



# Jardinage Ecocitoyen

## Les plantes vertes et fleurs d'intérieur

De nombreuses plantes d'intérieur agrémentent notre environnement mais nécessitent un minimum de soins pour s'épanouir et nous accompagner pendant plusieurs saisons.

Si vous venez d'acquérir une nouvelle plante, souvenez-vous qu'elle provient souvent d'une serre où elle a trouvé les meilleures conditions pour son développement : chaleur, terre riche, nourriture, humidité du

sol et de l'air, lumière. Chez vous, elle aura besoin d'un temps d'adaptation, de votre attention et vos soins.

L'utilisation de matériaux et produits chimiques parfois néfastes ou dangereux pour l'environnement n'est pas nécessaire. Les conseils ci-dessous ont été pensés dans une optique éco-citoyenne qui renforceront encore un peu plus votre lien avec la terre.

### Sommaire

- 1 - Choix des plantes
- 2 - Supports de culture
- 3 - Environnement de vos plantes : lumière / exposition / température
- 4 - Arrosage / hygrométrie
- 5 - Nourriture / engrais
- 6 - Soins / lutte contre les parasites

### 1 - Choix des plantes

Préférez des variétés adaptées aux endroits où vous prévoyez de les installer. Celles qui apprécient un fort degré d'humidité se plaisent dans une salle de bains éclairée mais nécessitent de fréquents bassinages dans une pièce plus sèche. D'autres apprécient la mi-ombre ou ont besoin de soleil.

#### Des espèces qui assainissent...

Outre le fait que les plantes consomment et stockent le CO<sup>2</sup> lors de la photosynthèse et le transforment en oxygène, elles augmentent jusqu'à 5 % le taux d'humidité des pièces, jouant ainsi le même rôle que nos humidificateurs pour radiateurs. Les plantes sont aussi de très bonnes alliées dans l'amélioration de la qualité de l'air de son habitat. Nombre d'entre elles purifient notre intérieur, voire même éliminent quelques-uns des nombreux polluants domestiques.

- L'Azalée élimine l'ammoniac (produits vaisselles, nettoyeurs pour sols et autres dégraissants).
- Le Ficus, les Bambous d'intérieur, l'Aloe vera éliminent les formaldéhydes, l'un des composés toxiques les plus présents dans nos maisons (isolants, planches d'aggloméré, colles, papiers d'emballages, essuie-tout...).
- Le Philodendron lutte contre les pentachlorophénols (fongicides des traitements du bois et des charpentes).
- Le Chlorophytum élimine une grande partie du monoxyde de carbone contenu dans l'air d'une pièce.
- Le Liège capte le benzène, un solvant fréquent (peintures, encres, matières plastiques, détergents, fumée du tabac).

Sans oublier : Diffenbachia, Spatiphyllum, Cactus, Aglaenoma, Papyrus, Sansevière, Dracéna, Clivia miniata, Schefflera actinophylla...



## 2 - Supports de culture

### Choisir le bon pot et bien drainer...

L'installation de votre plante dans un pot adapté à sa taille (ni trop petit, ni trop grand) est importante. La terre cuite présente un très grand intérêt : sa porosité grâce à laquelle la plante respire et la terre demeure saine. Autre avantage, la fabrication de ce matériau nécessite très peu de pétrole.

Le drainage du pot est également essentiel. Si l'eau stagne, les moisissures se développent. Les matériaux naturels (graviers, morceaux de pots cassés par exemple) conviennent aussi bien et sont de fabrication plus écologique que les billes de polystyrène, les morceaux de plastique, la moustiquaire ou les billes d'argile expansé.

### Choisir sa terre...

Il est important de bien choisir le terreau car il constitue le milieu de vie des racines et c'est en lui que la plante puise les éléments qui lui sont indispensables. Vous pouvez confectionner vous-même un mélange entre terre de jardin (à proportion d'1/3 environ), compost bien mûr (environ 1/3) et terre sableuse ou terre de bruyère (1/3). Vous pouvez, sinon utiliser les terreaux adaptés aux cultures en intérieur vendus dans le commerce. Ils présentent souvent l'avantage d'avoir été soigneusement travaillés afin d'éviter les risques de maladies et parasites.

Par contre, nous **déconseillons l'utilisation de la tourbe**. Elle est généralement issue de marais d'altitude (les tourbières), des milieux naturels d'exception d'une grande sensibilité biologique. Ces écosystèmes rares et déjà très menacés par l'activité humaine (exploitation de la tourbe, drainage, tourisme...) nécessitent qu'on les protège afin de préserver la biodiversité qui les caractérise.

### Renouveler régulièrement le milieu

L'apport régulier d'humus et l'activité biologique (action des micro-organismes) sont les clés de la fertilité du sol. Pour les cultures en pot, l'absence de lien avec le milieu naturel conduit progressivement à une disparition de la microfaune nécessaire à l'enrichissement de la terre. Il est donc important de la renouveler régulièrement en repotant.

Le repotage est également essentiel pour accompagner la croissance de la plante et doit se faire progressivement (diamètre supérieur à l'ancien pot de 2 à 3 cm au maximum afin de ne pas ralentir la croissance de la plante) et de préférence à la fin de l'hiver (février ou mars).



© JMN Bobadilla



### 3 - Environnement de vos plantes : lumière / exposition / température

Pour réussir la culture de vos plantes, fournissez-leur des conditions les plus naturelles possible :

- emplacement,
- respect de leur rythme annuel (notamment la période de repos hivernal nécessaire à la plupart des espèces et pendant laquelle il est souvent bon de placer la plante dans un environnement plus frais et de réduire les arrosages),
- évitez les courants d'air,
- nettoyez régulièrement les feuilles (pour favoriser la photosynthèse et la respiration de la plante),
- arrosez et vaporisez régulièrement.

Toutes ces attentions évitent bon nombre d'échecs et d'apports inutiles d'engrais et autres produits chimiques dont la fabrication a souvent un impact néfaste.



© K Kober

### 4 -Arrosage / hygrométrie

Les besoins varient d'une plante à l'autre (un papyrus demande beaucoup d'eau, une plante grasse très peu). Adaptez les apports en fonction des besoins mais il vaut mieux sous arroser que noyer les plantes, ce dont elles se remettront difficilement (feuilles molles, brunes, pourrissement des racines...).

Pour savoir quand arroser, la terre à 1-2 cm de la surface doit être humide, sans être ni mouillée, ni asséchée. Si vous utilisez des pots en terre cuite, attendez que le pot ait séché.

La vaporisation régulière des feuilles (en dessus et en dessous) permet de corriger l'hygrométrie (humidité de l'air) souvent trop faible dans nos intérieurs.

En hiver l'activité des plantes est souvent ralentie et leurs besoins moindres (surtout si la plante est placée dans une pièce plus fraîche). Les arrosages et vaporisations doivent s'espacer.

#### Quelle eau utiliser ?

Laissez l'eau potable pour la nourriture et la boisson et récupérez l'eau utilisée pour laver les légumes, l'eau de cuisson refroidie ou l'eau de pluie. Si vous n'avez pas de mitigeur et que vous devez laisser couler l'eau avant qu'elle soit à bonne température, récupérez cette eau dans une baignoire et laissez la décanter une journée avant d'arroser vos plantes. Le chlore contenu dans l'eau potable aura eu le temps de s'évaporer et ne risquera pas de brûler les feuilles.



## 5 - Nourriture / engrais

Vos plantes puisent leur nourriture dans l'eau, le sol et l'air.

Les bactéries du sol fournissent à la plante de l'azote. Dans les pots, elles sont souvent en nombre insuffisant. C'est pourquoi il est souvent nécessaire d'ajouter un engrais azoté à l'eau d'arrosage.

Les plantes se nourrissent également de phosphore (P) permettant aux racines, bourgeons et graines de se former, de potassium (K), fortifiant, aidant la plante à lutter contre les maladies et parasites et aux fleurs de se former, et certains oligo-éléments (fer, cuivre, manganèse, magnésium, bore) en quantité moindre.

La terre des pots est rapidement vidée de l'ensemble de ces éléments, ce qui rend souvent nécessaire l'apport régulier d'engrais complets (contenant les trois éléments N,P,K).

Certains engrais organiques (assortis de rempotages réguliers) peuvent satisfaire la plupart de vos plantes vertes, évitant ainsi

l'utilisation de produits souvent moins naturels. Leur diffusion sera par contre plus lente et leur action moins spectaculaire que certains engrais chimiques.

- Le purin d'ortie dilué au 10<sup>ème</sup> en arrosage s'utilise une fois par mois ou en pulvérisation sur les feuilles pour les apports en azote (ce purin a également l'avantage d'éloigner certains parasites).
- La farine de sang, de corne apporte de l'azote, la poudre d'os du phosphore et du calcium.
- On peut aussi renouveler une partie de la terre en surface par du compost bien mûr.
- Certaines poudres d'algues et de roches sont riches en oligo-éléments.

Dans tous les cas, respectez les quantités indiquées, l'excès d'engrais pouvant être fatal à vos plantes beaucoup plus rapidement qu'une carence.



© R Aryanto



## 6 - Soins / lutte contre les parasites

L'hiver notamment, les plantes d'intérieur subissent la chaleur et la sécheresse de l'air, ce qui peut favoriser l'apparition de parasites : petites mouches blanches, amas cotonneux ou capsules grises sous les feuilles...

Pour vous en débarrasser, évitez les produits phytosanitaires dont la fabrication et l'utilisation favorise la dissémination de produits toxiques dans l'environnement. Voici quelques astuces plus saines à essayer avant d'utiliser les grands moyens. Si néanmoins, vous ne pouvez faire autrement qu'utiliser ce genre de produits, utilisez autant que possible des insecticides biologiques et soyez soucieux d'en respecter les dosages (les augmenter conduit souvent à polluer durablement l'eau et la terre et n'en augmente pas l'efficacité).

### ● Contre les cochenilles

Elles se présentent sous deux formes : amas cotonneux plus ou moins répartis sur les tiges et le dessous des feuilles ou capsules marron de petite taille qui cèdent sous l'ongle libérant une poudre blanche. Pour une invasion de faible ampleur, nettoyez les parties infestées avec un coton imbibé d'alcool à brûler ou de savon noir. Pour une attaque plus importante, vaporisez sur les feuilles un mélange d'alcool et de savon très dilués dans l'eau. Laissez agir une demi-heure puis rincez soigneusement les feuilles à l'eau claire.

### ● Contre les mouches blanches (ou aleurodes)

Ces petits insectes volants de couleur blanche apprécient tout particulièrement les températures importantes (vérandas). Ils s'envolent à la première approche et tapissent le dos des feuilles qui deviennent rapidement collantes. Une moisissure noire apparaît. En prévention, pulvérisez régulièrement du purin de sureau ou une décoction de tanaisie. Maintenez une hu-

midité constante, placez des petits pièges à glu dans lesquels elles viendront se coller. Pour traiter une attaque, placez la plante dans une pièce fraîche (10-12 °C), pulvérisez des infusions de tanaisie et du purin de sureau.

### ● Contre les acariens

Ces minuscules araignées rendent le feuillage gris et poisseux. Comme ils n'aiment pas l'humidité, vaporisez régulièrement vos plantes en prévention. En traitement, faites tremper longuement le pot dans une bassine d'eau, puis enfermer la plante dans un sac en plastique transparent. L'humidité constante aura raison en quelques jours de ces squatteurs indelicats.

### ● Contre les pucerons

Au printemps ils peuvent apparaître sur les jeunes pousses ou les boutons prêts à fleurir dont ils pompent la sève. Ils sécrètent un miellat poisseux sur lequel peut se développer la fumagine (champignon de couleur noirâtre) qui empêche la photosynthèse. En prévention, pulvérisez du purin d'orties. En traitement, enlevez-les manuellement s'ils sont peu nombreux ou essuyez la plante avec de l'eau savonneuse (savon noir), pulvérisez du purin d'orties, de fougères, une décoction de tanaisie, une macération de tabac.

### ● Contre les araignées rouges

Ces petites araignées rouges envahissent souvent le revers des feuilles. Elles tissent de fines toiles entre les tiges et provoquent un jaunissement progressif des feuilles par petites taches. Si rien n'est fait, la plante peut mourir. En prévention, pulvérisez régulièrement une infusion d'ail, maintenez une humidité constante avec des vaporisations régulières. En traitement, pulvérisez très souvent du purin d'orties tout en gardant une humidité constante.