



LES CONSEILS DE TERRE&NATURE

Soigner les plantes par les plantes

Le jardin naturel sera à l'honneur ce week-end au château de Coppet (VD). L'occasion pour nous de faire le point sur les manières de lutter contre les maladies et les ravageurs au jardin grâce aux extraits de plantes. Rencontre avec deux spécialistes valaisans.

Des légumes qui manquent de punch? Des rosiers qui s'étiolent? Des pucerons qui rappiquent? Optez pour des solutions simples et naturelles pour soigner votre jardin! De nombreuses plantes sauvages ont en effet des vertus thérapeutiques diablement efficaces. «Pendant des siècles, les cultures ont été soignées avec ces remèdes de sorcières, mais l'Inquisition d'abord et, plus récemment, les produits chimiques nous ont fait perdre ce savoir-faire ancestral», regrette Stéphane Mih, spécialiste de la protection naturelle des cultures à Monthey (VS).

Aujourd'hui, l'intérêt croissant pour le jardinage bio a remis au goût du jour les traitements à base de plantes. On distingue trois types de préparation: les extraits de plantes ou purins, préparés par macération, les tisanes et les décoctions (voir encadré ci-dessous). «Les extraits sont surtout utilisés comme stimulant: ils renforcent les défenses naturelles de la plante et préviennent les maladies. Les tisanes et les décoctions sont plus concentrées et servent surtout à pallier un problème de maladie ou de ravageurs», résume Laurence Von Moos, l'associée de Stéphane Mih à l'enseigne de Pousse Nature Sàrl. L'ortie, la menthe poivrée, la consoude, la bardane, mais aussi la sauge et le pissenlît sont

parmi les plantes fétiches de nos spécialistes: «Nous utilisons souvent les plantes en mélange pour cumuler leurs effets. L'ortie est riche en azote, tandis que la consoude et la bardane contiennent davantage de potasse. En associant leurs extraits, on obtient un mélange détonnant pour stimuler les cultures!» Les extraits de plantes sont particulièrement utiles lors du semis car ils activent la germination, et au repiquage car ils favorisent la reprise racinaire. En traitement curatif contre les pucerons, Stéphane Mih conseille la tisane à base de rue, de menthe poivrée, de sauge et de saponaire, tandis que les maladies fongiques sont surtout combattues avec l'ortie, la sauge et les plantes méridionales. «Les produits naturels sont plus sélectifs. Ils doivent être bien choisis et utilisés correctement pour être efficaces, car ils se dégradent rapidement. Il faut aussi apprendre à connaître ses ennemis avant de les combattre», insiste Stéphane Mih. Encore une excellente raison pour passer plus de temps à observer son jardin!

AINO ADRIAENS ■

+ D'INFOS Pousse Nature: www.pousse-nature.ch. Sur le même sujet, consultez notre hors-série *Créez votre jardin au naturel*, qui sera distribué sur le stand Terre&Nature à Jardins en fête (voir pages 7 et 35).



«Les extraits de plantes s'utilisent en arrosage ou en pulvérisation, aussi bien sur les cultures potagères que dans le verger et le jardin d'ornement», indique Laurence Von Moos, qui a créé à Monthey (VS), avec Stéphane Mih, l'entreprise Pousse Nature.

BON À SAVOIR

Une terminologie à l'ancienne

• **Macération:** Cette méthode est utilisée pour réaliser tous les extraits végétaux (ou purins). La recette de base consiste à tremper les plantes fraîches (1 kg) dans un volume d'eau froide (10 litres). Après filtration, l'extrait pur doit être dilué à raison d'un litre par 10 litres d'eau (10%) si on l'utilise au pied des plantes (arrosoir) ou à 5% si on asperge plutôt le feuillage (pulvérisateur). Les extraits peuvent se conserver une année dans un récipient hermétique, à l'abri de la chaleur et de la lumière.

• **Infusion ou tisane:** Les plantes fraîches ou sèches sont jetées dans l'eau froide et portées à une température de 80 °C. Le dosage est de 25 gr de plantes sèches par litre. En usage curatif par pulvérisation, la tisane est diluée à 5% (1 litre de tisane/20 litres d'eau) et ne se conserve pas plus d'un à deux jours.

• **Décoction:** Les plantes sont mises à bouillir durant 5 à 10 minutes. Dosage: 50 à 100 gr de plantes sèches par litre. Usage curatif par pulvérisation, dilution à 5%.

L'AVIS DE L'EXPERT

Quelle eau faut-il utiliser? «De l'eau de pluie car son pH d'environ 6,2 est le même que celui des feuilles. La plante parvient donc mieux à assimiler la préparation. Une eau trop calcaire bloque l'action des molécules», souligne Stéphane Mih.

A quelle fréquence peut-on utiliser les extraits de plantes? «Pas plus de deux fois par mois. Il ne faut pas oublier de mouiller le sol et de diluer l'extrait pur avant de l'appliquer. L'extrait d'ortie peut être aussi épandu régulièrement sur le compost pour accélérer sa maturation.»

Peut-on trouver ces remèdes naturels dans le commerce? «Très difficilement. A notre connaissance, notre entreprise est la seule en Suisse romande à produire des extraits et des mélanges de plantes sèches. Nous assurons aussi le suivi ou effectuons les traitements sur demande, en particulier dans les vignes et les jardins privés. L'extrait pur est vendu 5 fr. le litre et se conserve une année.»

EN PRATIQUE

Comment préparer un purin d'ortie



Récolter et peser les orties

Cherchez un rond d'orties bien vertes en évitant les bords de routes. Coupez une brassée à la faux juste avant leur floraison, car, à ce stade, les éléments minéraux sont en plus forte concentration. Pesez un kilo de plantes fraîches sur une balance de ménage.



Faire macérer dans l'eau

Coupez grossièrement les orties au sécateur: les plantes ne piquent pas quand on les caresse dans le sens du poil! Mettez-les dans un seau avec 10 litres d'eau froide, que vous poserez à l'ombre, dans un coin du jardin à l'abri de la pluie.



Brasser la préparation

Brasser la préparation matin et soir pour remettre en suspension la matière solide. Des bulles ou de la mousse de fermentation montent à la surface. Mettez des gants car l'odeur, persistante, s'apparente à celle du purin!



Soutirer et filtrer

Au bout de 5 à 10 jours, il n'y a plus de bulles qui remontent en surface, signe que la fermentation est terminée. A ce stade, filtrez l'extrait et mettez en bouteille, sans laisser d'air. Cet extrait pur doit être dilué avant utilisation (voir encadré ci-dessus).