



C'EST D'ACTUALITÉ

Par Clémence Levasseur



Flours et plantes en pot égayent nos intérieurs et nous apaisent.

Se relaxer, mieux se nourrir, observer la nature

Pourquoi on est fou de jardinage

C'est l'un de nos loisirs préférés : sur les rebords de fenêtres, les balcons, dans les jardins, nous adorons semer, biner et regarder pousser... Tant mieux, c'est bénéfique à tout point de vue !

Jardin, terrasse, balcon : 88 % d'entre nous* ont accès à un espace extérieur. Nous n'hésitons pas à aménager ces endroits pour y faire pousser fleurs, plantes, fruits, légumes ou bien encore quelques aromates. Source de grand plaisir pour 73 % d'entre nous**, le jardinage nous apporte bien plus que le simple fait d'occuper agréablement notre temps libre.

Une activité très en vogue !

Balcons, terrasse, jardin, mur végétal, trottoirs aménagés... nous jardinons en moyenne plus de 6 heures par semaine ! Et pour 70 % d'entre nous, notre bout de verdure, petit ou grand, est un véritable lieu de vie*. « Au-delà des jardins individuels, nous avons constaté que les consommateurs investissent chaque coin possible pour y mettre de la nature, assure

Carole Fischel-Guizard, directrice du marché jardin chez Jardiland. Ainsi, les balcons et les terrasses sont de plus en plus pourvus de jardinières ou de petits potagers. Même le marché des plantes d'intérieur connaît une forte hausse. »

Aujourd'hui, plus besoin d'avoir un jardin extérieur pour « botaniser » : grâce à des potagers d'intérieur, à l'instar de ceux de la marque Prêt à Pousser, on peut cultiver herbes aromatiques,

salades ou champignons, dans sa cuisine ! Pas étonnant que tout le monde s'y mette : « Internet a permis de dépoussiérer l'image désuète du jardinage grâce au foisonnement d'idées, de bonnes pratiques et de conseils partagés sur de nombreux blogs et sites », affirme Carole Fischel-Guizard. En effet, une personne sur trois consulte mensuellement un site de jardinage. Et 40 % des jardiniers ont, dans leur smartphone, une application dédiée.

Écologie rime avec plaisir

Près de 96 % d'entre nous déclarent que le contact avec les plantes, les végétaux et les jardins est important pour son équilibre quotidien***. « Je travaille dans

un bureau, raconte Fabienne, 47 ans, assistante de direction. Alors, jardiner me donne une bonne raison d'aller au grand air, au milieu des plantes, à observer les insectes, à m'émerveiller devant les fleurs... Observer la nature évoluer à son rythme, petit à petit, me procure un réel bien-être. » Pour se ressourcer, rien de tel que la verdure ! Ainsi, 93 % d'entre nous jardinent pour se relaxer**. « Le contact avec la nature apaise et détresse, analyse Hortense Serret, consultante en écologie. Il n'y a qu'à aller se balader en forêt ou mettre les mains dans la terre pour s'en rendre compte. »

En outre, jardiner nous permet d'agir concrètement en faveur de l'écologie : pour 76 % d'entre



Déguster ses propres récoltes est un plaisir renouvelé à chaque saison !

différemment**. « Même si je ne dispose que d'une petite parcelle, j'y ai semé des salades, des aromatiques et des tomates, des cerises, détaille Sabine, 51 ans, bibliothécaire. C'est génial de les voir pousser, à leur rythme, puis de les savourer dans nos assiettes. Cela évite d'acheter des légumes qui viennent de l'autre bout de la France, voire du monde ! » Le jardin idéal est en effet avant tout nourricier (50 %), avant d'être sauvage (18 %) ou esthétique (7 à 9 %).** « C'est gratifiant de voir que le travail fourni au jardin paie, d'autant plus que l'on récolte des produits avec plus de goût, moins standardisés avec des formes plus naturelles, reconnaît Carole Fischel-Guizard. Les adeptes du potager cherchent aussi à consommer des produits plus sains, de saison, cultivés sans produits chimiques et qui viennent juste d'être extraits de terre. » Profiter ce que l'on fait pousser est un vrai plus lorsque l'on sait que le quart des saveurs et des vitamines des légumes se perd en seulement vingt-quatre heures...

* Étude « Jardins & Terrasses », Kantar, mars 2020.

** Étude Ifop pour l'Union nationale des entreprises du paysage, 2019.

*** Baromètre Edenred-Ipsos, 2016.

nous, un jardin aide à contribuer à la protection de la planète**. « Depuis deux ans, nous remarquons que les jardins très travaillés n'ont plus la côte : les Français préfèrent que ce soit plus sauvage afin que les insectes et les oiseaux y trouvent davantage à manger et aient des espaces "fouillis" dans lesquels tranquillement se reproduire », indique Carole Fischel-Guizard. Les fleurs mellifères, qui favorisent le butinage des abeilles, ont ainsi beaucoup de succès. « Le jardin est aussi un moyen de lutter contre le réchauffement climatique, rappelle-t-elle. Car les végétaux sont autant de poumons verts qui absorbent la chaleur, notamment en ville, quand les températures grimpent. »

Le bonheur du faire soi-même

« Pour moi qui passe beaucoup de temps devant mon ordinateur, m'occuper de mon jardin me permet de couper avec les écrans », reprend Fabienne, 47 ans. De plus, quand on jardine, on réalise des choses concrètes de nos mains : « Planter des fleurs, s'occuper de ses plantations, voir le résultat arriver au fil des saisons, tout cela procure beaucoup de satisfaction », assure Philippe Moati, professeur agrégé d'économie à l'université Paris-Diderot et directeur scientifique de l'Obsoco

(Observatoire société et consommation). Un plaisir simple, accessible à tous : quelques dizaines d'euros suffisent pour acheter un sac de terreau, des outils et quelques plantes. Et les bienfaits sont rapidement visibles. « Quand j'ai aménagé dans mon pavillon il y a trois ans, le petit jardin était à l'abandon, raconte Juliette, 42 ans, professeur des écoles. Moi qui n'avais jamais jardiné, je m'y suis mise et j'ai adoré donner vie à cet endroit qui change en fonction des

saisons. Je me suis découvert une nouvelle passion ! Depuis, j'ai fait pousser de la glycine, du jasmin, des bambous, et c'est devenu un endroit magnifique. C'est très plaisant de voir mon investissement prendre forme, je suis très fière du résultat. »

Si certains privilégient les plantes d'ornement, d'autres cultivent fruits, légumes ou herbes aromatiques pour les consommer. Ainsi, sept Français sur dix utilisent leur jardin pour se nourrir

Une passion également citadine

Nous sommes 92 % à estimer qu'il n'y a pas assez de verdure en ville*. Si vous n'avez ni jardin ni balcon mais très envie de mettre les mains dans la terre, vous pouvez embellir des espaces au milieu du bitume en faisant pousser plantes et fleurs sur les trottoirs, au pied des arbres, dans les cours d'immeuble... Pensez aussi aux jardins partagés où l'on peut cultiver un potager ou de jolies plantes. Voici ce qu'il faut faire avant de vous lancer.

✓ **Prenez contact avec le service « espaces verts » de votre mairie** pour savoir s'il y a des jardins partagés

et où ils se trouvent. Vous pouvez également demander si un permis de végétaliser a été mis en place et quelles sont les modalités pour l'obtenir.

✓ **Pour verdifier les cours ou les toits d'immeuble, contactez votre bailleur** ou le syndicat de copropriété. Ces lieux ne sont pas concernés par le permis de végétaliser : ce sont des espaces privés. C'est donc au propriétaire des lieux ou à la copropriété de donner son accord.

* Enquête « Les Français et la ville de demain », NewCorp, 2018.

