



SOMMAIRE

A la découverte des "mauvaises" herbes..	2
Zoom sur « le Jardin des Vertueux ».....	3
Ressources	4

EDITO

Avec ce nouveau numéro du Lierre, changez de regard sur les "mauvaises herbes" ! Aujourd'hui délaissées, ces plantes, qui occupent jardins et chemins, étaient pourtant couramment utilisées par nos aïeux pour leurs vertus médicinales et nutritionnelles. Partez à leur découverte, après une cueillette précautionneuse, elles vous révéleront leurs bienfaits et leurs saveurs insoupçonnées.

Découvrez également le site pédagogique du Jardin des Vertueux, jardin paysager où toutes les plantes, domestiques comme sauvages, ont leur place ; et où jardinage et création artistique se mêlent subtilement dans une atmosphère apaisante, ludique et pédagogique.

Jean-Jacques STOTER
Président de l'URCPIE de Picardie



A LA DECOUVERTE DES... "MAUVAISES" HERBES

UN PEU DE BOTANIQUE...

En botanique les "mauvaises herbes" n'existent pas, ce sont simplement des adventices ou encore des herbes folles, des plantes qui se développent spontanément y compris dans des espaces que l'homme réserve à certains usages (culture, jardin, espaces publics), ou qu'il souhaite garder "propres". Elles sont qualifiées d'« indésirables », mais à y regarder de plus près, le sont-elles vraiment ?



L'ORTIE

Une **vertueuse** qu'on ne présente plus tant ses bienfaits pour l'organisme sont exceptionnels. Son action en purin est un outil indispensable pour éviter l'emploi des engrais. L'ortie est d'ailleurs une activatrice de biodiversité, attirant les auxiliaires qui réguleront les parasites au jardin.



LE PISSENLIT

Indésirable emblématique, cette plante est souvent peu désirée car elle se mélange à l'herbe et la domine rapidement, changeant ainsi totalement l'aspect de la pelouse. Sa présence dans les jardins est pourtant très utile ! Le pissenlit aère et ameublir la terre grâce à sa racine pivotante. Ses feuilles peuvent agrémente nos salades, même si celles-ci sont quelques peu amères, et peuvent être appréciées pour leurs vertus diurétiques. Par ailleurs, ses fleurs, hautement mellifères, procurent un excellent nectar aux abeilles.



LA CONSOUDE

Généreuse des marais, elle est utilisée depuis l'Antiquité pour ses diverses vertus. Pourtant moins connue que l'ortie, on en tire un purin tout aussi efficace pour le jardinage. Par ailleurs, on se servait jadis des feuilles de consoude en cataplasme pour consolider les fractures : son principe actif, l'allantoïne, que l'on retrouve dans les crèmes réparatrices, agit en effet sur la multiplication cellulaire. Comme de nombreuses plantes sauvages ses jeunes pousses peuvent se consommer. Ses fleurs attirent également les butineurs. Plante vivace, résistante aux aléas climatiques, et de croissance rapide, il est possible de la cultiver en ayant toutefois à l'esprit son caractère facilement envahissant.

Plantes dites communes et souvent dénigrées, ces indésirables ne demandent qu'à être redécouvertes. Les **propriétés nutritives** des plantes sauvages, notamment leur teneur en vitamine C, sont en effet souvent plus développées que chez les légumes du jardin. En prenant le temps d'identifier et de vous intéresser aux « légumes de la nature », vous découvrirez les **étonnants bienfaits** de ces derniers.

Gare aux cueillettes imprudentes ! Ces plantes ont des vertus, mais il faut récolter avec prudence et parcimonie. Il ne faut pas les récolter n'importe où (les bords de route, facilement accessibles, sont aussi très exposés aux pesticides et gaz d'échappements), préférez les endroits isolés des activités humaines pour faire votre cueillette. Attention également au risque de contamination parasitaire (grande douve du foie, échinococcose etc.).

Ne cueillez que des plantes parfaitement identifiées, présentes en quantité à l'endroit où vous vous trouvez. Veillez à ne pas les déraciner et à ne pas trop éclaircir le terrain lors des cueillettes. L'élimination trop importante de plantes « indésirables » laisserait un vide, qui pourrait alors être colonisé par des plantes exotiques envahissantes, telle que la Renouée du Japon.

ZOOM SUR UN SITE

Retrouvez tous les sites pédagogiques sur Internet !
<http://sitespedagogiquessomme.cpie-picardie.org>

LE JARDIN DES VERTUEUX



À l'origine destinés à la **culture maraîchère**, les jardins sur l'eau ou **hortillonnages** à Amiens sont aujourd'hui principalement utilisés pour des jardins privés individuels de loisirs. Quelques producteurs subsistent malgré tout et proposent des légumes locaux de qualité pour le marché local. Pascal Goujon (Alias Paco) jardinier-paysagiste, est un amoureux du lieu. Il y a créé en 2009 un **jardin pédagogique, exemplaire en matière d'écologie, et lieu conservatoire des techniques maraîchères traditionnelles**. Il répond à quelques questions que nous lui avons posées concernant son appartenance au réseau des sites pédagogiques.

Quelles animations proposez-vous au jardin ?

Au sein du jardin trois thèmes sont abordés : le jardinage, le Land Art et l'environnement.

- **Jardinage** : Les p'tits jardiniers (savoir semer, planter désherber et récolter dans un potager), le compost (connaître et comprendre le compostage des végétaux), du potager à l'assiette (découvrir des parfums, des saveurs et appréhender l'équilibre alimentaire).
- **Land Art** : Le mandala (réaliser une fresque collective à l'aide de matériaux naturels), les mobiles (réalisations issues du végétal, puis installation et exposition sur place).
- **L'environnement** : L'eau (le cycle et l'importance de l'eau dans les hortillonnages), la biodiversité (étude des réseaux trophiques des zones humides).



Comment se déroule une animation ?

Nous accueillons au maximum 30 enfants par demi-journées afin de leur faire découvrir le jardin et d'appréhender la faune dans le calme. **Un circuit de visite** est proposé pour découvrir le site dans sa globalité. Ensuite, en fonction de l'atelier, le groupe suit une **animation de 50 minutes environ**. Après l'animation, les enfants disposent d'un temps libre pour parcourir les aménagements de saules, véritables aires de jeux. Durant la belle saison, les groupes peuvent également profiter du site pour déjeuner sur place, avant ou après le temps d'animation.

Avez-vous des nouveautés et actualités en 2012 ?

Cette année, nous avons installé des **ruches pédagogiques** afin de faire découvrir en toute sécurité la vie des abeilles et leur importance au sein des écosystèmes. En ce qui concerne les élèves de collège, une animation, intitulée « de la théorie à la pratique », consistant en une mise en relation concrète des SVT, du français, des mathématiques et de la géographie avec le thème du jardin, a été testée avec succès. Pour finir, la **4^{ème} fête de la soupe** réunira petits et grands le 28 octobre : jeux, animations et concours de soupe seront au rendez-vous !

Des projets pour 2013 ?

En effet nous débutons l'aménagement d'une île de 3000 m² dont le thème sera la **découverte ornithologique** (et plus généralement un parcours nature) en partenariat avec Picardie Nature.

Nom du site : Le Jardin des Vertueux
Année d'adhésion : 2012
Thématique : Biodiversité / agriculture / paysages
Localisation : Amiens (Somme)
Ouverture du site : Toute l'année sur réservation
Contacts : Pascal GOUJON (alias Paco)
06.61.40.42.31 / paco@lejardindesvertueux.fr
www.lejardindesvertueux.fr

A DÉCOUVRIR DANS NOS CENTRES DE RESSOURCES

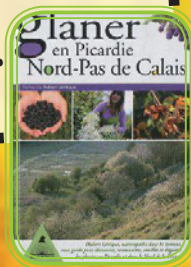
LECTURE

Glaner en Picardie Nord Pas-de-Calais

Hubert LÉVÈQUE (*naturopathe*)

Comment vous sentir mieux en utilisant ce que la nature vous a généreusement offert ? C'est ce que vous découvrirez dans ce livre : savoir parcourir les larris, les bords de mer, les marais ou les chemins de campagne. Vous pourrez recueillir, le temps d'une balade, quelques plantes aux vertus oubliées et pourtant si précieuses.

Tétrás éditions (8 juin 2010) - 173 pages.
ISBN : 978-2915031508



Guide des plantes herbacées mellifères



LECTURE

Guide des plantes herbacées mellifères

Jacques PIQUÉE

Ce guide décrit plus de 120 plantes herbacées annuelles, bisannuelles ou vivaces qui permettent d'aménager des territoires de «gagnage» pour tous les butineurs à la recherche d'une nourriture la plus variée possible car si la biodiversité végétale se préserve, elle se cultive aussi. Richement illustré, il permet de reconnaître rapidement les plantes lors des promenades.

Éditions Clerc (2011) - 236 pages.
ISBN : 978-2-9524673-2-2

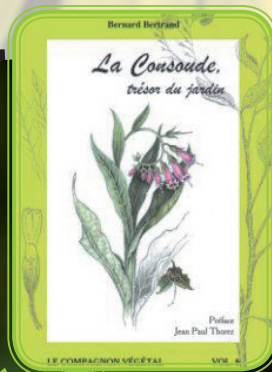
LECTURE

La consoude, trésor des jardins

Bernard BERTRAND

Quelle plante peut nourrir à la fois un poulet, un cobaye, un éléphant? Quelle plante peut soigner contusions, blessures, coups de soleil et autres plaies et bosses? Quelle plante peut répondre aux besoins alimentaires des pays en voie de développement? Quelle plante présente tant d'atouts qu'elle effraie les puissances économiques? La consoude !

Editions De Terran (2004) - 143 pages.
ISSN : 12724025



LECTURE

Remèdes et recettes à l'ortie

François COUPLAN / NOUCHA

Pour vous, l'ortie n'est sûrement qu'une détestable mauvaise herbe. En fait, elle s'avère dépurative, très riche en protéines et fertile...d'où le purin d'ortie. Découvrez 50 remèdes et recettes à base d'ortie: shampoing et savon à l'ortie, soupe et lasagnes à l'ortie, sorbet et infusion à l'ortie...

Rustica (juin 2008) - 64 pages.
ISBN : 9782840388661



Directeur de publication : Jean-Jacques STOTER, Président de l'URCPIE de Picardie
Conception et réalisation : URCPIE de Picardie (2012) © Tous droits réservés.

Conception graphique et maquette : CPIE des Pays de l'Aisne (2012) © Tous droits réservés.

URCPIE de Picardie - 32, route d'Amiens - 80480 DURY - Tel : 03.22.33.24.24 - Site internet : <http://www.cpie-picardie.org>

Le Lierre est imprimé sur papier recyclé avec des encres végétales. Tirage : 3000 exemplaires - 3 numéros par an

L'animation du Réseau des Sites Pédagogiques bénéficie du soutien du Conseil régional de Picardie.