

- Favorisez un sol en santé et moins acide.
- Diversifiez une pelouse bien établie. Épandez des semences de diverses variétés d'herbes et même de trèfle blanc sur une mince couche de terre à jardin de bonne qualité ou de compost.
- Vous installez une nouvelle pelouse? Recouvrez le site d'au moins six pouces de « terre à gazon » avant d'ensemencer.
- Augmentez la matière organique du sol et prévoyez des zones ombragées pour réduire la fréquence d'arrosage.
- Plantez des fleurs, des arbustes et des arbres pour attirer les oiseaux et les insectes qui se nourrissent d'organismes nuisibles qui peuvent détruire les pelouses, comme la punaise des céréales qui :
 - ◆ préfère le sol chaud et les pelouses ensoleillées, composées uniquement de graminées,
 - ◆ affectionne le gazon riche en azote. Il est donc préférable de fertiliser la pelouse avec du compost de sorte que les nutriments, comme l'azote, sont libérés progressivement.
- Si vous avez des punaises des céréales à un ou deux endroits sur votre pelouse, recouvrez les zones infectées d'un vieux drap ou de papiers journaux humides. Les punaises y colleront et vous pourrez facilement vous en débarrasser.

COMPOSTEZ!

Laissez la nature recycler le tiers de vos déchets organiques en engrais gratuit :

- Choisissez un endroit discret mais pratique et accessible dans l'arrière-cour qui est partiellement ensoleillé et bien drainé.
- Fabriquez ou achetez un composteur commercial.
 - ◆ Des planches, des briques, des blocs de ciment ou même un vieux baril peuvent servir à sa fabrication.
 - ◆ Assurez-vous que des trous ou des événements sont aménagés dans les côtés du contenant pour permettre à l'air de circuler.
 - ◆ Placez le contenant sans fond sur la terre préalablement retournée.
 - ◆ Mettez en alternance des matières vertes (déchets de cuisine et résidus de jardinage)

et des matières organiques brunes (feuilles, herbes de tonte et vieux terreau d'empotage).


- ◆ Ajoutez une couche de terre à jardinage ou de compost pour accélérer la mise en marche du processus de compostage.

Dépannage :

- Gardez la pile de compost aussi humide qu'une éponge tordue.
- Retournez la pile de compost une fois par semaine.
- Déchiquetez ou découpez les matériaux pour qu'ils se décomposent plus rapidement.
- Si la pile commence à produire une odeur désagréable, mélangez-y de la paille ou des feuilles mortes et ajoutez une mince couche de terre.
- Mettez un couvercle sur le bac de compostage pour empêcher les animaux d'y avoir accès.
- Ne mettez jamais de viande ou de déchets provenant d'animaux dans le bac de compostage.
- Ne déposez pas de charpie de sècheuse ou de poussière d'aspirateur dans le bac de compostage.
- Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site Web www.gnb.ca ou www.fredericton.ca (recherche: compostage).

SI VOUS CONFIEZ L'ENTRETIEN DE VOTRE PELOUSE À DES EXPERTS :

- Choisissez une entreprise d'entretien de pelouses reconnue par le Plant Health Atlantic. Vous saurez ainsi qu'elle utilise des méthodes favorisant la santé du sol et des plantes.
- Indiquez clairement que vous vous opposez à toute utilisation d'engrais chimiques ou de pesticides sur votre pelouse et/ou dans votre jardin.
- Si l'entreprise n'est pas reconnue par le Plant Health Atlantic, demandez-lui d'utiliser les méthodes de culture décrites dans cette brochure.

THE  LUNG ASSOCIATION™
L'ASSOCIATION PULMONAIRE
New Brunswick/Nouveau-Brunswick
65 Brunswick Street, Fredericton NB E3B 1G5
1-800-565-LUNG (5864)



THE  LUNG ASSOCIATION™
L'ASSOCIATION PULMONAIRE
New Brunswick/Nouveau-Brunswick

AU-DELÀ DES PELOUSES

Cultiver la santé de la planète.



www.nb.lung.ca

POURQUOI PRENDRE SOIN DE LA PLANÈTE?

Que vous preniez vous-même soin de votre pelouse ou que vous en confiez l'entretien à un expert, vous pouvez utiliser les espaces verts qui entourent votre habitation pour améliorer la qualité de l'air, réduire les changements climatiques, conserver et protéger les sources d'eau et accroître la biodiversité! Boni : un jardin diversifié favorisera le bien-être physique et mental de votre famille et rehaussera l'attrait visuel de votre habitation. Ajoutez un potager pour devenir plus autosuffisant et réaliser des économies.

Améliorez la qualité de l'air :

- Plantez des arbres et des arbustes pour accroître la production d'oxygène et l'absorption de certains polluants.
- Travaillez avec la nature et dites non aux pesticides.

Contribuez à la réduction des émissions de gaz responsables des changements climatiques :

- Réduisez votre consommation d'énergie.
 - ◆ Plantez des arbres à feuilles caduques pour profiter de l'ombre en été, sans empêcher la lumière du soleil en hiver.
 - ◆ Plantez des conifères du côté nord de votre maison pour couper le vent froid l'hiver.
- Plantez différentes espèces d'arbustes, d'arbres et de plantes vivaces pour augmenter la surface foliaire et optimiser l'absorption de CO₂.

Augmentez la biodiversité de votre espace vert :

Une biodiversité saine est essentielle à la santé et à la survie de l'homme.

- Semez des espèces différentes d'herbes, de plantes vivaces, d'arbustes et d'arbres fruitiers, en particulier des plantes indigènes, car elles :
 - ◆ sont bien adaptées à notre climat
 - ◆ contribuent à la conservation de l'eau
 - ◆ attirent les oiseaux et les insectes bénéfiques qui maintiennent les ravageurs en respect
 - ◆ attirent des pollinisateurs comme les abeilles et les papillons, dont les populations diminuent à l'échelle mondiale, qui sont nécessaires à la production du tiers de notre approvisionnement alimentaire.

Conservez et protégez les sources d'eau :

- Évitez l'utilisation de pesticides et d'engrais chimiques.
- Cultivez des plantes bien adaptées aux conditions d'humidité ambiante.
- Dotez-vous d'une citerne pour recueillir l'eau de pluie qui s'écoule de votre toit.
- Ajoutez des matières organiques compostées à votre sol pour conserver l'humidité.
- Mettez du paillis, comme des morceaux d'écorce de cèdre ou du gravillon, sur vos plates-bandes de vivaces pour conserver l'humidité et enrayer les mauvaises herbes.
- Si vous devez arroser, faites-le tôt le matin jusqu'à une profondeur d'un pouce (soit la profondeur d'une boîte de thon en conserve) environ tous les quatre jours.
 - ◆ Un arrosage moins fréquent favorise la croissance de racines profondes.

Devenez plus autosuffisant :

- Cultivez un petit potager.



DITES NON AUX PESTICIDES ET AUX ENGRAIS CHIMIQUES :

En premier lieu, améliorez la qualité du sol :

- Vérifiez le pH de votre sol à l'aide d'une trousse d'analyse achetée au centre local de jardinage.
- Épandez de la chaux si le sol est trop acide.
 - ◆ Le chaulage accroît la capacité du sol à retenir les éléments nutritifs essentiels aux plantes et empêche la croissance des mauvaises herbes.
- Ajoutez des matières organiques au sol.
 - ◆ Elles aident le sol à retenir son humidité.
 - ◆ Elles rendent le sol plus friable.
 - ◆ Elles favorisent la présence des vers de terre, aérateurs naturels du sol
 - ◆ Elles stimulent l'activité des micro-organismes qui décomposent les rognures de gazon, etc.
- Laissez les rognures sur votre pelouse après la tonte pour fertiliser le sol et augmenter le niveau de matières organiques.

Ensuite, diversifiez, diversifiez et diversifiez :

- Décidez des dimensions que doit avoir votre pelouse si vous l'aménagez pour la détente.
 - ◆ Songez à substituer à une partie de votre pelouse d'autres types de couvre-sols pour réaliser un aménagement aux plantes vigoureuses et variées.
- Plantez une variété d'arbres à feuilles caduques, de conifères, d'arbustes fruitiers et de petites plantes vivaces pour augmenter la biodiversité.
 - ◆ Informez-vous auprès de votre centre local de jardinage ou d'une pépinière des plantes ou types de couvre-sol à utiliser dans votre jardin.
- Choisissez des espèces indigènes. Allez à www.wildaboutgardening.org ou www.evergreen.ca, Cliquez sur <<Home Grounds>>, puis <<Native Plant Database>>.

HUIT ARBUSTES/PETITS ARBRES SAUVAGES ATTRAYANTS :

rosier rugosa	sorbier d'Amérique
sureau	cornouiller stolonifère
cerisier de Virginie	chèvrefeuille
aubépine	amélanchier

POUR GARDER VOTRE PELOUSE EN SANTÉ :

- Vous devez redéfinir ce que vous entendez par « mauvaises herbes »
- Étouffez les mauvaises herbes, couvrez le sol et réduisez l'arrosage en tondant la pelouse à une hauteur d'environ 6,5 à 7,5 cm (2,5 à 3 po.)
- Arrachez les mauvaises herbes nuisibles à la main, sur une surface d'un mètre carré à la fois, au printemps lorsque le sol est mou ou après une bonne pluie.
 - ◆ Délogez les mauvaises herbes en coupant leurs racines avec un outil à main peu coûteux ou un vieux couteau de cuisine.
 - ◆ Épandez des graines de gazon sur les surfaces dénudées par la suite de l'enlèvement de touffes de mauvaises herbes
- Laissez les rognures sur la pelouse après la tonte.