

La bourrache, une plante aux multiples vertus

La bourrache officinale (*Borago officinalis*) est une plante annuelle de 30-50 cm de hauteur qui possède de nombreux atouts. Cette plante originaire du bassin méditerranéen doit son nom de l'arabe abou er-rach, "père de la sueur" qui fait référence à ses propriétés sudorifiques. Les Grecs anciens qui utilisaient les fleurs de bourrache pour parfumer salades et vins la nommaient euprosine, "qui rend heureux". Elle était également au menu des soldats romains pour leur donner du courage avant les combats.

La bourrache se dresse sur une tige charnue et couverte de poils rudes. Elle possède des feuilles sinueuses et rugueuses de couleur vert foncé. La tige se termine par de petites fleurs bleues en forme d'étoile. Cette plante se cultive très facilement. Elle nécessite très peu d'entretien et se ressème spontanément. Elle a besoin d'espace pour se développer, il est donc recommandé d'éclaircir les repousses pour laisser environ 40 cm entre les pieds.

Un allié au jardin

Les propriétés antifongiques de la bourrache permettront de lutter contre la moisissure grise du fraisier. Vous pouvez donc semer quelques plants près de vos fraisiers.

Semée autour des choux, elle éloignera la piéride du chou.

Enfin, les fleurs de la bourrache, très mellifères, attirent de nombreux insectes dont les auxiliaires.



Un allié pour l'organisme

Les jeunes feuilles de bourrache peuvent être mangées en salade. Vous pouvez également embellir vos salades ou boissons de fleurs de bourrache.

Les fleurs de bourrache cueillies en début de floraison, lorsqu'elles sont épanouies, peuvent être consommées en infusion pectorale ou diurétique.

Enfin, l'huile de bourrache est utilisée en cosmétique contre le vieillissement de la peau.

Source : *Petit Larousse des plantes médicinales*
Gérard Debuigne, François Couplan, Déliia Vignes, Pierre Vignes
(Ed Larousse, 2009)

TARTINE DE FLEURS

- tranches de pain de campagne coupées en petits carrés
- fromage blanc (ou de chèvre)
- jeunes feuilles de bourrache (ou d'autres herbes aromatiques)
- fleurs de bourrache et de capucine
- sel, poivre
- huile d'olive

Mélanger le fromage avec les jeunes feuilles de bourrache hachées. Assaisonner le mélange de sel, de poivre et d'une goutte d'huile d'olive. Tartiner les tranches de pain avec le fromage blanc et déposer sur chaque tranche une fleur de bourrache ou de capucine.

Bonne dégustation !

Je jardine avec l'environnement

Comités des Bassins Versants du Léguer et de la Lieue de Grève

Zéro phyto : coup d'accélérateur !

Dans notre dernier numéro, nous vous informions de l'adoption de la **LOI n° 2014-110 du 6 février 2014 visant à mieux encadrer l'utilisation des produits phytosanitaires sur le territoire national, dite loi "Labbe"**.

Alors que son prédécesseur, Philippe Martin, estimait déjà que ce texte était "une nécessité" pour la santé publique et l'environnement, la nouvelle ministre de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie, Ségolène Royal, va plus loin et semble vouloir accélérer cette (r)évolution : « La loi prévoit l'interdiction des produits phytosanitaires dans les espaces verts d'ici 2020 mais cela peut aller plus vite. »

D'ailleurs, le 22 mai dernier, elle lançait officiellement le réseau national et le label "Terre saine, villes et villages sans pesticide" et se disait pour un renforcement de la campagne "Jardiner autrement" et favorable à l'éducation à la biodiversité dans les écoles.

Ça bouge également au niveau des pratiques en zone agricole : la Direction générale de l'Alimentation du ministère de l'Agriculture a saisi en novembre dernier l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) sur la question de la mise en place de zones non traitées (ZNT) le long des habitations. Il s'agirait de légaliser ces ZNT "habitations" comme cela existe pour la protection des cours d'eau depuis 2006.

Dans le même esprit, la ministre de l'Écologie devrait annoncer « très prochainement », avec le ministre de l'Agriculture, une interdiction des épandages de produits phytosanitaires « à moins de 200 m des écoles ». Pour l'instant, la distance est fixée à 50 m par un arrêté du 27 juin 2011.

Rappelons enfin que la France, à travers le plan Écophyto issu du Grenelle de l'environnement, doit diviser par deux les quantités de pesticides utilisées en France d'ici 2018 !

Alors qu'elle est encore, pour l'instant, le premier consommateur de pesticides en Europe, la France a donc choisi d'amorcer un virage très important pour réduire les pesticides sur son territoire.



Sur le territoire des bassins versants du Léguer et de la Lieue de Grève, les choses avancent dans ce sens : les quantités de produits utilisés par les communes ont été divisées par 24** depuis le démarrage des actions BV et 7 communes sont même déjà passées à zéro phyto. Au niveau agricole, un certain nombre d'agriculteurs se sont engagés dans des démarches de réduction de doses de pesticides, à travers la signature de MAE*, en participant à des opérations de binage et on compte même aujourd'hui 48 exploitations pour environ 1800 ha en agriculture biologique sur les deux bassins.

Vous, particuliers, avez aussi un rôle primordial à jouer dans la réussite de ce pari. Il est important, dès maintenant, pour ceux qui ne l'ont pas encore fait, de se préparer à ne plus utiliser de pesticides de synthèse chez soi, en commençant par retirer leur utilisation sur les zones à risque (voir article sur le sujet à l'intérieur de ce numéro). Nous vous rappelons que, pour vous y aider, le Comité de bassin versant du Léguer met à disposition gratuitement des outils de désherbage alternatifs et vous conseille dans l'aménagement de vos espaces extérieurs pour limiter les besoins en entretien.

Contact : Nadège Gicquel - 02 96 05 09 24
nadege.gicquel@lannion-tregor.com

Bibli'eau

→ **Renouveau des jardins : clés pour un monde durable ?**
Edith Heurgon, Sylvain Allemand et Sophie de Paillette
(Ed Hermann, 2014)



Pour recevoir ce bulletin par courrier électronique, écrivez-nous :
nadege.gicquel@lannion-tregor.com
Retrouver les différents numéros sur :
http://www.ville-lannion.fr/page_cbvl_pollutionsdiffuses.html

Je jardine avec l'environnement

Ce bulletin est réalisé grâce au concours financier de l'Agence de l'Eau Loire-Bretagne, du Conseil Régional de Bretagne et du Conseil Général des Côtes d'Armor.
Contacts : Comité de Bassin Versant du Léguer - 1 rue Monge - BP 10761 - 22307 Lannion CEDEX
Tél. 02 96 05 09 22 - Fax : 02 96 05 09 21 - e-mail : samuel.jouan@lannion-tregor.com
Comité des Bassins Versants de la Lieue de Grève - 1 rue Monge - BP 10761 - 22307 Lannion CEDEX
Tél. 02 96 05 09 23 - Fax : 02 96 05 09 21 - e-mail : benedict.lebref@lannion-tregor.com
Directeurs de la publication : Paul Le Bihan, Jean-Claude Lamandé
Rédaction : Samuel Jouan, Philippe Munier, Nadège Gicquel et Gwénaëlle Briant
Photos : Comités de Bassins Versants, Be'New, Philippe Munier, Samuel Jouan
Conception, réalisation : Be'New RCS 928170 - Tél. 02 96 44 45 22

Comité de Bassin Versant du Léguer

Syndicat de Traou Long
Syndicat des Traouïéro
Ville de Lannion



Bassins Versants de la Lieue de Grève

avec la collaboration de



* Mesure AgroEnvironnementale

** résultats du bilan-évaluation mené sur le Léguer.

Comité de Bassin Versant du Léguer

Syndicat de Traou Long
Syndicat des Traouïéro
Ville de Lannion



Bassins Versants de la Lieue de Grève

Al Llorzhou Nere
Les Jardins Naturels

Imprimé sur papier recyclé

