



Contrôler les maladies et les ravageurs

dans votre jardin... le plus sainement possible

Le meilleur moyen de protéger votre jardin des ravageurs et des maladies est de faire appel à des méthodes éprouvées pour garder vos plants vigoureux et en santé. Commencez par planter une diversité d'espèces en veillant à leur fournir de bonnes conditions de croissance et en les inspectant régulièrement pour détecter la présence d'insectes ou de maladies.

Voici quelques trucs qui devraient minimiser les risques de maladies et d'infestations dans votre jardin.

- Choisissez des espèces à cultiver en fonction de votre région et des conditions de votre sol. L'achat de semences et de plants correspondant à votre zone de rusticité vous donnera des plantes robustes et donc plus aptes à résister aux ravageurs et aux maladies.
- Cultivez des variétés résistantes aux maladies. Certaines plantes ont été sélectionnées pour résister aux maladies d'origine bactérienne, virale ou fongique (il ne s'agit cependant pas d'organismes génétiquement modifiés ou OGM)
- Optez pour la diversité en faisant du compagnonnage et la rotation de vos cultures. Il sera plus difficile aux insectes et aux maladies de repérer leurs plantes favorites si vos légumes sont disposés de façon à s'entraider mutuellement.
- Procurez de bonnes conditions de croissance à vos végétaux : du soleil et de l'eau en quantité suffisante, une bonne circulation d'air et en ne laissant pas traîner des plantes malades. Un système d'irrigation goutte-à-goutte permet de fournir de l'eau directement aux racines plutôt qu'au feuillage.
- Veillez à la fertilité du sol en y incorporant du compost et autres matières organiques. Analysez votre sol pour vous assurer que vos plantes ne manquent pas de minéraux essentiels à leur croissance. Des plantes robustes sont plus résistantes aux maladies et aux insectes ravageurs.
- Inspectez régulièrement vos plants pour vérifier la présence d'insectes ou de maladies. Il est plus facile de contrôler une infestation à ses débuts alors que le problème est mineur et local.

*Il vaut mieux
prévenir
que guérir*

Si vos plantes n'ont pas l'air en santé, identifiez le problème avec précision (voyez les livres dans la liste de ressources). Essayez des méthodes physiques et biologiques pour contrôler les maladies et les ravageurs. Réservez les pulvérisations et les poudres insecticides pour les infestations graves lorsque tous les autres moyens de lutte auront échoué.

Contrôle physique

Contrôle manuel :

- Écrasez les insectes ou cueillez-les à la main et noyez-les dans un peu d'eau savonneuse.
- Arrachez les mauvaises herbes à la main en vous assurant de retirer la racine.
- Élaguez et détruisez les parties malades.

Chaleur

- Brûlez les mauvaises herbes à l'aide d'une torche au propane conçue à cet effet.
- Versez de l'eau bouillante sur les mauvaises herbes.

Eau

- Pulvérisez un puissant jet d'eau sur les insectes pour les faire tomber du plant.

Pièges et appâts

- Installez des pièges et des appâts pour insectes, incluant des pièges à phéromones, capables d'attirer des insectes spécifiques dans vos pièges.

Barrières physiques

- Installez des bâches flottantes sur vos légumes pour les protéger des insectes ravageurs.
- Étendez du paillis pour éviter l'apparition de mauvaises herbes et pour garder les légumes propres et à l'abri des moisissures.
- Disposez des collets de carton ou de métal (boîtes de conserve sans fond) autour des plants qui sont sensibles aux vers gris.

Contrôle biologique

Plusieurs insectes peuvent réduire les populations de ravageurs. Les insectes bénéfiques mangent des matières en décomposition et d'autres insectes, tandis que certains sont des parasites des insectes ravageurs (parasitoïdes).

- Encouragez la présence d'espèces bénéfiques dans votre jardin en leur donnant de l'eau fraîche et une diversité de plantes pour se nourrir et s'abriter.
- Apprenez à aimer les chauve-souris, les crapauds, les araignées et bien sûr les oiseaux.
- Relâchez des prédateurs ou des parasitoïdes cultivés commercialement.
- Appliquez des bactéries bénéfiques comme le *Bacillus thuringiensis* (Bt) ou des nématodes selon le cas.

Produits biologiques

Certains produits « biologiques » sont disponibles dans le commerce pour contrôler les insectes ravageurs. Ce sont soit des savons, des huiles ou des extraits de plantes. Cela reste cependant des pesticides et ils doivent être utilisés avec beaucoup de prudence et seulement lorsque les méthodes qui ont le moins d'impact sur l'environnement ont échoué. Suivez toujours les directives et les précautions inscrites sur l'étiquette.

Savons et huiles insecticides:

Les savons et les huiles insecticides ne sont pas toxiques pour les humains et les animaux domestiques mais peuvent néanmoins nuire à certaines plantes. Appliquez une petite quantité de produit sur quelques feuilles pour en faire l'essai et attendez quelques jours pour vérifier les effets avant d'arroser toute la plante. Ce traitement détruira les organismes bénéfiques aussi bien que ceux qui sont nuisibles.

Pesticides botaniques:

Les insecticides extraits de plantes (roténone, pyrèthre) se dégradent rapidement dans l'environnement. Par contre, ils sont toxiques pour les humains, les animaux domestiques et la faune. N'appliquez pas de roténone près d'un cours d'eau parce que ce produit est très toxique pour les poissons.

Terre diatomée:

La terre diatomée est composée de petites algues siliceuses fossilisées. Elle agit par contact ou par ingestion si elle est associée à un appât. L'insecte est transpercé et meurt dans les heures suivantes. Non toxique pour les humains et les mammifères, elle peut toutefois irriter les voies respiratoires (silicose) : il est donc recommandé de porter un masque lors de l'application. Cependant, comme c'est un produit non sélectif et non dégradable, il peut nuire à d'autres organismes du sol. Il est plutôt utilisé pour les insectes rampants à l'intérieur de la maison, tels que les fourmis et les coquerelles.

Essayez quelques-unes de ces recettes-maison pour contrôler les ravageurs et les maladies

Préparations maison

Solution savonneuse

2 c. à soupe de flocons de savon
1 litre d'eau

Mélangez le savon à l'eau et pulvérisez directement sur les insectes. S'applique également sur la pelouse (ex. : punaises).

Huile d'ail (tiré du livre *Controlling Pests and Diseases*, Ed. Rodale)

85 g d'ail émincé
2 c. à thé d'huile minérale
eau

1 c. à thé de savon à vaisselle liquide

Faites tremper 85g d'ail émincé dans 2 c. à thé d'huile minérale pour 24 heures. Retirez l'ail et ajoutez 600 ml d'eau et 1 c. à thé de savon à vaisselle à la solution. Mélangez bien. Pulvérisez vos plantes avec une solution de 1 à 2 c. à table d'huile d'ail diluée dans 600 ml d'eau. Il s'agit d'un excellent contrôle contre une grande variété d'insectes et même certaines maladies fongiques.

Fongicide (tiré du livre *Controlling Pests and Diseases*, Ed. Rodale)

1 c. à thé de bicarbonate de soude (soda à pâte)
1 litre d'eau

1 c. à thé de flocons de savon

Faites dissoudre 1 c. à thé de bicarbonate de soude dans 1 litre d'eau tiède. Ajoutez jusqu'à 1 c. à thé de flocons de savon pour aider la solution à se déposer sur les feuilles. Pulvérisez sur et sous les feuilles pour contrôler les maladies.

Savon à l'huile (tiré du livre *Controlling Pests and Diseases*, Ed. Rodale)

1 c. à table de savon à vaisselle liquide
1 t. d'huile (arachides, carthame, maïs, soya ou tournesol)
1 t. d'eau

Ajoutez 1 c. à table de savon à vaisselle à 1 tasse d'huile. Mélangez 1 à 2 c. à thé de cette solution savon/huile à 1 tasse d'eau. Pulvérisez vos plantes pour contrôler une grande variété d'insectes ravageurs.

Solution Neem à pulvériser

1 barre de savon Neem (disponible dans certains magasins d'aliments naturels)
1 litre d'eau

Grattez 1 c. à table de savon et ajoutez à 1 litre d'eau. Laissez reposer 1 heure et pulvérisez sur les insectes.

Choisissez l'alternative la moins toxique

Faible impact

Impact important

Contrôle des insectes

Compagnonnage	Savon insecticide	Pyrèthre	Rotenone
Rotations des cultures	Huile de dormance	Bacillus thuringiensis (Bt)	Nicotine
Sol riche en humus	Huile d'agrumes		
Cueillette à la main	Terre diatomée		
Jet d'eau	Savon Neem		
Pièges et appâts	Nématodes		
Barrières physiques			
Prédateurs naturels			
Parasites naturels			

Contrôle des mauvaises herbes

Sarclage	Eau bouillante	Torche au gaz propane	
Paillis	Tourteau de gluten de maïs	Sel de table	
Arrachage manuel	Paillis de plastique noir		
Coupe haute (pelouse)			
Sursemis (pelouse)			

Contrôle des maladies

Variétés résistantes	Plastique noir	Soufre	
Rotation des cultures	Bicarbonate de soude	Bouillie Bordelaise	
Sol riche en humus	Pulvérisation d'ail		
Élimination des plantes malades	Savon fongicide		
Arrosage restreint (pas sur les feuilles)			
Bonne circulation d'air			
Paillis			
Purin de compost			
Ne pas circuler dans le jardin mouillé			
Stérilisation des outils de taille			

Ressources

Adapté du document « Greenspaces Fact Sheet » publié par Peterborough Green-Up.

- Livres: Gagnon, Y. Le jardinage écologique, Éditions colloïdales, 1993.
 Gagnon, Y. La culture écologique des plantes légumières, Éditions colloïdales, 1998.
 Marcil, J.J., et autres. Guide de protection et d'entretien écologique des pommiers et autres arbres fruitiers
 Regroupement pour le jardinage écologique, 1991.
 Hamilton, G. Le jardin naturel, Flammarion, 1988.
 Michelak, P.S., and Gilkeson, L.A. Controlling Pests and Diseases, Ed. Rodale, 1994
 Smeesters, É. Pelouses et couvre-sols, Broquet, 2000. (Vidéo disponible également)
- Prédateurs: NIC (Natural Insect Control): prédateurs, pièges, etc. Courriel: nic@niagara.com
 Plant-Prod: prédateurs, pièges. Courriel: plant-prod.laval@sympatico.ca

Une source d'aspiration

Certains cultivateurs de fraises de la Californie utilisent des tracteurs munis de boyaux d'aspiration pour déloger les insectes des plantes. Dans votre jardin, vous pouvez tenter l'expérience en vous munissant d'un petit aspirateur à batteries rechargeables que vous passerez doucement sur les plants infestés. Ce moyen est efficace pour les doryphores, chrysomèles du concombre, pucerons, perce-oreilles et plusieurs autres insectes. Videz ensuite l'aspirateur dans une cuvette d'eau savonneuse pour noyer les ravageurs.

Les pesticides dans vos aliments

Chaque fois que vous mangez ou que vous buvez, vous vous exposez de façon involontaire à des résidus de pesticides. Ces résidus invisibles ne laissent ni arrière-goût ni odeur. Ils constituent toutefois un risque substantiel pour votre santé, surtout lorsqu'ils sont combinés à tous les autres produits de synthèse auxquels vous êtes exposés tous les jours.

Comment les pesticides se retrouvent-ils à votre table?

Ils se retrouvent :

- sur les fruits et légumes arrosés de pesticides dans les champs.
- dans la nourriture traitée aux pesticides pendant l'entreposage et le transport.
- dans la nourriture qui est transformée avec de l'eau qui contient des pesticides.
- dans les poissons et le gras des animaux qui ont accumulé des produits chimiques persistants, tels les sous-produits du DDT et des BPC.
- dans les aliments importés des pays en voie de développement où l'on utilise encore des pesticides bannis dans les pays industrialisés.
- dans les marchés d'alimentation où des pesticides sont pulvérisés pour « protéger » les aliments.

Évitez les indésirables dans votre alimentation

- Faites pousser vos propres légumes biologiques.
- Achetez des légumes biologiques directement du producteur lorsque c'est possible ou faites partie d'un groupe de l'Agriculture Soutenue par la Communauté (ASC, voir la section ressources).
- Acceptez de manger des fruits et légumes moins « parfaits ».
- Demandez à votre supermarché de vendre des produits certifiés biologiques.
- Assurez-vous que votre marché d'alimentation n'utilise pas de pesticides dans le magasin.
- Demandez à votre municipalité de vérifier si votre eau contient des pesticides ou des produits chimiques perturbateurs d'hormones.
- Évitez de consommer trop souvent du poisson provenant du fleuve Saint-Laurent ou d'un autre cours d'eau contaminé avec des produits chimiques perturbateurs d'hormones.
- Évitez le gras animal autant que possible. Les viandes et les produits laitiers non biologiques sont une source importante de produits chimiques persistants.
- Minimisez le contact des aliments avec du plastique et évitez de réchauffer ou de faire cuire vos aliments au four micro-ondes dans des contenants ou des emballages de plastique.

- Évitez les aliments génétiquement modifiés (OGM). Certains OGM sont conçus pour supporter de nombreuses applications de pesticides. Exigez que les aliments contenant des OGM soient identifiés sur les emballages.
- Lavez tous les fruits et légumes, surtout les légumes feuillus et les fruits dont on mange la peau. Notez bien que le fait de laver ou de peler vos fruits et légumes n'éliminera pas tous les pesticides contenus dans leur chair.
- Faites connaître vos préoccupations à votre gérant de supermarché, votre maire, votre député, aux ministres de la santé, de l'agriculture et de l'environnement.

*Chaque chose est reliée
par des milliers de fils invisibles...
à l'univers tout entier*

John Muir

Ressources

Agriculture soutenue par la communauté: Équiterre (514) 522-2000, www.equiterre.qc.ca

Waridel, Laure, et autres. L'envert de l'assiette, Un enjeu alimen... terre, Éditions des intouchables, 1998.

Robins, John. Se nourrir sans faire souffrir, Editions Stanké, 1990.

Communiquez avec vos élus:

Agriculture Canada: <http://www.agr.gc.ca/>

Environnement Canada: <http://www.ec.gc.ca/>

Santé Canada: <http://www.hc-sc.gc.ca/>

Ministère de l'agriculture et de l'alimentation: <http://www.agr.gouv.qc.ca/>

Ministère de l'Environnement du Québec: <http://www.menv.gouv.qc.ca/>

Ministère de la santé et des services sociaux: <http://www.msss.gouv.qc.ca/>

D'après un feuillet réalisé par Green Communities (Peterborough, Ontario)

Traduit par la **Coalition pour les alternatives aux pesticides (CAP)**:

Téléphone: (450) 441-3899, télécopieur: (450) 441-2138, courriel: capnaq@qc.aira.com

Available in English also.

Nous vous encourageons à reproduire ce feuillet.