



Jacques Fontaine pose à côté d'une molène, une plante qui soigne la toux. En dessous de gauche à droite, l'asclépiade tubéreuse traite notamment les affections respiratoires, la mauve alcée soulage entre autres les inflammations de la peau et la monarde a des vertus antioxydantes. ALAIN WICHT

Un éden de plantes bienfaisantes

NUVILLY • Jacques Fontaine a aménagé chez lui un jardin botanique de 600 plantes sauvages, aromatiques et médicinales et propose, par le biais de son association, des ateliers découvertes.

MAUD TORNARE

«Il y a 14 ans, je suis tombé sur une petite mauve sylvestre qui était dans le talus. C'est un peu comme si cette fleur m'avait parlé.» Cette rencontre, c'est le début d'une histoire d'amour entre Jacques Fontaine et les plantes. Chez lui à Nuvilly où il habite depuis 1987, le Broyard a aménagé un jardin botanique en face de sa maison. Le parc, qui s'étend sur 3750 m², accueille 600 plantes sauvages, aromatiques et médicinales. Cet infirmier de 54 ans, formé à la naturopathie, à l'herboristerie et à la pédagogie de la nature, a passé ses quinze dernières années à faire vivre ce paradis des plantes. Cet éden de senteurs et de couleurs, Jacques Fontaine souhaitait le faire partager aux autres. Il a créé dans ce but une association, Plantes et Vie, qui propose depuis cette année des ateliers autour des plantes et de leurs vertus.

Des plantes à goûter

«Je suis en quelque sorte leur serviteur», raconte Jacques Fontaine au milieu de ses protégées. Sur les 600 plantes qu'abrite son jardin, l'herboriste en a ré-

pertorié spécifiquement 450, un travail qu'il aura mis trois ans à réaliser. Devant chaque espèce, une étiquette indique le nom scientifique en latin, la famille botanique et surtout à quoi sert la plante.

«Vous voyez ici c'est une Véronique officinale», indique Jacques Fontaine en s'approchant d'une petite fleur bleue bien discrète au milieu de l'immense jardin. «C'est une plante moins utilisée aujourd'hui mais les anciens lui prétaient des vertus pectorales, calmantes et elle soignait les problèmes cutanés chroniques. Elle a aussi un léger effet antispasmodique et stimule l'appétit», énumère le Broyard avant de se tourner vers une mauve sylvestre à la floraison rose. «Un véritable outil pédagogique» que Jacques Fontaine a plaisir à faire découvrir aux enfants lors de l'atelier consacré à la découverte sensorielle d'une plante. «Sa tisane est de couleur bleue, on peut aussi directement goûter les feuilles ainsi que le fruit qui ressemble à un petit fromage.»

Voir, toucher, goûter et sentir, c'est ainsi que ce passionné du monde végétal aime faire découvrir les trésors de son jar-

din. «L'idée des ateliers est de remettre les plantes au centre de notre vie, de réhabiliter leur accès. Elles sont à la portée de tout le monde mais on ne les utilise pas», explique Jacques Fontaine, dont le jardin est composé principalement de plantes locales. «C'est un aspect important. En utilisant des plantes de chez nous, on évite de consommer des aliments traités avec des produits toxiques. On contribue à son propre équilibre mais aussi à un équilibre plus global», estime le jardinier.

Salon de l'herboristerie

Valériane contre l'anxiété, molène pour se prémunir contre les problèmes respiratoires, scrofulaire noueuse utilisée en phytothérapie pour lutter contre l'arthrite: le jardin de Jacques Fontaine est une véritable pharmacie à ciel ouvert. La plupart de ces plantes sont comestibles à condition d'avoir les connaissances suffisantes en matière de dosage, de conditionnement et de préparation. Au milieu de ce paradis de bienfaisance, on trouve aussi une aconit napel ou casque de Jupiter qui pousse sur les alpes. «Elle fait

partie des plantes les plus toxiques. Il suffit de quelques grammes pour mourir. Je l'ai mise ici pour rappeler aux gens qu'il existe aussi des plantes nocives», précise Jacques Fontaine.

Dans le cadre de l'association Plantes et Vie créée en 2008, l'infirmier-naturopathe propose en collaboration avec d'autres professionnels des ateliers d'herboristerie pratique et des conférences. Initiation aux plantes comestibles et médicinales, atelier de fabrication de sirops, de dentifrice naturel ou de crème relaxante sont organisés pour les adultes. L'association souhaite aussi toucher en particulier les enfants à travers des ateliers de découverte ludique et sensorielle des espèces, de fabrication de teinture naturelle ou d'instruments de musique végétale. Une nouvelle série de cours sera organisée dès le mois d'octobre. Le 4 mai 2013; le Jardin de Jacques Fontaine accueillera aussi le 2^e Salon romand d'herboristerie pratique. Sa première édition en 2011 avait réuni à Nuvilly quelque 550 personnes. I

> www.plantesetvie.ch