



ATELIER

SANTÉ ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE

Animé par Béatrice CHARRE

DEFINITION DU THEME

Le thème de la santé environnementale et nourricière est très vaste car il balaie des champs allant de "l'influence du jardin pour la santé psychique ou mentale" à "la santé et la pollution air/eau/sol dans les jardins". Nous avons donc commencé par définir notre thème avec des post-its avant de faire des constats et des propositions par sous-thème.

Comme nous l'a rappelé Françoise Bordet de Réseau Santé, pour notre réflexion nous devons avoir une approche globale de la santé (Cf: annexe 1)

Sous-thème 1

JARDIN COMME OUTIL DE SOINS

« le soin est moins cher par le jardin », « hortithérapie », « se soigner par les plantes », « stimulation multisensorielle et motrice au jardin », « projets de vie dans un cadre naturel (thérapies cognitives) »

Sous-thème 2

JARDIN ET POLLUTION

« il y a des angoisses vis-à-vis du jardin et de ce qu'il produit, mais est-ce propre au jardin ou n'est-ce pas plutôt un questionnement de notre temps ? », « pollution des sols: un facteur à prendre en compte », « Utilisations saines des productions et des déchets », « diagnostic sanitaire et agronomique de la terre support », « jardins partagés comme lieux ressources d'expérimentation autour de la question des pollutions: valoriser les choses qui se font déjà, être force de proposition de nouvelles expériences », « appréhender la santé de l'écosystème jardin dans sa globalité », « Environnement sain vis-à-vis des pratiques culturelles », « un jardin partagé sans produit phytosanitaire »,

Sous-thème 3

JARDIN ET PREVENTION - Bienfaits psychiques, physiques, sociaux individuels et collectifs

« santé = état d'équilibre dynamique »

Bienfaits sociaux : « on se sent bien au jardin : les jardiniers-adhérents qui y sont, les visiteurs, ceux qui regardent par la porte ou la grille ont envie d'y entrer », « lien humain, partage, connaissance », « dimension créative », « contacts, échanges », « convivialité », « décloisonnement des jardins hospitaliers », « un jardin partagé ouvert à tous quelque soit le handicap », « veiller ensemble à la terre et ce faisant prendre soin de nous (activité physique, sociale, vivre avec la saisonnalité) », « en prenant soin de la terre on prend soin de soi », « vivre avec la nature », « qualité de vie »,

Bienfaits psychiques: « Rompre l'isolement », « ouverture d'esprit », « le jardin pour retrouver de la fierté et du lien », « le jardin outil d'accès à la dignité », « estime de soi », « apaisement, sérénité et rythmes naturels (jour/nuit, saison) », « activité exutoire des difficultés quotidiennes », « se relier à la terre et à la nature (et plein air) », « enracinement, rapport à la terre », « faire partie d'un groupe augmente la longévité »

Bienfaits physique: « du plaisir à la dépense physique en plein air (sommeil, diabète, ...) », « faciliter le mouvement et l'imagination »,

Sous-thème 4

JARDIN ET ALIMENTATION - Partage de connaissance, transmission

« la santé commence d'abord dans l'assiette avec une nourriture saine et équilibrée », « Apprendre à se nourrir sainement », « circuits courts: pas d'intermédiaires qui s'enrichissent, coût plus intéressant », « la garantie de produire et consommer des produits sains », « être acteur de sa propre alimentation de qualité vs industrie agroalimentaire de faible qualité », « le jardin: agrément, supplémente la nourriture quotidienne », « fruits et légumes sans traitement chimique », « agriculture urbaine », « alimentation de qualité (vitalité) », « responsabiliser les gens sur la qualité des fruits et légumes cultivés dans un jardin », « nourriture saine: conditions de production maîtrisées », « manger sainement », « améliorer l'alimentation des publics les plus précaires », « produits sains: respect de l'environnement » « un jardin partagé permettant de découvrir, redécouvrir des légumes anciens », « confronter les enfants à la réalité (les pommes de terre ne poussent pas en cube) », « échanger et partager des connaissances », « respect des saisons, réapprendre la saisonnalité des fruits et des légumes », « social, insertion », « simplicité, qualité, transmettre », « lieu d'échange et de partage des savoirs et des cultures »



**ASSISES REGIONALES DES JARDIN PARTAGES
DE LA REGION RHONE-ALPES
16 mai 2013 à Lyon**

ATELIER

SANTE ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE

Animé par Béatrice CHARRE

DEFINITION DU SOUS-THEME 1

LE JARDIN COMME OUTIL DE SOINS

« le soin est moins cher par le jardin », « hortithérapie », « se soigner par les plantes », « stimulation multisensorielle et motrice au jardin », « projets de vie dans un cadre naturel (thérapies cognitives) »

Comme nous l'a rappelé le docteur Alain Calender, Président de « Jardins Art et soins », la terminologie jardin thérapeutique est abusive et très mal perçu par le milieu médical, il faut mieux parler de jardin de soin. Au sens défini par JAS « Le Soins, tel qu'il peut être appliqué dans ces nouveaux espaces offerts aux malades et aux soignants est une attention particulière donnée aux patient(e)s, mais aussi à leurs proches et aux soignants, afin de contribuer à leur mieux être par la stimulation motrice et sensorielle. »

CONSTATS

- Le jardin dans le milieu du soin a des bienfaits économiques et sociaux
- Il est un facteur de bien-être au travail des soignants
- Il peut avantageusement être intégré dans les projets de soin des hôpitaux

INTERPELLATIONS / PROPOSITIONS / ENGAGEMENTS

AU NIVEAU des jardins partagés

- Accueillir des personnes en convalescence ou après le « soin » dans un jardin partagé : se mettre en lien avec les hôpitaux de jour.
Comme le font: Bourg en Bresse avec Les jardins de la providence à Lyon 4^{ème} et Réseau santé, à Lyon 7^{ème} avec les jardins de l'Atelier des friches

AU NIVEAU des réseaux

- Proposer un accompagnement des établissements hospitaliers et à vocation médico-sociale dans la mise en place de Jardins de soin, comme le fait par exemple l'association Talégalle en Drôme-Ardèche
- Sensibiliser et former les professionnels de la santé au jardin comme outil de soin
- Mobiliser des fonds privés pour le financement de ces jardins de soins
- Evaluer le bénéfice de ce nouvel outil de soins dans les établissements (certains médecins coordinateurs de maisons de retraite prescrivent l'activité jardinage à leur patients). Comme le font les associations régionales et le Fond de dotation « Jardin Arts et Soins » qui a pour objectif entre autres de: - Développer les Jardins de Soins dans les institutions hospitalières, et les établissements à vocation médico-sociale - soutenir des programmes de recherche clinique destinés à évaluer le bénéfice de l'environnement et de "l'art thérapie", domaine plus large des "thérapies cognitives" comme complément thérapeutique, chez les patients atteints de maladies du système nerveux central.

AU NIVEAU des décideurs sociaux

Administration hospitalière

- Créer des lignes budgétaires pour le jardin, création d'« unité de soin » jardin
- Créer un lien « hôpital de jour » et jardin partagé pour l'accueil des publics en hospitalisation de jour au jardin

Université

- Créer des sensibilisation et formations pour les professionnels de la santé au jardin comme outil de soin
- Evaluer le bénéfice de ce nouvel outil de soins dans les établissements

AU NIVEAU des décideurs politiques

- Financer des « unité de soin » Jardin dans les hôpitaux

**ASSISES REGIONALES DES JARDIN PARTAGES
DE LA REGION RHONE-ALPES
16 mai 2013 à Lyon**

ATELIER

SANTE ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE

Animé par Béatrice CHARRE

DEFINITION DU SOUS-THEME 2

JARDIN ET POLLUTION

« le soin est moins cher par le jardin », « hortithérapie », « se soigner par les plantes », « stimulation multisensorielle et motrice au jardin », « projets de vie dans un cadre naturel (thérapies cognitives) »

Comme nous l'a rappelé le docteur Alain Calender, Président de "Jardins Art et soins", la terminologie "jardin thérapeutique" est abusive et très mal perçu par le milieu médical, il faut mieux parler de jardin de soin. Au sens défini par JAS « Le Soin, tel qu'il peut être appliqué dans ces nouveaux espaces offerts aux malades et aux soignants est une attention particulière donnée aux patient(e)s, mais aussi à leurs proches et aux soignants, afin de contribuer à leur mieux être par la stimulation motrice et sensorielle. »

CONSTATS

- Le jardin est révélateur d'une pollution globale: sol/eau/air; Ne vaut-il pas mieux cultiver local sur une terre polluée plutôt que d'aller chercher des aliments bio en Afrique du sud ?
- Il faut quand même tenir compte des seuils toxiques
- Les analyses de polluants sont très coûteuses
- Il faut faire des analyses, pas uniquement sur les sols mais aussi sur les récoltes car les plantes ne « remontent » pas tous les polluants
- Faut-il créer des jardins dans les friches industrielles vu le coût de la dépollution ?

INTERPELLATIONS / PROPOSITIONS / ENGAGEMENTS

AU NIVEAU des jardins partagés

- Devenir des micro-laboratoires de la pollution en ville et de la « résilience ⁽¹⁾ de la ville »
- Partager les connaissances
- Développer la dépollution et la phytoremédiation
- Faire des jardins ornementaux

AU NIVEAU des réseaux

- Créer un outil communautaire de partage des informations sur la pollution et les propriétés des légumes face à celle-ci

AU NIVEAU des décideurs sociaux

- La profession des urbanistes, architectes, paysagiste, ...
- Utiliser les jardins partagés comme des micro-laboratoires de la pollution en ville et de la « résilience de la ville »

AU NIVEAU des décideurs politiques

- Demander aux communes d'avoir accès à des analyses gratuites et indépendantes. Nous pourrions leur proposer de commencer par les jardins partagés pour connaître l'état des sols de leur commune
- Utiliser les jardins partagés comme des micro-laboratoires de la pollution en ville et de la « résilience de la ville »

(1) Définition donnée par Cyberarchi: "La résilience peut se définir plus globalement comme la capacité d'un système (complexe) à, non pas résister rigidelement, lorsqu'une perturbation l'atteint, mais à intégrer cet événement, en se réorganisant soit localement soit globalement, soit provisoirement soit plus définitivement. En un mot, à rester équilibré en se nourrissant des éléments déstabilisateurs qui adviennent."



**ASSISES REGIONALES DES JARDIN PARTAGES
DE LA REGION RHONE-ALPES
16 mai 2013 à Lyon**

ATELIER

SANTE ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE

Animé par Béatrice CHARRE

DEFINITION DU SOUS-THEME 3

JARDIN ET PREVENTION - Bienfaits psychiques, physiques, sociaux individuels et collectifs

« le soin est moins cher par le jardin », « hortithérapie », « se soigner par les plantes », « stimulation multisensorielle et motrice au jardin », « projets de vie dans un cadre naturel (thérapies cognitives) »

Comme nous l'a rappelé le docteur Alain Calender, Président de « Jardins Art et soins » La terminologie jardin thérapeutique est abusive et est très mal perçue par le milieu médical, il faut mieux parler de jardin de soin. Au sens défini par JAS « Le Soin, tel qu'il peut être appliqué dans ces nouveaux espaces offerts aux malades et aux soignants est une attention particulière donnée aux patient(e)s, mais aussi à leurs proches et aux soignants, afin de contribuer à leur mieux être par la stimulation motrice et sensorielle. »

CONSTATS

- Le lien social est un élément de la santé
- Nous pouvons veiller ensemble à la terre et ce faisant prendre soin de nous (activité physique, sociale, vivre avec la saisonnalité)
- La « force de vie » du jardin reconnecte les personnes et participe à leur santé mentale
- Les bienfaits d'être dehors
- Les jardins sont des lieux de canalisation de la violence « sociale » où on fait l'apprentissage de la patience, de la paix du « savoir attendre », du « différé »
- Jardiner c'est contribuer à la santé de la planète: se nourrir sans exploiter les autres, aller dans le sens du droit de tous à l'auto suffisance
- Le jardin permet aux personnes précaires de se nourrir. Il faut maintenir les « savoir-faire de la survie », développer nos capacités de résilience, et le jardinage en fait partie !
- Retrouver une place dans la société, la fierté, une certaine noblesse par le travail au jardin

INTERPELLATIONS / PROPOSITIONS / ENGAGEMENTS

AU NIVEAU des jardins partagés

- Développer des ateliers complémentaires au jardinage pour un bien-être global
Ex: Réseau Santé Lyon 5^{ème}, atelier cuisine, Villefontaine, atelier Tai-chi
- Développer un jardin partagé ouvert à tous quel que soit le handicap

AU NIVEAU des réseaux

- Inciter les gens à investir les espaces par eux-même
Ex: Les incroyables comestibles

AU NIVEAU des décideurs politiques

- Reconnaître l'utilité publique des jardins
- Imposer la réservation de foncier pour un espace de liberté citoyenne



**ASSISES REGIONALES DES JARDIN PARTAGES
DE LA REGION RHONE-ALPES
16 mai 2013 à Lyon**

ATELIER

SANTE ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE

Animé par Béatrice CHARRE

DEFINITION DU SOUS-THEME 4

JARDIN ET ALIMENTATION

« le soin est moins cher par le jardin », « hortithérapie », « se soigner par les plantes », « stimulation multisensorielle et motrice au jardin », « projets de vie dans un cadre naturel (thérapies cognitives) »

Comme nous l'a rappelé le docteur Alain Calender, Président de « Jardins Art et soins » La terminologie jardin thérapeutique est abusive et est très mal perçue par le milieu médical, il faut mieux parler de jardin de soin. Au sens défini par JAS « Le Soin, tel qu'il peut être appliqué dans ces nouveaux espaces offerts aux malades et aux soignants est une attention particulière donnée aux patient(e)s, mais aussi à leurs proches et aux soignants, afin de contribuer à leur mieux être par la stimulation motrice et sensorielle. »

CONSTATS

- La santé commence d'abord dans l'assiette avec une nourriture saine et équilibrée
- Besoin d'une alimentation saine locale: nous pouvons être acteur de notre propre alimentation de qualité vs industrie agroalimentaire de faible qualité
- Le jardin agrément, supplémente la nourriture quotidienne
- Besoin de responsabiliser les gens sur la qualité des fruits et légumes cultivés dans un jardin
- Besoin d'améliorer l'alimentation des publics les plus précaires
- Patrimoine culinaire: le jardin partagé est un lieu d'échanges et de partage des savoirs et des cultures culinaires. Il peut permettre de découvrir, redécouvrir des légumes anciens
- Apprentissage: grâce aux jardins partagés réapprendre le saisonnalité des fruits et légumes

INTERPELLATIONS / PROPOSITIONS / ENGAGEMENTS

AU NIVEAU des jardins partagés

- Pour convaincre de jardiner « bio », faire des échanges entre associations, de jardiniers à jardiniers. Avoir confiance dans des solutions différentes par le partage et le lien
- Ex: aux Jardins de la providence de Bourg en Bresse, il a été choisi de convaincre par l'expérimentation en cultivant 4 parcelles différentes avec les mêmes cultures et 4 méthodes différentes
- S'insérer dans le Programme National Alimentation (Cf: annexe)

AU NIVEAU des réseaux

- Plus propager la charte de l'éco-jardinage en amont auprès des jardiniers
- Travailler sur les jardins partagés comme outil de « déprécarisation alimentaire » dans le Programme National de l'Alimentation
- Promouvoir les jardins partagés dans le Programme Nutrition santé en faisant évoluer le message Manger/Bouger vers Cultivez/Bougez/Mangez et ...Transmettez

AU NIVEAU des décideurs sociaux

- Sensibiliser les grandes associations nationales (Restos du cœur, Secour populaire, ...) sur l'amélioration de l'alimentation des publics les plus précaires par l'autoproduction dans les jardins partagés de légumes bio de qualité

AU NIVEAU des décideurs politiques

- Reconnaître l'utilité publique des jardins
- Imposer la réservation de foncier pour un espace de liberté citoyenne
- Prendre en compte les jardins partagés dans le Programme National de l'Alimentation
- Prendre en compte les jardins partagés dans le Programme National Nutrition Santé avec un message qui pourrait évoluer de Manger/bouger à Cultiver/Bouger/Manger
- Assouplir les réglementations qui interdisent de manger ce qui est produit dans les hôpitaux, les écoles, ...

ANNEXES ATELIER

ANNEXE 1

SANTE ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE

Qu'est-ce que la santé ? Définition tirée d'internet: Selon la définition de l'OMS (1946), la santé est « un état de bien être total physique, social et mental. Ce n'est pas la simple absence de maladie ou d'infirmité. » Partant de cette définition, ont été élaborées les approches en matière de promotion de la santé, lesquelles reposent sur le principe que la santé est déterminée par une multitude de facteurs, dont la plupart n'appartiennent pas au domaine sanitaire ou médical: les déterminants de la santé. Pouvoir les influencer favorablement, signifie donc contribuer à agir sur l'état de santé et le bien-être des populations concernées.

ANNEXE 2

SANTE ENVIRONNEMENTALE ET NOURRICIERE - Sous thème JARDIN ET POLLUTION

Bernard Maret (membre du Secret d'Irénée Lyon 5ème et technicien des Espaces verts de la ville de Lyon) nous a fait part de son expérience et nous avait fait parvenir ce texte avant l'atelier

Jardins partagés et pollution du sol

Dans un projet de jardin partagé, il y a toujours, plus ou moins, le rêve d'un petit bout de planète protégé, loin des horreurs de la marchandisation et des pollutions qu'elles génèrent. La réalisation confronte le projet à des contingences pas toujours très drôles. Parmi elles, les problèmes de pollution du sol peuvent être particulièrement préoccupants. Bien sûr, on veille à n'ajouter aucun poison dans le sol, mais que faire avec ceux qui y sont déjà, fruit d'anciennes bêtises qui nous ont précédées sur le terrain?

Sans être un expert de ce sujet scientifique extrêmement complexe, je voudrais partager avec vous l'expérience que vit le groupe de jardiniers du Secret d'Irénée, petit jardin dans un recoin du 5ém arrondissement de Lyon, où les jardiniers, confrontés à un sol qu'ils savaient très probablement pollué, ont décidés de regarder les choses en face en demandant à la Ville de Lyon une série d'analyses de sol.

Le processus est en cours, mais nous pouvons voir ensemble les questions qu'il a suscitées.

-quels outils pour connaître la pollution d'un sol? -comment estimer les risques?

-comment minimiser ces risques, sans pour autant renoncer à son projet de jardin? Une seule façon d'étudier la pollution d'un sol: faire analyser des échantillons de terre.

C'est la seule méthode disponible, mais elle a deux limites qu'il faut connaître:

-on ne peut trouver que ce qu'on cherche. C'est à dire qu'il faut donner au laboratoire d'analyse une liste des polluants à rechercher. Plus la liste est longue, plus les analyses seront chères. Mais s'il y a dans le sol un polluant que l'on n'a pas demandé de rechercher, on ne saura rien sur sa présence.

- les résultats ne donneront de renseignements que sur les échantillons prélevés. Si le sol est à peu près uniforme ces résultats peuvent être extrapolés à l'ensemble de la surface. Par contre s'il est très hétérogène, la connaissance de la pollution ne peut être affinée qu'en multipliant les échantillons, ce qui, bien entendu, multiplie aussi la facture.

C'est la première déception: il faut arbitrer entre la précision de l'information et le coût des analyses. Avec au final que, de toute façon, on ne peut obtenir que des informations plus ou moins floues.

La deuxième déception intervient à la réception des résultats: un document aussi épais qu'illisible pour un non spécialiste.

Pour nous, il en ressortait quand-même des présences inquiétantes: plomb, mercure, arsenic.

Pour avoir une interprétation un peu plus compréhensible, nous sommes passés au stade IEM (interprétation de l'état des milieux) où les taux des différents polluants trouvés sont comparés à des valeurs de référence: taux "naturels", taux moyens ou, pour les analyse sur récoltes, taux maximum admis à la commercialisation.

Cette étude comporte aussi une estimation des risques calculés d'après l'usage que nous faisons de ce jardin et de ses récoltes.

Pour nous, la grande surprise de cette étude c'est que le risque principal de ce type de pollution n'est pas lié, comme on pourrait le penser, à la consommation des récoltes, mais plutôt à l'absorption involontaire de terre, même en quantités infimes mais répétées, par exemple sous forme de poussière (au jardin ou ramenée chez soit involontairement), de légumes insuffisamment lavés, où pour les enfants en jouant dans la terre.

La contamination par les légumes n'est pas mon plus à négliger: si dans notre cas elle est moins importante que l'absorption directe c'est parce que nos récoltes ne sont pas très importantes pour le nombre de jardiniers, constituant plutôt une part faible dans l'ensemble de l'alimentation de chacun. il est évidant que si cette part avait été plus importante le risque aurait été augmenté d'autant.



ANNEXES ATELIER

La conclusion relève que certains légumes (pas tous) ne répondent pas aux normes de commercialisation de l'UE.

Le risque lié à l'absorption directe n'est pas assez fort pour être caractérisé de risque inacceptable, mais il est dans la zone d'incertitude qui précède juste ce risque toxique, et la recommandation est de réfléchir au mode de gestion pour minimiser l'exposition, particulièrement à l'arsenic.

Les conseils sont standards, certains ont une portée générale et sont utile à diffuser: faire attention aux poussières, à la terre sous les ongles, à celles que l'on ramène chez soit sous les semelles, sur les vêtements ou avec les légumes. Veillez à ce que l'information et les recommandations soient bien intégrées par l'ensemble des usagés du jardin.

D'autres sont plus spécifiques :

Privilégier les cultures alimentaires et les activités des enfants sur une petite partie du jardin qui a récemment bénéficié d'un apport de terre "saine". Les conseils standards ne son pas forcément applicables tel quel : jeux de petites voitures et légumes, ce n'est pas forcément compatible!

Le groupe a dû faire un travail de réflexion pour les traduire en décisions pratiques: enherber les allées, recouvrir le sol en terre poussiéreuse de la cabane, et même création d'une zone de terre rapportée pour mini circuit automobile.

Les cultures de légumes peuvent être réfléchies en fonction des risques: les plantes qui risquent le plus dans la zone de terre moins contaminé, une zone qui semble la plus exposé est réservée aux fleurs non comestibles.

La culture des plantes qui, semble-il, assimilent peu les polluants constatés, continues sur le reste du jardin, petite production «de grappillage» avec le projet de suivre, par des analyses ciblées, quelques questions qui turlupinent forcément un jardinier: y a-t-il des plantes qui ne transfère pratiquement pas les polluants en question dans les partie récoltées, quelle influence possible du mode de culture sur l'absorption des polluants ?

Ou alors est-il possible d'«extraire» la pollution du sol en cultivant des plantes particulièrement accumulatrice, ce qu'on appelle phytoremédiation ?

Bref, depuis toujours la base du jardinage c'est de bien connaître son sol et d'adapter ses pratiques en conséquence, pour pénible qu'elle soit, la problématique pollution ne fait qu'étoffer un peu le sujet !

Il faut regarder le mauvais état des sols (qui ne concerne pas que les JP) en face et tout faire pour qu'elle n'aboutisse pas à des problèmes de santé pour les membres du jardin, mais il y a aussi plein de choses à inventer ou à perfectionner