

Jardins thérapeutiques

Conseils de l'hygiéniste

Dr Philippe Carenco
Médecin hygiéniste - CH Hyères

Marseille, 30 juin 2017
Colloque « Créer un jardin pour accompagner le soin »
CRES PACA - ARS - PRSE

Privilégier les plantes locales

CONSEIL GÉNÉRAL DU VAR

2007

Les plantes adaptées
aux jardins et
espaces verts varois




CONSEIL
GÉNÉRAL



Jasmin de Grasse, Jasmin d'Espagne, Jasmin Royal
(*Jasminum grandiflorum*)



Jasmin à nombreuses fleurs ou jasmin blanc
(*Jasminum polyanthum*)



Lierre commun
(*Hedera helix*)



Rosier toujours vert ou églantier toujours vert
(*Rosa sempervirens*)



Glaïeul commun
(*gladiolus communis*)



Glaïeul des prés
(*Gladiolus italicus*)



Grande pervenche
(*Vinca major*)



Hélianthème
(*Helianthemum apenninum*)

Label « Végétal local » (Conservatoires botaniques nationaux)



PLANTES ENVAHISSANTES DE LA REGION MEDITERRANEENNE

Agence Méditerranéenne de l'Environnement - Région Languedoc-Roussillon
Agence Régionale Pour l'Environnement Provence-Alpes-Côte d'Azur

Eviter les espèces végétales invasives



Buddleia



Griffes de
sorcière

**Ambroisie,
Très allergisante**



Acacia dealbata Link - Mimosa d'hiver

Ailanthus altissima (Miller) Swingle - Ailante glanduleux, Faux-vernis du Japon

Ambrosia artemisiifolia L. - Ambroisie à feuille d'armoise

Amorpha fruticosa L. - Faux-indigo

Baccharis halimifolia L. - Sénéçon en arbre

Buddleja davidii Franchet - Buddleia, Arbre aux papillons

Carpobrotus acinaciformis (L.) L. Bolus et *C. edulis* (L.) N.E. Br. - Griffes de sorcière

Cortaderia selloana (Schultes) Asch. et Graebner - Herbe de la pampa

Impatiens glandulifera Royle - Balsamine de l'Himalaya

Lippia canescens Kunth - Lippia

Ludwigia grandiflora (Michaux) Greuter & Burdet et *L. peploides* (Kunth) P.H. Raven - Jussies

Opuntia spp. - Oponces ou Figuiers de Barbarie

Reynoutria japonica Houtt. et *R. sachalinensis* (Friedrich Schmidt Petrop.) Nakai
Renouée du Japon et Renouée de Sakhaline

Robinia pseudoacacia L. - Robinier faux-acacia

Senecio inaequidens DC. - Sénéçon du Cap

Proscrire les plantes allergisantes

Parmi les plantes méditerranéennes, les plus allergisantes sont :

- Les Cupressacées : *cupressus sempervirens*, *juniperus ashei*, *juniperus oxicedrus*, *thuyas*.
- Les Oléacées : *olea europa*.
- Les Pariétaires : *parietera judaïca*, *officinalis*.
- Les Graminées ornementales.



Des auxiliaires pour éviter les pesticides



La coccinelle européenne (*Adalia bipunctata*) adulte peut dévorer 90 pucerons par jour et sa larve 150.

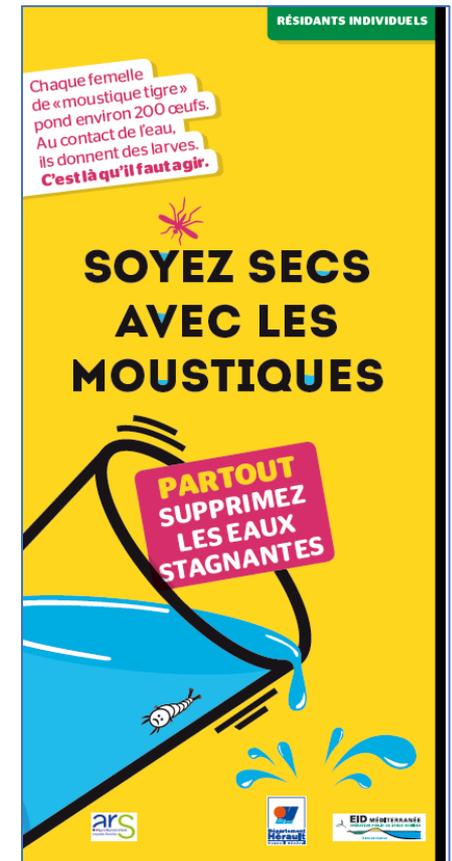


Mais attention à l'invasion par la coccinelle asiatique (*Harmonia axyridis*), introduite au Benelux depuis 2000 car beaucoup plus vorace, mais invasive, irritante et nuisible à certaines cultures



Lutter contre le risque moustique

- Insecticides interdits
- Gestion du jardin, points d'eau, arrosage tôt le matin,
- Espèces végétales répulsives en plantation ? Pas de travaux scientifiques
- Pièges efficaces
- Tenue vestimentaire adaptée
- Répulsifs cutanés contenant du DEET



Prévenir les risques liés au jardinage

- Vérifier la **vaccination anti-tétanique** +++
- Protéger de l'exposition solaire excessive
- Disposer de zones de repos ombragées (prisées par les moustiques)
- Fournir des gants ++
- Faire pratiquer un lavage des mains après le jardinage
- Gérer les outils de jardin
- Equiper les issues du bâtiments de tapis anti-boue

En cas de présence animale

- Pas de contact avec les oiseaux - déjections - plumes (Psittacose)
- Chiens et chats suivis par un vétérinaire (Parasitoses)
- Rongeurs, tortues, lapins, basse-cour (Salmonellose, Pasteurellose)
 - protéger les vêtements du contact direct de l'animal
 - **lavage des mains soigneux impératif** après manipulation des animaux



Gestion des réseaux d'eau

- Assurer l'évacuation complète des eaux de ruissellement vers le réseau pluvial (arrosage, pluie), sans zone stagnante
- Protéger le réseau d'eau potable d'une pollution par retour d'eau du circuit d'arrosage (disconnecteur) – réglementaire



Gestion des déchets verts

- Les déchets verts sont des biodéchets
- Ils ne peuvent être brûlés en plein air (réglementaire)
- Ils doivent être valorisés par
 - Compostage, pouvant être réalisé sur place
 - Méthanisation, procédé industriel



Jardin potager, cuisine thérapeutique

Règles générales :

- Prendre conseil auprès du chef de cuisine sur des recettes de préparations à faible risque
- Préparation, cuisson et consommation des aliments doivent s'enchaîner : pas de stockage en préparation
- **Ne conserver aucun plat non consommé**
- **Ne conserver aucune denrée non utilisée**

La réglementation de restauration collective ne s'applique pas lorsque les personnes produisent les repas pour leur propre consommation

Jardin potager, cuisine thérapeutique

Concernant la préparation des aliments :

- Laver les légumes à grande eau
- Eplucher soigneusement tous les légumes
- Faire laver les mains avant et après la préparation des aliments
- Protéger la tenue par un tablier

Préserver la biodiversité

- Proscrire les biocides
 - Insecticides
 - Pesticides
 - Raticides
 - Désinfectants
- Fidéliser les pollinisateurs et les espèces migratrices
- Préserver la vie nocturne
 - Limiter la durée d'éclairage
 - Choisir des luminaires à faible impact
- Observer, recenser, signaler

