



Facile à lire et à comprendre

# COMMENT ?

## Jardiner

## au naturel

# Sommaire

<b>C'est facile de jardiner au naturel!</b> .....	<b>page 4</b>
<b>Les mots utilisés dans ce guide</b> .....	<b>page 5</b>
<b>Un sol en bonne santé</b> .....	<b>page 6</b>
Chaque sol est différent .....	page 6
Il faut laisser l'eau entrer dans le sol .....	page 7
Il faut protéger les êtres vivants dans le sol .....	page 7
L'astuce: planter un slip pour vérifier la bonne santé de votre sol .....	page 8
<b>Ce qu'il faut savoir avant de cultiver son premier potager</b> .....	<b>page 9</b>
<b>Un jardin sur mesure</b> .....	<b>page 10</b>
La bonne plante placée au bon endroit .....	page 10
Varier les plantations .....	page 11
Choisir des plantes qui grandissent lentement .....	page 11
L'astuce: utiliser la végétation du jardin pour rafraîchir la maison .....	page 12
Arroser: oui mais pas trop! .....	page 13
Comment arroser efficacement en 3 gestes .....	page 13

<b>Des solutions pour éviter les produits chimiques.....</b>	<b>page 14</b>
Contre les maladies des plantes .....	page 14
Contre les mauvaises herbes.....	page 15
Contre les animaux qui ravagent les plantations.....	page 16
L’astuce: si un traitement est vraiment nécessaire .....	page 17
<b>Des idées pour favoriser la biodiversité.....</b>	<b>page 18</b>
Une prairie fleurie.....	page 18
Un refuge pour oiseaux.....	page 18
Un tas de branches.....	page 19
Des pots retournés .....	page 19
<b>Des déchets verts toujours utiles!.....</b>	<b>page 20</b>
Le paillage: pour protéger et nourrir le sol.....	page 20
Le compostage: pour une terre plus riche en nutriments.....	page 22

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

Conception graphique: Agence Giboulées - Rédaction: ADEME - Illustrations: Claire Lanoë, Chloé Argentin  
Photos: Couverture: © Christian Gernert/Shutterstock.com - Impression: L' Artésienne

# C'est facile de jardiner au naturel !



Les Français aiment beaucoup le jardinage.

Mais le jardinage est une activité qui semble difficile.

Ce guide vous aide à jardiner

en respectant les animaux de votre jardin.

Ce guide vous montre

comment jardiner naturellement.

Vous apprendrez :

- à utiliser des produits naturels,
- à respecter les sols,
- à respecter la biodiversité, c'est-à-dire les insectes,
- à jardiner en fonction des saisons et de la météo.

Vous allez découvrir :

- comment utiliser moins d'eau,
- comment utiliser vos déchets pour faire du compost,
- et d'autres astuces pour un jardin écologique et naturel.

En avant pour un jardin en pleine santé !

# Les mots utilisés dans ce guide :

## **Plantation, végétation, cultures :**

C'est tout ce que vous planterez dans votre jardin, par exemple des fruits, des légumes, des fleurs.

C'est aussi ce qui s'y trouve déjà, par exemple les mauvaises herbes...

**Fertile :** la terre fertile est une terre où les plantations poussent facilement.

**Biodiversité :** c'est l'ensemble des êtres vivants qui vivent ensemble au même endroit.

**Ravageurs :** ce sont les animaux qui viennent piétiner ou manger vos plantations, par exemple les escargots ou les taupes.

**Nutriments :** les nutriments sont des éléments chimiques qui sont dans le sol.

Les nutriments aident les plantes à bien grandir.

# Un sol en bonne santé

Le sol est l'élément le plus important de votre jardin.

Le sol aide vos plantes à bien grandir.

## Chaque sol est différent

Chaque plante a son sol préféré pour bien grandir.

Il faut commencer par vérifier  
les caractéristiques de votre sol.

Avant de commencer à jardiner,  
vous pouvez utiliser des tests pour analyser votre sol.  
Vous trouvez ces tests dans les magasins de jardinage.

Vous pouvez savoir si votre sol est :

- acide,
- calcaire,
- neutre.

Ces résultats vont vous permettre de choisir  
les plantes les mieux adaptées.

Un pépiniériste peut vous aider.

Un pépiniériste, c'est la personne qui élève les arbres.

## Il faut laisser l'eau entrer dans le sol

Il est préférable de faire des allées en cailloux ou en pavés.

Il vaut mieux fabriquer votre terrasse en bois plutôt qu'en ciment.

Cela permet à l'eau de rentrer dans le sol.

Cela permet d'éviter les inondations.

## Il faut protéger les êtres vivants dans le sol

Des vers de terre, des insectes ou des champignons vivent dans le sol.

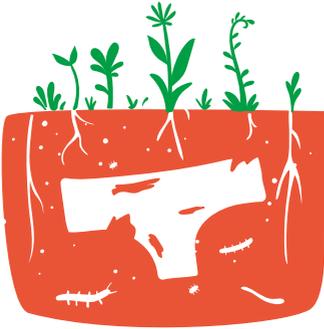
Ces êtres vivants se nourrissent des feuilles, des fleurs ou des branches tombées sur le sol.

Ces êtres vivants sont très utiles pour aérer le sol et nourrir les racines des plantes.

Dans un sol en bonne santé les plantes, les légumes et les arbres poussent mieux.



## L'astuce : planter un slip pour vérifier la bonne santé de votre sol



- Plantez un slip en coton dans la terre.
- Déterrez le slip au bout de 2 mois.
- Regardez l'état du slip :  
si le slip est très abimé,  
votre sol est en bonne santé.  
Le sol est prêt à accueillir vos plantations.

Toutes les informations se trouvent sur  
[mtaterre.fr/articles/plantez-slip-observez-biodiversite-sol](https://mtaterre.fr/articles/plantez-slip-observez-biodiversite-sol)

# Ce qu'il faut savoir avant de cultiver son premier potager

Si le sol est pollué,  
il ne faut pas faire de potager  
car les légumes seront pollués aussi.

Avant de commencer, il faut :

- chercher s'il y a eu des activités polluantes sur votre sol.

Pour le savoir, vous pouvez regarder sur le site

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

Si tout va bien, en avant ! Vous pouvez jardiner !

- si le sol est pollué, il faut installer le potager dans de grands bacs en bois avec de la terre propre.  
On appelle cela un potager hors-sol.

Vous pouvez installer aussi un potager hors-sol sur un balcon en ville ou sur une terrasse.



# Un jardin sur mesure

Pour réussir un beau jardin,  
il est important de faire les bons choix  
dès le début.

## La bonne plante placée au bon endroit

Pour choisir les plantes de son jardin,  
il faut prendre en compte  
le climat et la météo de votre région.

On ne cultive pas un palmier facilement en Bretagne.  
On ne cultive pas facilement  
une plante qui a besoin de beaucoup d'eau  
dans le Sud de la France.

C'est mieux de cultiver des plantes  
qui ont besoin de peu d'eau  
pour arroser le moins possible.

## Varier les plantations

Pour éviter aux plantes de tomber malades  
il faut choisir des plantes variées.

Certaines plantes permettent de protéger le potager.

Il vaut mieux espacer les plantations.

## Choisir des plantes qui grandissent lentement

Vous coupez moins souvent  
les plantes qui poussent doucement.  
Cela fait moins de déchets.

Quand vous tondez votre pelouse,  
laissez l'herbe coupée sur place.

Cela nourrit le sol.

C'est moins d'entretien.



## L'astuce : utiliser la végétation du jardin pour rafraîchir la maison

Plantez des petits arbres qui perdent leurs feuilles en hiver devant la maison.

Vous aurez de l'ombre sur la maison.

Vous aurez moins chaud en été mais vous aurez du soleil en hiver.

Vous pouvez aussi faire pousser des plantes au-dessus de la terrasse pour faire comme un parasol.

Cela s'appelle une pergola.



## Arroser : oui mais pas trop !

Le mieux est d'arroser le soir ou tôt le matin.

Ce sont les heures les plus fraîches de la journée.

Il faut faire attention à ne pas trop arroser.

La végétation du jardin pourrait mourir à cause d'une trop grande quantité d'eau.

Vous pouvez installer un récupérateur d'eau de pluie.

Vous pourrez arroser le jardin sans prendre l'eau potable de la maison.



## Comment arroser efficacement en 3 gestes

- Cassez la première couche de terre avec une binette.



L'eau pourra plus facilement entrer dans le sol.

- Visez le pied : Arroser le pied évite que les feuilles brûlent au soleil ou que des maladies se développent.



- Paillez : Mettre de la paille au pied des plantes permet de retenir l'eau dans le sol.



Pour en savoir plus vous pouvez consulter le site internet :

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

# Des solutions pour éviter les produits chimiques

Les pesticides sont des produits chimiques.

Ils sont mauvais pour la nature  
et pour notre santé.

D'autres solutions existent pour jardiner  
sans mettre en danger la planète.

## Contre les maladies des plantes

Vous pouvez :

- Pulvériser du purin d'ortie par exemple.
- Tailler les haies et les arbustes.  
Cela permet de laisser passer l'air.
- Varier les plantes cultivées.

## Contre les mauvaises herbes

Il faut toujours que le sol soit couvert.

Il y a plusieurs solutions :

- pailler le sol ;
- planter des plantes qui couvrent le sol ;  
par exemple de la moutarde.



Pour éviter que la végétation pousse à certains endroits, vous avez plusieurs solutions :

- Vous pouvez poser un film géotextile.  
C'est une sorte de tissu  
que vous trouvez en magasin de jardinage.  
Le film géotextile laisse passer l'eau  
et évite la pousse des mauvaises herbes.
- Vous pouvez verser de l'eau bouillante entre les dalles.
- Vous pouvez passer un sarcloir régulièrement.  
Le sarcloir est un crochet  
qui retire les racines des mauvaises herbes.

## Contre les animaux

### qui ravagent les plantations

- Contre les limaces et les escargots :  
vous pouvez mettre de la sciure ou de la cendre.
- Contre les fourmis :  
vous pouvez mettre un collier arboricole sur vos arbres.  
C'est une sorte de collier qui empêche les fourmis de passer. Vous pouvez acheter les colliers arboricoles dans les magasins de jardinage.
- Contre les oiseaux :  
vous pouvez mettre des filets anti-oiseaux, par exemple sur vos arbres fruitiers.
- Contre les taupes :  
vous pouvez mettre des branches, du purin de sureau, ou des bornes à ultrason solaire. Les bornes à ultrason solaire repoussent les taupes sans leur faire de mal.
- Contre les insectes :  
vous pouvez mettre du savon noir sur vos plantes. C'est sans danger.

## L'astuce : si un traitement est vraiment nécessaire

- Choisissez un produit d'origine naturelle.
- Utilisez des équipements de protection : gants, lunettes, masque...
- Respectez les recommandations de la notice d'utilisation.
- Pulvérisez le produit loin des points d'eau pour éviter de polluer la réserve d'eau.
- S'il reste du produit non utilisé, déposez-le en déchèterie.  
Ne jetez jamais le produit dans l'évier ou les toilettes.

# Des idées pour favoriser la biodiversité

La rencontre entre tous les organismes vivants est importante pour un jardin en bonne santé.

## Une prairie fleurie

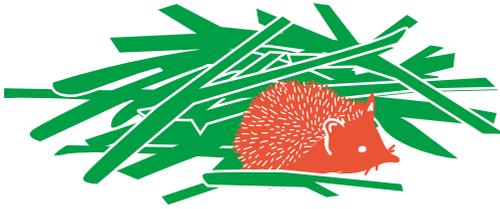
Vous pouvez semer une haie de fleurs ou installer un hôtel à insectes, surtout si vous avez des arbres fruitiers !



## Un refuge pour oiseaux

Vous pouvez installer des refuges avec de la nourriture pour les oiseaux. Cela les protège du danger.





## Un tas de branches

C'est une cachette idéale pour les crapauds et les hérissons.

Les crapauds et les hérissons chassent les limaces de votre jardin.

## Des pots retournés

Les perce-oreilles sont des petits insectes.

Ils chassent les pucerons.

Les perce-oreilles viennent se protéger sous le pot rempli de paille.



# Des déchets verts toujours utiles !

2 manières totalement naturelles  
d'utiliser les déchets du jardin  
et même de la cuisine !

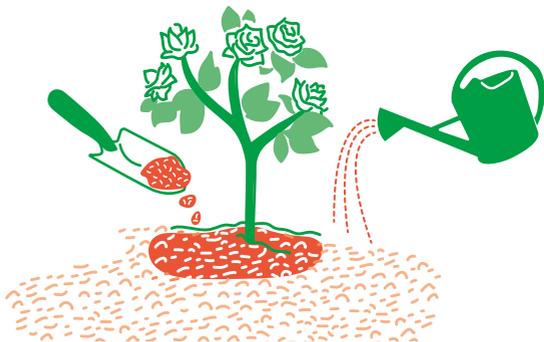
## Le paillage : pour protéger et nourrir le sol

En couvrant le sol avec du paillis,  
vous le protégez du froid et des ravageurs.

Vous limitez aussi la pousse des mauvaises herbes.

Les étapes :

- Préparez le sol : retirez l'herbe, mettez un peu de compost et arrosez.





- Préparez le paillis en mélangeant :
  - des feuilles mortes,
  - des fleurs fanées,
  - des petites branches mortes
  - et tous les petits déchets verts du jardin.
- Déposez le paillis  
au pied des arbustes, des haies, des rosiers  
sur 3 à 5 centimètres de hauteur.



## Le compostage : pour une terre plus riche en nutriments

Pour faire du compost,  
il faut laisser les êtres vivants  
dégrader les déchets du jardin  
ou de la cuisine.

On utilise le compost mélangé avec de la terre.

C'est mieux de préparer le compost  
au printemps ou à l'automne.

Les déchets de la cuisine que l'on peut utiliser  
pour faire le compost :

- café,
- filtre en papier,
- épluchures,
- pain,
- fruits et légumes abîmés.



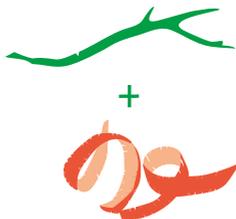
Dans un bac, déposez  
les déchets du jardin  
ou de la cuisine.

Au bout de quelques mois,  
le compost est prêt à être utilisé.

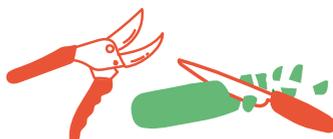
Déposez le compost sur la terre  
et mélangez-le à la terre avec la binette.

Les 4 choses importantes à savoir  
pour faire votre compost :

**1.** Il faut des déchets secs  
et des déchets humides.



**2.** Il faut couper les déchets  
en morceaux.



**3.** Il faut mélanger régulièrement  
le tas de compost.



**4.** Il faut avoir un compost  
ni trop sec ni trop humide.



## Attention

Il est interdit de brûler ses déchets verts  
(feuilles mortes, branches...).

Faire brûler ses déchets verts pollue l'air.

Un guide de l'ADEME,  
l'Agence de la transition écologique



## Facile à lire et à comprendre

Ce document accessible à tous a été transcrit par Com'access avec la méthode du Facile à Lire et à Comprendre (FALC)

Pour en savoir plus sur le FALC vous pouvez aller sur le site :

[www.inclusion-europe.eu/easy-to-read](http://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read)

© Logo européen Facile à lire : Inclusion Europe

Nous remercions vivement Tess et Anthony du Collectif CAP'acité pour la relecture et la validation de ce document.

[www.capacite.net](http://www.capacite.net)



Novembre 2024

012063

