches dans un récipient. Pulvérisé sur les cultures, il permet de lutter contre les insectes nuisibles.
- Le **paillage** est une technique qui consiste à recouvrir le sol de matériaux organiques ou minéraux pour le nourrir et/ou le protéger. Ces matériaux sont déposés au pied des plantes dans les massifs. Cette technique peut être appliquée partout dans le jardin. Le paillage se décompose pour nourrir la terre et limite la prolifération des mauvaises herbes (qui s'arrachent facilement dans une terre ainsi ameublie).



- Quelles que soient ses caractéristiques, la **terre** doit être travaillée et nourrie pour permettre le bon développement des végétaux.
- Faire soi-même son **potager** ne nécessite pas forcément un jardin. Certaines plantes et herbes aromatiques se prêtent bien à la culture en pot, comme par exemple les tomates cerises, les fraises, etc.

Dans tous les cas, il faut bien réfléchir à vos besoins et votre consommation, pour ne pas produire en trop grande quantité. En fonction du climat, du terrain et de vos goûts, vous pouvez cultiver toutes sortes de variétés originales, parfois introuvables en magasin.

La méthode du « **potager en carré** » (petits carrés de terre cultivés), esthétique et productive, demande peu de terrain et permet d'associer plantes et fleurs. Elle facilite aussi les rotations et la diversité des cultures, tout en limitant les contaminations grâce aux petits espaces séparés.

Pour optimiser la place, vous pouvez cultiver des légumes grimpants, comme certains haricots ou les concombres, en les soutenant avec des piliers, poteaux, treillis ou bambous.





## QUE POUVONS-NOUS FAIRE ?

### Liste des bons gestes à adopter

---

➤ **J'arrose mon jardin le soir quand l'évaporation est moins forte.**

**Avantage :** J'économise environ 50% d'eau, pour la même efficacité.

➤ **Je récupère l'eau de pluie au bas des gouttières pour arroser mon jardin.**

**Avantage :** Je réalise des économies financières grâce aux économies d'eau.

➤ **Je mets en commun certains outils utilisés rarement (coupe-haie, tronçonneuse, etc.) avec mes voisins ou autre.**

**Avantages :** J'augmente l'entraide, la solidarité et la convivialité entre voisins, amis, etc. Je réalise des économies financières.

➤ **Je plante des arbres dans mon jardin.**

**Avantages :** Je lutte contre l'effet de serre et je réduis la pollution atmosphérique.





➤ **Je n'utilise pas de pesticides ni d'engrais chimiques.**

**Avantage :** Je supprime les impacts néfastes sur la santé et l'environnement.

➤ **Je plante des œillets d'Inde, de la ciboulette, des oignons, de l'ail, du basilic, ou autres plantes semblables.**

**Avantage :** J'éloigne certaines espèces d'insectes nuisibles grâce à l'odeur et les sécrétions des racines.

➤ **Je privilégie les espèces locales, plus résistantes et adaptées à l'environnement.**

**Avantage :** Je limite les émissions de CO<sub>2</sub> car les espèces locales nécessitent moins de transport.

➤ **Je fais du compost** (cf. Déchets - Infos utiles !).

**Avantage :** Je réduis mes déchets.

➤ **J'utilise la technique traditionnelle du paillage ou paillis.**

**Avantages :** Je réduis les arrosages, j'améliore la structure du sol et je crée un lieu propice aux insectes utiles.

➤ **Avant de tondre ma pelouse, je me renseigne auprès de ma mairie pour connaître les horaires dédiés à cette activité.**

**Avantages :** Je limite les nuisances sonores et je respecte mon voisinage.



## INFOS UTILES !



### Qu'est-ce qu'une AMAP ?

Les AMAP ou Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne ont pour but de créer un lien direct entre paysans et consommateurs. Ceux-ci s'engagent à acheter la production à un prix équitable et en payant en avance, favorisant ainsi l'agriculture paysanne et biologique qui a du mal à subsister face à l'agro-industrie.

Si vous souhaitez adhérer à une AMAP ou en créer une, consultez le site internet : [www.reseau-amap.org](http://www.reseau-amap.org)

### Qu'est-ce que les jardins citoyens ?

A l'origine **jardins ouvriers**, devenus après guerre **jardins familiaux** puis **jardins citoyens**, il s'agit de parcelles de terrain mises à la disposition des habitants par les municipalités. Parmi leurs objectifs, se trouvent également des objectifs d'insertion, de lutte contre la pauvreté et l'exclusion. Depuis quelques années, on cultive dans certains de ces jardins des produits biologiques, mais aussi des variétés anciennes de fruits et légumes.

Les **jardins partagés** (ou jardins communautaires) sont des jardins de proximité créés à l'initiative d'habitants qui désirent se retrouver dans un lieu convivial pour jardiner. Le terrain est donc partagé et géré en commun. Animés par une association, ils proposent



généralement des activités favorisant le lien social, l'insertion et l'éducation.

Si vous souhaitez obtenir plus de renseignements, vous pouvez consulter le site : **[www.jardin-partages.org](http://www.jardin-partages.org)**.

## Observatoire des Papillons des Jardins

Malgré leur importance dans les écosystèmes, il existe peu d'informations sur les populations de papillons et leur évolution.

**Le principe est simple :** tous les utilisateurs de jardin ou de balcon sont invités à regarder les papillons, à les identifier et à transmettre leurs observations. On peut participer une fois ou régulièrement, il n'y a pas d'engagement, il n'est pas nécessaire de connaître déjà les papillons : c'est facile et toutes les observations comptent !  
**[www.opj.mnhn.fr](http://www.opj.mnhn.fr)**.

## Qu'est-ce que le jardinage biologique ?

C'est un jardinage sans engrais chimique ni pesticide (pas de pollution des nappes phréatiques), en harmonie avec la nature, où les déchets sont réutilisés grâce au compost.

C'est aussi un jardinage qui encourage la biodiversité en cultivant un grand choix d'espèces et de variétés, et en diversifiant les habitats pour la faune. Cette méthode est également bénéfique pour la santé.

Pour en savoir plus : **[www.jardiner-autrement.gouv.fr](http://www.jardiner-autrement.gouv.fr)**





## NOTRE DIAGNOSTIC

*Pour chaque comportement, cochez la case correspondant à vos pratiques. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Répondez le plus sincèrement possible.*

Comportements	Réponse	Pts
J'arrose mon jardin le soir	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je récupère l'eau de pluie	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je partage avec d'autres personnes certains outils	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
J'ai des arbres dans mon jardin	<input type="checkbox"/> Non	2
	<input type="checkbox"/> Oui	1
J'utilise des engrais chimiques	<input type="checkbox"/> Jamais	1
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	2
	<input type="checkbox"/> Souvent	3
	<input type="checkbox"/> Très souvent	4
J'utilise des pesticides	<input type="checkbox"/> Jamais	1
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	2
	<input type="checkbox"/> Souvent	3
	<input type="checkbox"/> Très souvent	4



Comportements	Réponse	Pts
J'ai des œillets d'Inde, de la ciboulette, de l'ail, du basilic, ou autres plantes semblables	<input type="checkbox"/> Non, pas du tout	3
	<input type="checkbox"/> Oui, un peu	2
	<input type="checkbox"/> Oui, beaucoup	1
Les espèces végétales que je possède sont des espèces locales	<input type="checkbox"/> Non, aucune	3
	<input type="checkbox"/> Oui, certaines	2
	<input type="checkbox"/> Oui, toutes	1
Je fais du compost	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je fais du paillage	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je tonds ma pelouse	<input type="checkbox"/> N'importe quand	2
	<input type="checkbox"/> Aux horaires prévus par la mairie	1

Additionner le nombre de points (Pts) correspondant à chaque comportement pour obtenir votre score total.

**Reporter ici votre score : \_\_\_\_**

**Vous avez obtenu :**

**Entre 11 et 20 : Bravo, continuez dans cette voie !**

**Entre 21 et 29 : Vous pouvez faire mieux... N'y a-t-il pas quelques comportements que vous pourriez modifier ?**

**Entre 30 et 38 : Il est grand temps d'agir pour un développement durable.**

**Engagez-vous !**



## NOS ENGAGEMENTS

*Choisissez votre (ou vos) engagement(s) pour diminuer votre score initial et participer au développement durable !*

***Attention : Il doit s'agir de comportements nouveaux, que vous ne faites pas déjà, ou pas suffisamment.***

Recopiez ci-dessous le(s) engagement(s) choisi(s) parmi la liste proposée dans la fiche « Que pouvons-nous faire ? »



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---

Je m'engage à adopter les comportements ci-dessus à partir  
du \_\_/\_\_/\_\_\_\_ (jj/mm/aaaa)

Signature de chaque membre de la famille :



## NOTRE BILAN

*Pour chaque comportement, cochez la case correspondant à vos pratiques. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Répondez le plus sincèrement possible.*

Comportements	Réponse	Pts
J'arrose mon jardin le soir	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je récupère l'eau de pluie	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je partage avec d'autres personnes certains outils	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
J'ai des arbres dans mon jardin	<input type="checkbox"/> Non	2
	<input type="checkbox"/> Oui	1
J'utilise des engrais chimiques	<input type="checkbox"/> Jamais	1
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	2
	<input type="checkbox"/> Souvent	3
	<input type="checkbox"/> Très souvent	4
J'utilise des pesticides	<input type="checkbox"/> Jamais	1
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	2
	<input type="checkbox"/> Souvent	3
	<input type="checkbox"/> Très souvent	4



Comportements	Réponse	Pts
J'ai des œillets d'Inde, de la ciboulette, de l'ail, du basilic, ou autres plantes semblables	<input type="checkbox"/> Non, pas du tout	3
	<input type="checkbox"/> Oui, un peu	2
	<input type="checkbox"/> Oui, beaucoup	1
Les espèces végétales que je possède sont des espèces locales	<input type="checkbox"/> Non, aucune	3
	<input type="checkbox"/> Oui, certaines	2
	<input type="checkbox"/> Oui, toutes	1
Je fais du compost	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je fais du paillage	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je tonds ma pelouse	<input type="checkbox"/> N'importe quand	2
	<input type="checkbox"/> Aux horaires prévus par la mairie	1

Additionner le nombre de points (Pts) correspondant à chaque comportement pour obtenir votre score total.

**Reporter ici votre score : \_\_\_\_**

Est-il supérieur ou inférieur au score de votre diagnostic ?  
**S'il est inférieur**, cela signifie que vous avez tenu vos engagements en faveur du développement durable !  
**S'il est égal ou supérieur**, demandez-vous quels comportements vous auriez du modifier et prenez à nouveau des engagements !

**Dans tous les cas, continuez à adopter des gestes en faveur du développement durable !**