

# Jardiner 100% naturel



**CLÉS POUR AGIR**

Un sol  
en bonne  
santé

p 4

Des alternatives  
naturelles aux  
pesticides

p 8

Déchets verts :  
retour à la  
terre !

p 10

# Sommaire

## 4 Un sol en bonne santé

Le sol est la pièce maîtresse de votre jardin. Il est essentiel de bien le connaître et d'en prendre soin.



## 6 Un jardin sur mesure

Le secret pour profiter d'un beau jardin ? Faire les meilleurs choix dès la conception.

## 8 Des alternatives naturelles aux pesticides

Fini les pesticides ! Heureusement, d'autres solutions existent, sans danger pour l'environnement et la santé.



## 10 Déchets verts : retour à la terre !

Deux techniques 100% naturelles pour transformer vos déchets de jardin (et de cuisine). Et en faire profiter vos plantes !



## Jardiner au naturel, ce n'est pas si compliqué !

**Le jardinage est un des loisirs préférés des Français et compte de plus en plus d'adeptes...** Sauf qu'entre les pucerons qui attaquent les rosiers, le mildiou qui menace les tomates et les limaces qui grignotent les salades, on peut se sentir parfois bien démuni...

Mais plutôt que de se battre contre Mère Nature, pourquoi ne pas en faire une alliée ? **Jardiner au naturel est beaucoup plus simple qu'on ne le croit.** C'est aussi indispensable pour protéger la biodiversité et votre santé. Les pesticides chimiques sont d'ailleurs interdits à la vente depuis 2019.

**Ce guide vous permettra de vous lancer facilement et d'acquérir les réflexes du "jardinier écolo"** sur le long terme. Sans recourir à des techniques compliquées, jardiner 100% naturel, c'est avant tout se faire du bien et faire du bien à la nature : en se passant de pesticides, en laissant toute sa place à la biodiversité, en apprenant à composter, pailler et économiser l'eau... Avec à la clé, un jardin en pleine santé !

**60 % DES MÉNAGES POSSÈDENT UN JARDIN**  
**17 MILLIONS DE FRANÇAIS SONT ADEPTES DU JARDINAGE**

Ce document est édité par l'ADEME  
ADEME | 20, avenue du Grésillé | 49000 Angers

Conception graphique : Agence Giboulées - Rédaction : Agence Giboulées - Illustrations : Claire Lanoë, Agnès Géraud  
Photos : Couverture : © Christian Gernert/Shutterstock.com ; page 5 : © Ivonne Wierink/Shutterstock.com ;  
page 7 : © vaivirga/Shutterstock.com ; page 9 : © Simon Bratt/Shutterstock.com ; page 10 : © Arnaud Bouissou/Terra  
Impression : L'Artésienne

# Un sol en bonne santé

*Le sol est la pièce maîtresse de votre jardin. Il est essentiel de bien le connaître et d'en prendre soin.*

## Chaque terrain est différent

Acide, calcaire ou neutre ? La terre n'a pas les mêmes caractéristiques d'un terrain à l'autre. Riche en micro-organismes, elle est fertile et pleine de vie. Argileuse, elle est difficile à travailler... mais résiliente à la sécheresse ! Avant toute plantation, vous pouvez vérifier la nature de votre sol grâce à des tests pH ou des kits d'analyse agronomique, disponibles en jardinerie.

## Stop à l'imperméabilisation du sol

Il est indispensable de laisser pénétrer l'eau dans le sol afin d'en préserver la qualité et limiter le risque d'inondation. Aussi, mieux vaut éviter les ouvrages maçonnés : pour vos allées, privilégiez les graviers ou pavés filtrants, et pour votre terrasse, préférez le bois au béton.

### EN SAVOIR PLUS

Guide « L'avenir des sols en 10 questions »

Infographie « Pourquoi se soucier de nos sols ? »

## Un sol fertile est habité

Les organismes du sol (vers de terre, insectes, bactéries, champignons...) mangent et décomposent notamment les déchets végétaux qui se déposent à sa surface. Ils fournissent ainsi les nutriments indispensables à la croissance des végétaux tout en favorisant l'aération du sol. C'est grâce à leur activité qu'un sol est fertile.

## Plantez un slip pour observer la biodiversité!



Pour savoir si votre sol est en bonne santé, il suffit de planter un slip en coton à quelques

centimètres de profondeur. Après 2 mois, vous pourrez le déterrer et découvrir ce qu'il en reste. S'il est très dégradé, c'est que votre sol présente une activité biologique intense... Et qu'il est prêt à recevoir vos plantations ! Retrouvez toutes les modalités sur [www.mtaterre.fr/dossiers/operation-plantetonslip/mode-emploi-de-operation-plantetonslip](http://www.mtaterre.fr/dossiers/operation-plantetonslip/mode-emploi-de-operation-plantetonslip)

## Avant de cultiver son premier potager...

Pour 1 Français sur 2, le jardin idéal est nourricier. Mais si le sol est pollué, consommer les produits du potager peut avoir un impact sur la santé. Alors avant de se lancer...

# 1

### S'assurer que le sol est sain



Aussi fertile soit-elle, la terre peut conserver les traces d'activités ou d'expositions antérieures (pollutions industrielles, retombées de particules des véhicules, de poussières de cheminées d'usine...). Alors prudence (cf. encadré ci-dessous) ! S'il s'avère que votre sol est sain, feu vert pour le potager en pleine terre.



**38%** DES JARDINS DISPOSERAIENT D'UN POTAGER EN FRANCE

# 2

### Sinon, opter pour un potager hors-sol

Pour les parcelles de sol « impropres », les balcons ou les terrasses, en ville comme à la campagne, le potager « hors-sol » est aussi facile à mettre en place et bien souvent moins gourmand en eau.

## Suspicion de pollution : que faire ?



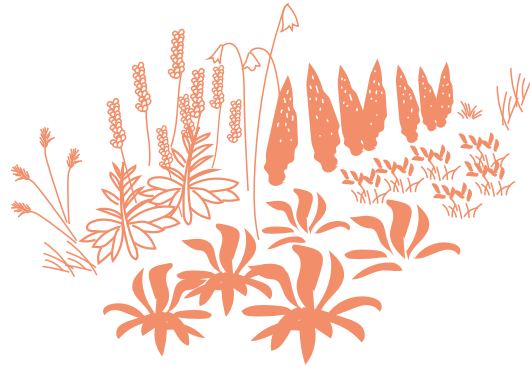
Consultez l'histoire de votre parcelle sur l'acte de vente ainsi que la base de données des secteurs d'information sur les sols :

[www.georisques.gouv.fr/risques/sites-et-sols-pollues/donnees#/](http://www.georisques.gouv.fr/risques/sites-et-sols-pollues/donnees#/).

Elle recense les terrains pour lesquels l'État a connaissance d'une pollution des sols justifiant, notamment en cas de changement d'usage, la réalisation d'études de sols voire la mise en place de mesures de gestion de la pollution. Retrouvez tous les contacts utiles à la fin du guide « Présomption de pollution d'un sol » édité par Plante&Cité.

# Un jardin sur mesure

*Le secret pour profiter d'un beau jardin ? Faire les meilleurs choix dès la conception.*



## La bonne plante au bon endroit

Un palmier en Bretagne ou en Lorraine n'est peut-être pas la meilleure idée... Mieux vaut choisir des plantes adaptées aux conditions locales (sol, climat, exposition...) en lisant les étiquettes en jardinerie. Privilégiez aussi les végétaux moins gourmands en eau. Avec pour objectif d'anticiper les restrictions en cas de sécheresses, qui risquent d'être plus fréquentes avec le changement climatique. Un laurier-rose, par exemple, aura moins besoin d'eau qu'un hortensia.

## Varier, associer, espacer

Pour limiter l'emprise des nuisibles, rien de tel que des végétaux diversifiés. Non seulement c'est plus joli mais ils peuvent se rendre service entre eux. La lavande, le thym ou encore la sauge protègent par exemple leurs voisins des insectes ravageurs. On veillera aussi à ne pas les planter trop serrés pour éviter tout surplus d'humidité, source de maladies.

## Des végétaux à croissance lente

Des plantes, arbres et arbustes qui poussent moins vite et moins haut, c'est moins d'entretien et de déchets verts à la clé. La recette pour profiter d'une belle pelouse sans trop d'effort ? Un gazon rustique à croissance lente tondu haut (6 à 8 cm) façon « mulching », autrement dit en laissant les tontes sur place pour nourrir le sol.

## Vive le végétal contre les chaleurs estivales !



Pour rafraîchir la maison, place aux pergolas, treilles, plantes grimpantes ou toitures végétales. Pensez aussi à planter des haies et des arbres, ou à installer des végétaux secs (canisse, bambou...) au sud ou à l'ouest. L'objectif ? Faire de l'ombre sur les façades et baies vitrées au moment où le rayonnement solaire est le plus fort.

## Ajuster l'arrosage aux besoins

L'eau est précieuse ! Mieux vaut arroser aux heures les moins chaudes, tôt le matin ou le soir. Dans tous les cas, évitez un arrosage excessif qui pourrait provoquer l'asphyxie des racines et les maladies. Pensez aussi à profiter de l'eau de pluie en vous équipant d'un collecteur branché sur la gouttière. Selon les modèles, leur capacité peut aller de 200 à 10 000 litres.



**100 M<sup>2</sup> DE TOITURE = 70 M<sup>3</sup> D'EAU RÉCOLTÉS PAR AN EN MOYENNE**

## 3 gestes pour arroser efficace

### 1 Décroûter la terre

pour favoriser la pénétration de l'eau dans le sol. Combiné au paillage, un binage vaut deux arrosages !



### 2 Viser le pied

et pas les feuilles, sous peine de les voir brûler au soleil ou encore de favoriser les champignons et bactéries.



### 3 Pailler

pour retenir l'eau et freiner l'évaporation.



EN SAVOIR PLUS

[www.jardiner-autrement.fr/larrosage-econome-en-eau/](http://www.jardiner-autrement.fr/larrosage-econome-en-eau/)

# Des alternatives naturelles aux pesticides

*Fini les pesticides! Heureusement, d'autres solutions existent, sans danger pour l'environnement et la santé.*

## Contre les mauvaises herbes

Une règle d'or: pas de sol « nu » ! Pensez paillage, plantes couvre-sol ou « engrais verts » (moutarde, phacélie...) et épargnez les jolies plantes vagabondes (roses trémières, coquelicots...). Là où vous ne voulez rien voir pousser (terrasses, allées pavées, dallées ou en gravier...): utiliser du film géotextile (qui laisse passer l'eau) ou encore de l'eau bouillante (de cuisson par exemple) pour éliminer les mauvaises herbes qui poussent entre les dalles. Sinon, rien de tel qu'un coup de sarcloir passé régulièrement.

## Contre les maladies

Mieux vaut prévenir que guérir! En pulvérisant par exemple des décoctions (purin d'ortie, de prêle ou de fougère... sans les surdoser tout de même!) ou en taillant les haies et les

arbustes pour laisser l'air circuler. Autre astuce: varier les plantes cultivées d'une année sur l'autre pour rompre le cycle des parasites.

## Contre les ravageurs

La meilleure solution consiste à leur barrer la route: sciures ou cendres pour les limaces et escargots, colliers arboricoles pour les fourmis, filets anti-oiseaux... Pour lutter contre les taupes, préférez les solutions douces (branches ou purin de sureau, bornes à ultrasons solaires...) et, contre les insectes, des produits peu ou non toxiques (savon noir, décoction de tanaisie...).

## Et si un traitement est vraiment nécessaire ?

- Utilisez un produit d'origine naturelle (et donc autorisé).
- Équipez-vous de protections (gants, masque, combinaison...).
- Lisez la notice et respectez les consignes: dose préconisée, ravageurs ciblés, période de traitement...
- Pulvérisez à bonne distance des points d'eau et jamais par temps venteux.
- Rapportez les restes de produits de traitement en déchèterie ou en magasin (ne jamais les jeter dans les canalisations).



**DEPUIS LE 1<sup>ER</sup> JANVIER 2019, LA VENTE, L'USAGE ET LE STOCKAGE DE PESTICIDES CHIMIQUES DE SYNTHÈSE SONT INTERDITS POUR LES PARTICULIERS (LOI LABBÉ)**

## Favorisez la biodiversité!

Certains prédateurs naturels peuvent devenir vos meilleurs alliés. Leur présence est une excellente défense contre les ravageurs.



## Des refuges pour les oiseaux

comme les **hirondelles** et les **mésanges**, prédateurs de chenilles et de moustiques.



## Un tas de branches

pour attirer les **crapauds** et les **hérissons** qui s'attaquent aux limaces, ou encore des tas de pierres pour les **lézards**, grands mangeurs d'insectes.



## Des pots retournés

remplis de paille pour les **perce-oreilles**, friands de pucerons.

Une prairie fleurie, une haie champêtre ou encore des hôtels à insectes pour les **pollinisateurs**, qui sont essentiels au jardin. Surtout si vous avez des arbres fruitiers !



# Déchets verts : retour à la terre !

Deux techniques 100% naturelles pour transformer vos déchets de jardin (et de cuisine). Et en faire profiter vos plantes !



## Le paillage : protéger et nourrir votre sol

Couvrir la terre avec des débris végétaux conserve l'humidité, apporte des nutriments aux plantes, protège du froid et des ravageurs, tout en limitant la repousse des mauvaises herbes. Les meilleurs moments : quand les graines sont bien germées, en été sur sol humide ou en automne (en profitant des feuilles mortes !). À éviter par temps de gel ou par vent fort.

— **Préparer le sol :** désherber, épandre un peu de compost si possible et arroser.

— **Composer votre paillis :** feuilles mortes, fleurs fanées, tontes de pelouse sèches, brindilles et branches en petits morceaux, tailles d'arbustes broyées. Vous pouvez aussi trouver des paillages biodégradables dans le commerce (écorces de pin, dalles et toiles de paillage en jute ou en maïs...).

— **Pailler en surface sur une hauteur de 3 à 5 cm environ,** au pied des arbustes, haies, rangs du potager, rosiers et massifs floraux, dans les jardinières et les plantes en pot.

### EN SAVOIR PLUS

Tutos de l'ADEME « Comment bien pailler au jardin ? » et « Comment réussir son compost ? »

## Le compostage : enrichir la terre

Mélangé à la terre, le compost favorise la croissance des plantes en leur apportant des nutriments, et en laissant plus facilement s'infiltrer l'air et l'eau. La meilleure période pour démarrer ? Au printemps ou à l'automne.

— **Déposez dans un bac ou en tas vos déchets de jardin** (les mêmes que pour le paillage) **et/ou de cuisine** (épilures et fanes, marc de café, filtres en papier, pain, croûtes de fromages, fruits et légumes abîmés...).

— **Une fois le compost mûr, au bout de quelques mois, l'épandre en couches minces** puis l'incorporer superficiellement au sol par binage.

## 4 règles d'or pour réussir son compost

**1** Équilibrer les apports  
avec 50% de déchets humides et 50% de déchets secs.



**2** Couper les déchets en petits morceaux.



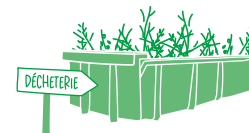
**3** Mélanger régulièrement  
avec une fourche, une griffe ou un brasse-compost.

**4** Surveiller le degré d'humidité :  
le compost ne doit être ni trop sec, ni trop humide.



## Ne brûlez jamais vos déchets verts !

Brûler des déchets verts, comme des feuilles mortes ou des branchages, est interdit par la loi et passible d'amende. Cela dégage des substances toxiques. 50 kg de végétaux brûlés à l'air libre émettent autant de particules fines que 14000 km parcourus en voiture à essence. Mieux vaut en tirer profit via le compostage ou le paillage ! Sinon, déposez-les en déchèterie ou utilisez le service de collecte local si vous en bénéficiez.



## L'ADEME À VOS CÔTÉS

À l'ADEME — l'Agence de la transition écologique —, nous sommes résolument engagés dans la lutte contre le réchauffement climatique et la dégradation des ressources.

Sur tous les fronts, nous mobilisons les citoyens, les acteurs économiques et les territoires, leur donnons les moyens de progresser vers une société économe en ressources, plus sobre en carbone, plus juste et harmonieuse.

Dans tous les domaines — énergie, économie circulaire, alimentation, mobilité, qualité de l'air, adaptation au changement climatique, sols... — nous conseillons, facilitons et aidons au financement de nombreux projets, de la recherche jusqu'au partage des solutions.

À tous les niveaux, nous mettons nos capacités d'expertise et de prospective au service des politiques publiques.

L'ADEME est un établissement public sous la tutelle du ministère de la Transition écologique et de la Cohésion des territoires, du ministère de la Transition énergétique et du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.

[agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers](https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers)

