6

TROUSSE D'INFORMATION pour *vos* commerces et institutions

Jardiner sur l'heure du lunch : pourquoi et comment créer un potager au travail ?

PAR MARIE EISENMANN, LES URBAINCULTEURS

Innover, rassembler, ressourcer, valoriser, nourrir… Un potager au bureau a de nombreux avantages ! Petit ou grand, en pleine terre ou en pots, vrai jardin ou aménagement comestible en façade, toutes les options sont bonnes. Découvrez ce que peut offrir un potager en milieu de travail et quelle formule adopter pour que le projet soit une réussite.

Pourquoi implanter un jardin dans son milieu de travail ?

Les raisons sont nombreuses et toutes plus stimulantes les unes que les autres.

- **Embellir et améliorer le cadre de travail.** Intégrer un jardin dans un environnement de travail le rend unique et plus agréable ! Son effervescence embellit les lieux en leur donnant un coup d'éclat. Cela permet aussi de dynamiser un espace commun extérieur déjà existant. Ensuite, rien de mieux que le jardin pour aller prendre sa pause dans un endroit beau et apaisant.
- **Bouger et se ressourcer.** Jardiner contribue au bien-être physique et psychologique des jardiniers. Cela peut devenir une activité de ressourcement pour évacuer le stress ou les pensées négatives. Et pour les gens qui sont sédentaires dans le cadre de leur travail, il est intéressant d'avoir un moment dans la journée pour bouger et prendre l'air ! Autre avantage : voir les végétaux grandir et fructifier tout au long de la saison est très gratifiant et procure une grande satisfaction.

- **Offrir un lieu pour jardiner.** Tout le monde n'a pas un espace à la maison pour mettre les mains dans la terre, particulièrement en ville. Avoir un jardin au travail représente un grand avantage social et rehausse le sentiment d'appartenance à l'entreprise ou à l'institution.
- **Récolter et déguster.** Quel plaisir d'agrémenter son dîner avec des fines herbes ou des tomates cueillies sur place ! Ou de rapporter à la maison quelques courgettes et aubergines au cours de l'été. Les plantes aromatiques – à faire sécher – sont assez productives pour fournir des tisanes pour tout le bureau toute l'année ! Jardiner est aussi une excellente occasion de découvrir des herbes et des variétés de légumes non offertes en épicerie.
- **Se rassembler.** Le jardinage offre l'opportunité de créer des activités qui rassemblent et renforcent l'esprit d'équipe à l'extérieur des tâches en lien avec le bureau. La planification et la mise en place sont des étapes à faire en groupe. L'entretien offre des occasions d'apprentissage où les jardiniers expérimentés enseignent aux débutants. Et les récoltes peuvent donner lieu à des activités de partage (repas collectif, concours du meilleur pesto, etc.).

- **Innover et transmettre une bonne image.** Avoir un potager au bureau est une bonne façon de se montrer innovant et dynamique auprès de ses employés, clients ou partenaires, actuels et futurs.

PHOTOS : ISTOCK

Où installer le potager ?

Les critères essentiels sont un bon ensoleillement (six à huit heures par jour minimum) et un accès à l'eau à proximité. Si le sol est de bonne qualité et non contaminé, un terrain gazonné est idéal pour implanter des parcelles en pleine terre. On peut aussi transformer une plate-bande existante en aménagement comestible. Pour les environnements asphaltés ou bétonnés, ou pour les terrasses et les toits, des pots ou des bacs permettent de créer facilement des véritables jardins. Pensez aussi à placer votre potager à un endroit stratégique pour s'assurer qu'il soit facilement accessible et à la vue de tous au quotidien. C'est la meilleure façon de favoriser l'essor des activités l'entourant et de maintenir l'intérêt et l'implication des gens.

Un jardin adapté aux besoins

La création et l'entretien d'un jardin durable doivent être réfléchis et représentent certains défis. Il faut s'assurer d'avoir assez de personnes dans le milieu de travail qui se mobiliseront pour le démarrage et l'entretien (notamment pendant les vacances), et ce, sur plusieurs années. L'arrosage est essentiel au succès. L'installation d'un système automatique (à l'aide d'un professionnel ou par vous-même) est un très bon investissement. Choisissez également des végétaux en fonction de l'intérêt et de la volonté d'implication des gens.

Pour une équipe motivée à apprendre et prendre soin des végétaux, les choix sont illimités : tomates, courges, concombres, aubergines, etc.

Si vous avez peur que le jardin devienne un fardeau qui s'ajoute à la liste de tâches, il vaut mieux choisir des végétaux qui demandent peu d'entretien et qui sont rarement sujets aux maladies. Par exemple : les fines herbes, les fleurs comestibles, le chou kale, les laitues, les haricots, ou encore, les arbustes fruitiers (bleuets, gadelles, cassis, etc.).

Choisir la bonne formule

Il est important de trouver une formule adaptée à votre budget et à la volonté d'implication des employés.

Autonome : le démarrage, l'entretien et les récoltes sont entièrement gérés à l'interne. Cela peut être sous forme collective où le travail et les récoltes sont partagés sur un espace commun ou sous forme de jardin communautaire où chacun détient et gère sa parcelle ou ses pots.

Tandem : la mise en place et le démarrage du jardin sont effectués par des professionnels, mais l'entretien et la gestion des récoltes sont faits à l'interne (avec ou sans supervision externe).

Externe : des professionnels s'occupent complètement du jardin et apportent les paniers de récolte régulièrement à l'entreprise.

Dans tous les cas, les récoltes peuvent être consommées sur place, apportées à la maison ou remises à un organisme (cuisine collective, banque alimentaire, etc.).

D'autres fiches qui pourraient vous intéresser

3 Les arbres et arbustes fruitiers sur les terrains municipaux : avantages, défis et solutions

5 Pourquoi et comment créer un aménagement comestible en façade ?

7 Aménager un potager sur le toit de son entreprise

TROUSSE D'INFORMATION — Les Fleurons du Québec

Réalisée en collaboration avec Fédération interdisciplinaire de l'horticulture ornementale du Québec

Agriculture, Pêcheries et Alimentation Québec

Pour plus d'informations, contactez Les Fleurons du Québec au (450) 774-5707 ou info@fleurons duquebec.com