



FONDATION
POUR LA NATURE
ET L'HOMME



Le guide

#JagisJePlante

Découvrez quoi planter pour protéger la biodiversité !





Stéphanie Clément-Grandcourt

DIRECTRICE GÉNÉRALE DE LA FNH

ET VOUS, QU'ALLEZ-VOUS PLANTER ?



Préserver la biodiversité, n'est pas qu'une affaire de spécialiste. Bien au contraire ! Parce que la nature a besoin de vous au quotidien, et partout sur notre territoire, nous vous donnons depuis plus de 10 ans les moyens d'agir concrètement à nos côtés, à travers notre programme J'agis pour la nature.

Chaque année, vous êtes des milliers à nous rejoindre pour ramasser des déchets, soigner des animaux blessés, réhabiliter des espaces naturels... Et si, à partir de cet automne, nous étions encore plus nombreux à

prendre une pelle et à enfiler une paire de gants pour planter ? Planter des haies agricoles, végétaliser les murs des bâtiments, créer des mini-forêts urbaines ou des bosquets comestibles au cœur de nos lieux de vie.

Car derrière le caractère ludique de la plantation, nous avons tout à gagner.

Revoir les oiseaux, les insectes ou les pollinisateurs si indispensables à notre

agriculture, dépend de notre bonne volonté à leur offrir un habitat. Gagner en bien-être face aux canicules ou à la pollution de l'air dépend de notre capacité à remettre de la nature autour de nous.

A la FNH, nous sommes convaincus qu'agir ensemble est indispensable pour que la nature regagne le terrain qu'elle a perdu, c'est pourquoi nous mettons à votre disposition toutes les informations pour savoir quoi planter, où et comment vous y prendre. Ce petit guide vous offrira les premières clés pour agir. De nombreuses vidéos, témoignages, fiches pratiques vous attendent également sur notre site internet.

Planter chez vous, dans votre rue, votre école, votre entreprise, chez un agriculteur... est à votre portée, n'en doutez pas.

Pour que nous soyons nombreux à planter, rejoignez la communauté sur www.jagisjeplante.org

#JagisJePlante



Sommaire

4



**PLANTER : UN GESTE QUI
LIE L'UTILE À L'AGRÉABLE**

6



**QUOI PLANTER
POUR PROTÉGER LA
BIODIVERSITÉ**

8



**LES 10 ÉTAPES POUR
PLANTER SANS SE
PLANTER.**

10



**A RETENIR EN FONCTION
DE SA PLANTATION**

11



**NE VOUS ARRÊTEZ PAS
EN SI BON CHEMIN !**

Planter, un geste qui lie l'utile à l'agréable

Planter c'est préserver la biodiversité...

Entre 2006 et 2015, la France a perdu plus d'un demi-million d'hectares de terres agricoles et d'espaces naturels (Bilan 2019 de l'ONB), dont la moitié transformée en surfaces goudronnées. Cette destruction et cette dégradation des habitats contribuent de manière dramatique à la disparition de nombreuses espèces.

Replanter en milieu urbain ou en zones agricoles permet d'inverser cette tendance. En offrant à nouveau le gîte et le couvert, vous verrez vite revenir dans votre plantation, des oiseaux, hérissons, chauve-souris, papillons, abeilles et autres pollinisateurs et auxiliaires de culture.

Agir pour sa santé

La nature a de multiples bienfaits avérés pour notre santé psychique : anti stress, anti déprime, anti anxiété... Mais elle est aussi un allié de taille lorsqu'il s'agit de nous protéger

de certaines maladies liées aux pollutions. Que vous viviez en pleine campagne avec des champs traités à proximité ou en ville à proximité d'une route, une haie pourra par exemple jouer un rôle de barrière protectrice contre les pesticides et les autres polluants. De plus, les haies permettent de limiter l'usage des pesticides et donc de préserver la biodiversité, notre alimentation et l'eau que nous buvons.

Se protéger des fortes chaleurs

Que celui qui n'a jamais cherché le moindre petit coin de nature en ville en été sous 40°C, lève le doigt ! Grâce aux végétaux, on peut obtenir une baisse de température pouvant aller jusqu'à 2°C dans les rues (Source : Ademe). Les îlots de fraîcheur végétalisés indispensables en ville deviennent ainsi des espaces refuges pour les personnes les plus vulnérables comme les enfants mais aussi les personnes isolées et plus âgées.



20 000 ha

d'espaces naturels artificialisés
chaque année en France

1/3

des oiseaux perdus en 15 ans

**CHIFFRES
CLÉS**

750 000 km

de haies supprimées
depuis 1950, et encore
11 000 km chaque année

3/4

des insectes volants décimés,

30 %

des colonies d'abeilles
qui s'éteignent chaque année

Mais c'est aussi...

Se régaler en famille ou entre amis :

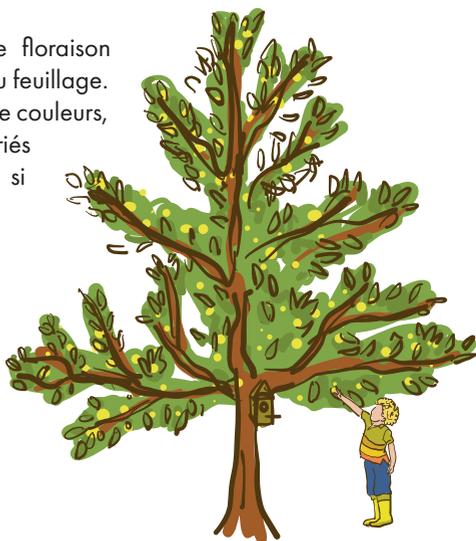
Framboises, noisettes, cerises, pommes ou poires... pourquoi ne pas planter quelques fruitiers, des tilleuls pour des tisanes ou des lauriers sauce pour la cuisine ?

Profiter d'une variété de paysages :

Chaque essence possède une silhouette et une floraison particulière, ainsi que des variations saisonnières du feuillage. Cette diversité offre une large palette de formes et de couleurs, indispensable pour créer des paysages riches et variés nécessaires pour la biodiversité mais également si agréable pour le plaisir de nos yeux.

Partager des moments conviviaux :

Planter dans son quartier, à l'école, à l'Ephad ou dans son entreprise, avec ses enfants, ses aînés, ses voisins, les agriculteurs de sa commune, ou ses collègues, c'est LA bonne excuse pour partager des moments conviviaux.



Quoi planter pour protéger la biodiversité

Murs, trottoirs, places, cours d'école, gymnase, friche, champs... On peut planter partout mais pas n'importe quoi. Pour favoriser la biodiversité, il est important de privilégier certains types de plantations, au premier rang desquelles :



Les HAIES

Pour offrir le gîte et le couvert à la faune sauvage et protéger le bétail et les cultures.

Le saviez-vous ?

Les haies peuvent accueillir jusqu'à **35** espèces de mammifères, **80** espèces d'oiseaux, **8** espèces de chauves-souris, **15** espèces reptiles-amphibiens ou **100** espèces d'insectes (Source OFB).

Pour permettre aux oiseaux et aux insectes de se nourrir et créer des lieux d'échange et de partage autour de la cueillette et de la dégustation.

Le saviez-vous ?

Favoriser des activités dans un cadre de verdure en plein air réduirait de manière plus significative les symptômes des enfants TDAH (Source HAS).



LES BOSQUETS COMESTIBLES

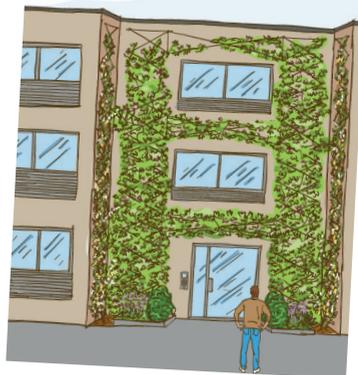


LES MINI-FORÊTS URBAINES

Pour offrir une zone de refuge permettant aux espèces animales de nicher et se reproduire, tout en améliorant la qualité de l'air que nous respirons.

Le saviez-vous ?

20 kg ! c'est la quantité de particules présentes dans l'air qu'un arbre adulte peut absorber en un an (source Ademe).



LES MURS VÉGÉTALISÉS

Pour favoriser le retour des pollinisateurs, diminuer l'effet d'îlot de chaleur urbain dans les villes ou encore diminuer la consommation énergétique des bâtiments.

Le saviez-vous ?

la différence de température entre une façade ensoleillée et la même façade ombragée, permet une diminution de 50 % à 60 % de la consommation énergétique nécessaire pour la climatisation des bâtiments (Source Ademe).

ZOOM

Les bienfaits des plantations en ville

- > Sauvegarde de la biodiversité
- > Isolation thermique
- > Isolation phonique
- > Lutte contre le phénomène d'îlot de chaleur urbain
- > Amélioration de la qualité de l'air

L'importance des haies pour l'agriculture et pour l'environnement

- > Préservation de la biodiversité
- > Protection des cultures et du bétail
- > Limitation de l'usage des pesticides
- > Gestion des eaux et préservation des sols
- > Production de fruits et de bois

Les 10 étapes à suivre pour planter sans se planter !

Créer son projet de plantation, d'autant plus si c'est au sein de sa commune, de son école ou de son entreprise, est une responsabilité à ne pas prendre à la légère, il est donc important de bien concevoir ce projet. Voici les 10 étapes à suivre :

1 JE DÉFINIS MON OBJECTIF

C'est votre objectif qui déterminera le choix des espèces, la surface ou encore le type de plantation. Alors, pourquoi plantez-vous ?

- 🌿 Pour favoriser la biodiversité ?
- 🌿 Pour pouvoir récolter et consommer votre récolte ?
- 🌿 Pour sensibiliser les riverains de votre commune aux enjeux écologiques ?
- 🌿 Pour embellir ou diviser votre terrain ?

2 JE TROUVE LE TERRAIN

Comme on ne plante pas n'importe quoi, n'importe comment, on ne plante pas n'importe où... Il y a deux façons de trouver un site :

- 🌿 Vous identifiez un terrain qui vous paraît adéquat et allez voir le propriétaire pour lui présenter votre projet de plantation.
- 🌿 Vous identifiez un propriétaire (Mairie, agriculteur...) susceptible de posséder plusieurs sites et lui demandez s'il a un terrain/un espace sur lequel planter.

3 JE CONVAINCS LE PROPRIÉTAIRE

L'accord préalable du propriétaire du terrain qui vous intéresse est évidemment indispensable. Il est également nécessaire d'établir une convention posant clairement les termes de vos engagements réciproques.

RDV sur notre formation #JagisJePlante pour savoir comment rédiger ce type de convention.

4 JE MONTE MON ÉQUIPE

Vous connaissez l'adage : *Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin...*

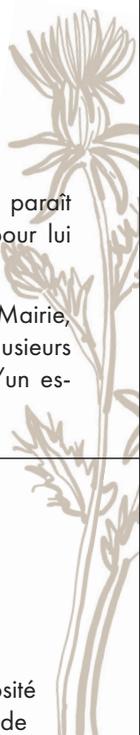
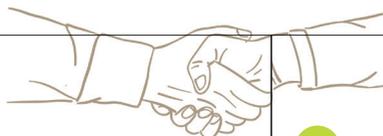
Alors avec qui allez-vous planter ?

Proches, voisins, experts ou amateurs ? Toutes les bonnes volontés sont bonnes à prendre encore faut-il aller les chercher.

Notre plateforme du bénévolat vous aidera à trouver des partenaires.

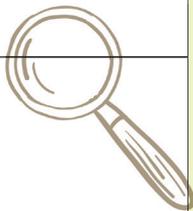
5 JE TROUVE LE MATÉRIEL ET LES FINANCEMENTS

En dehors de la générosité et de la bonne volonté de votre entourage il faut parfois trouver de l'aide à l'extérieur pour obtenir du matériel, acheter les plants.... Pour tout ce qui n'a pas pu être prêté ou donné, il existe plusieurs méthodes pour trouver des partenariats ou des financements. On vous dit tout dans notre formation !



6 J'ANALYSE LE TERRAIN

Pour éviter les mauvaises surprises, renseignez-vous auprès du propriétaire du terrain pour en connaître l'historique et vérifiez le sol en le sondant à différents endroits. Ça serait ballot de tomber sur une dalle en béton ou une ancienne route !



7 JE RÉFLÉCHIS À L'IMPLANTATION DE MA PLANTATION

Appréhender le lieu de plantation, son sol, l'orientation et l'ensoleillement, les distances réglementaires, les usages... sont autant de paramètres à prendre en compte pour réussir votre projet.

8 JE CHOISIS ET TROUVE LES BONS PLANTS

Pour assurer la reprise et la croissance de vos plantations, il est indispensable de choisir des espèces adaptées à votre région. Commencez par repérer celles qui poussent spontanément autour du terrain que vous avez choisi. **Pour savoir quelles sont les bonnes essences à planter et celles à éviter RDV sur notre formation.**



9 JE SUIS ATTENTIF À LA SAISON

En général la plantation s'effectue de novembre à mars en évitant les jours de très grand froid !

10 JE CONNAIS LES GRANDS PRINCIPES POUR BIEN PLANTER !

Tous les projets de plantation (haies, grimpants, bosquets...) suivent les mêmes grands principes :

Etape 1 : Creuser un trou de la profondeur du fer de bêche puis casser les bords pour favoriser l'enracinement.



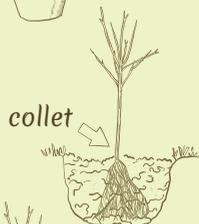
Etape 2 : Couper les éventuelles grosses racines tout en préservant bien le "chevelu" (racines fines).



Etape 3 : Tremper les racines dans le pralin en s'assurant bien que toutes les racines soient humidifiées.



Etape 4 : Reboucher délicatement le trou en s'assurant que le plant soit droit et que le collet soit à l'extérieur.



Etape 5 : Tasser légèrement avec le talon tout autour du plant puis arroser abondamment si cela est possible.



Etape 6 : Disposer du paillis organique tout autour du plant en prenant soin de libérer le collet.



à retenir... en fonction de ma plantation



POUR UN MUR VÉGÉTALISÉ

- Adaptez les plantes grimpantes à l'espace au sol disponible et assurez-vous qu'il n'y ait pas de canalisations superficielles.
- Anticipez la croissance future des plantes pour ne pas gêner le passage sur le trottoir et ne pas abîmer les infrastructures existantes.
- Évitez de planter sous les débords de toit pour profiter des eaux de pluie

POUR UNE HAIE

- Identifiez la place disponible en imaginant la taille future des végétaux sachant que plus une haie est large et haute, et plus elle sera fonctionnelle et bénéfique.
- Préparez le sol plusieurs mois avant la plantation pour faciliter la reprise des jeunes plants et leur futur développement.
- Variez les espèces pour avoir des floraisons et des fructifications étalées sur toute l'année afin de répondre aux besoins de la faune sauvage.

Ne vous arrêtez pas en si bon chemin !



Vous cherchez des tutos ? découvrez notre formation vidéo #JagisJePlante

Pour en apprendre plus sur les plantations, découvrez notre formation vidéo ! Avec nos partenaires associatifs de terrain, spécialistes des plantations, nous vous avons concocté des

POUR UN BOSQUET COMESTIBLE

- Assurez-vous de la qualité du sol, quitte à faire des analyses, pour éviter de contaminer les futurs fruits.
- Plantez assez serré pour limiter l'apparition de plantes comme le liseron mais ne faites pas la guerre à la végétation spontanée qui viendra enrichir votre bosquet comestible.
- Pensez bien aux aménagements pour profiter du bosquet en toute sécurité (chemins, tables, bancs...).

POUR UNE MINI FORÊT

- Identifiez les essences qui poussent spontanément sur la zone et renseignez-vous sur les espèces adaptées à votre région.
- Plantez de façon très dense (3 arbres au mètre carré) et déposez un épais paillis sur votre sol.
- Tenez compte des usages des riverains (chemin, promenade de chien) pour éviter les dégradations involontaires.



Ce qu'il faut absolument éviter !

- Entretien vos plantations pendant la période de reproduction de la faune sauvage, de mars à octobre.
- Planter des essences exotiques ou invasives.
- Utiliser des produits chimiques qui entraînent la disparition de la biodiversité et le retour de plantes indésirables (chiendent).

contenus aux petits oignons. Connectez-vous gratuitement, quand vous le souhaitez et découvrez à votre guise nos tutos, témoignages d'experts et citoyens, nos fiches téléchargeables et quiz pour tester vos connaissances. De la théorie à la pratique, on met à votre disposition toutes les clés pour planter en toute autonomie.

> www.jagisjeplante.org

Vous souhaitez planter, mais pas tout seul ? Rendez-vous sur notre plateforme du bénévolat nature

Vous y trouverez des chantiers de plantation organisés par des associations qui n'attendent que vous pour leur donner un coup de main.

> www.jagispourlanature.org



FONDATION
POUR LA NATURE
ET L'HOMME

À l'heure où la crise écologique et climatique n'est plus à démontrer, nous œuvrons pour que les solutions conciliant les impératifs écologiques et humains se déploient dans tous les aspects de notre quotidien. Si aujourd'hui ces solutions font encore figure d'exception dans de nombreux domaines, notre ambition est d'en faire la norme, pour nous permettre collectivement de vivre mieux, tout simplement.

Pour y parvenir, nous démontrons qu'agir pour le climat et la biodiversité est le seul choix possible. Avec nos partenaires, notre Conseil scientifique et nos experts, nous identifions et levons les blocages psychologiques, économiques et sociaux qui entravent les transformations à opérer, en proposant à celles et ceux qui ont le pouvoir d'agir – décideurs, citoyens, jeunes – des solutions crédibles et efficaces. L'exigence dans l'action, le dialogue avec tous et la co-construction pour réussir sont les fondamentaux de notre méthode.

AVEC LE SOUTIEN DE



CRÉÉE EN 1990, LA FONDATION POUR LA NATURE ET L'HOMME EST RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE, APOLITIQUE ET NON CONFESIONNELLE.