



# ADAAE

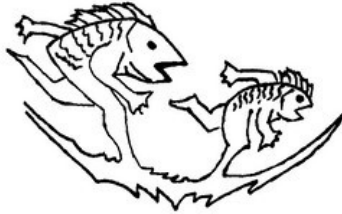
# Vahakekua

Le journal de la  
Souveraineté Alimentaire



*Février 2018*





***«Notre volonté réside dans le partage du savoir et des connaissances  
des peuples de la terre  
pour l'harmonisation du vivant et sa pérennité.***

***Votre force est votre capacité à apprendre les uns des autres,  
à écouter, comprendre et partager  
afin d'améliorer les conditions humaines,  
dans le respect de vos différences.»***

**Magazine gratuit, reproduction pour un but non lucratif autorisé,  
sous réserve de mentionner sa source**

**Réalisation :**

M. Yann Gavinelli, M. Olivier Gavinelli et Mme Carine Courthiade,  
consultants en autonomie alimentaire / agro-écologie pour l'ADAAE - Vahakekua.

**Édition:** ADAAE-Vahakekua

# SOMMAIRE

- Dossier santé : nouveaux OGM	1
- Savoir faire au faaapu : protection des semences	2
- Plantes utiles de Polynésie : le Miro et le Purau	2
- Recettes plaisir et santé : fondant citrouille	4
- Dossier : lois semences	4
- Monde : Inde : agriculture naturelle à budget zéro	5
- Monde : inverser la révolution verte	6
- Dossier environnement : dé-pollution par les plantes (part.2)	6
- Bibliographie	8
- Contacts	8

---

## ***L'éditorial :***

***Ce mois ci nous revenons sur les OGM et l'incompétence des institutions face aux pressions des multinationales qui nous impose leur lois ( !)***

***Nous vous présentons deux arbres que l'on rencontre couramment en Polynésie. Et nous verrons que leurs utilités ne sont pas négligeables.***

***Nous parlerons bien sûr de souveraineté alimentaire et des lois sur les semences ... et nous nous poserons des questions (!)...***

***Nous irons voir en Inde comment des idées et des hommes peuvent changer le monde.***

***Nous parlerons aussi de pollution ou plutôt de dé-pollution, grâce ... aux plantes !***

***Vous souhaitant bonne lecture ... et bonnes résolutions....***

***L'équipe d'ADAAE***

## **Dossier : nouveaux OGM**

---

### **7 organisations de la société civile claquent la porte du Haut Conseil des Biotechnologies**

#### **France, Mercredi 13 avril 2016 :**

Le sujet des nouveaux OGM mérite un réel débat sociétal et scientifique, impossible au sein du Haut Conseil des Biotechnologies. C'est pourquoi aujourd'hui, nos sept organisations de la société civile (les Amis de la Terre, la Confédération paysanne, la Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique, France Nature Environnement, Greenpeace, le Réseau Semences Paysannes et l'Union Nationale de l'Apiculture Française) démissionnent conjointement de cette instance, aux mains des lobbyistes de l'agrochimie et des OGM.

Après plusieurs mois de travaux, nos organisations font le constat amer que tout débat sur la question des nouveaux OGM est forcément tronqué au sein du HCB. Malgré de nombreux dysfonctionnements, nous avons de nombreuses fois tenté de porter la voix de la société civile en son sein. Peine perdue puisqu'aujourd'hui le HCB, avec la complicité du gouvernement français, méprise tout avis contradictoire aux intérêts de l'industrie des OGM.

#### **Censure du HCB et complicité du gouvernement :**

La censure par le HCB d'un avis scientifique divergent pointant les risques des nouveaux OGM en février dernier a été la goutte d'eau qui a fait déborder le vase. Nos organisations avaient alors suspendu leurs travaux, attendant que cet avis rédigé par Yves Bertheau, directeur de recherche à l'INRA, soit enfin rendu public et transmis aux autorités françaises et européennes par le HCB. Deux mois plus tard, ce n'est toujours pas le cas et le HCB s'acharne à dissimuler toutes les données scientifiques qui remettent en cause les nouvelles techniques de modification génétique. Résultat : le gouvernement français se base sur un vrai-faux avis scientifique totalement partial, drapé d'une consultation de la société civile qui n'a jamais été menée à son terme. Ce vrai-faux avis est également sur la table de la Commission Européenne en tant que référence française.

L'enjeu est absolument crucial puisque la Commission européenne, après 8 ans de controverses sur le statut de ces nouveaux OGM, publiera prochainement une interprétation juridique, en ayant le vrai-faux avis comme référence française. C'est sur cette base qu'elle décidera de l'exclusion ou non de la réglementation OGM (directive 2001-18) de ces nouvelles techniques de modification génétique. Si elles en étaient exclues, les organismes issus de ces techniques pourraient être librement cultivés en échappant à toute évaluation, traçabilité et étiquetage OGM en Europe, avec les risques pour la santé, l'environnement, les pratiques agricoles et la sécurité alimentaire que cela engendre. Elles faciliteraient par la même occasion la brevetabilité du vivant.

Nous ne ferons pas partie de cette mascarade, qui veut nous faire croire à tous que ces nouvelles techniques de modifications génétiques ne sont que de simples mécanismes naturels de mutation.

Nos organisations restent cependant prêtes à travailler dans un cadre réellement démocratique et transparent, où les décisions ne sont pas prises avant même que les débats ne soient entamés, où les positions divergentes puissent être entendues et retransmises.

La prise en compte des demandes de la société civile relève de décisions politiques. Nos organisations continueront à se mobiliser et à alerter l'opinion publique sur ce sujet.

#### **Porte-paroles :**

**Bénédicte Bonzi** : 06 68 44 06 01 (Amis de la Terre)

**Jean-Luc Juthier** : 04 75 67 14 74 (Confédération paysanne)

**Daniel Evain** : 06 84 06 64 38 (Fédération Nationale d'Agriculture Biologique)

**Marc Peyronnard** : 04 76 45 27 95 (France Nature Environnement)

**Anaïs Fourest** : 06 25 82 83 99 (Greenpeace)

**Patrick de Kochko** : 06 17 06 62 60 (Réseau Semences Paysannes)

**Jean-Marie Sirvins** : 06 89 37 06 12 (Union Nationale de l'Apiculture Française)

## Savoirs faire au faaapu

### **Recettes pour traiter les semences (lutte contre les insectes et les champignons) :**

- 1 Mélangez 2 gousses d'ail séchées pour 500g de semences. Incorporez l'ail dans le bocal à semences.
- 2 Mélangez 50g de piment en poudre pour 3Kg de semences. Incorporez le piment dans le bocal à semences.
- 3 Mélangez 50g de piment en poudre + 50g d'ail en poudre (ou 2 gousses) pour 3 Kg de semences.
- 4 Mélangez 100g de poudre de piment + 100g de feuille d'eucalyptus séchée + une gousse d'ail pour 10kg de semences.
- 5 Cendre de fumier (vache, cheval, poule, etc.) 50% + feuillage de haricot séché 50%. Ou seulement de la cendre de fumier (500g pour 100Kg de semences).
- 6 Feuille d'eucalyptus séchée, 250g pour 3Kg de semences.
- 7 Feuille de neem séchée, 500g pour 2,5Kg de semences.

## ***Plantes utiles de Polynésie***

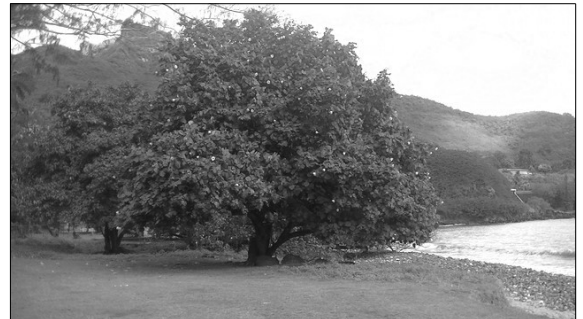
(ADAAE Vahakekua)

Voici deux arbres que l'on trouve en Polynésie et qui présentent des similitudes (fleurs et feuilles ressemblantes). Notons que de manière générale, grand nombre de plantes recèlent des propriétés à caractère médicinal...

### **LE MIRO THESPESIA POPULNEA**

#### **Description :**

C'est un arbre de la famille des malvacées, de 3 à 6 mètres de haut. Ses feuilles longues de 10 à 30 cm sur un long pétiole sont en forme de cœur. Ses fleurs de 4 à 7 cm de diamètre, qui durent une journée débutent jaune pâle à centre marron et deviennent progressivement rose, pourpre ou rouges avant de faner. Les fruits sont des capsules.



#### **Utilisations alimentaires :**

Les feuilles, les jeunes fleurs et les bourgeons se consomment crues en salades ou cuit – frit dans une matière grasse ou incorporé dans les plats.

#### **Médecine traditionnelle :**

Le miro est principalement utilisé dans le traitement thérapeutique des problèmes de peaux, incluant le psoriasis ainsi que l'herpès.

En Inde, la décoction de l'écorce et des feuilles est utilisée pour le traitement des maladies de peau. On applique ensuite le suc jaune des graines. Ce même suc issu du pédoncule des graines est appliqué sur les piqûres de cent pied (scolopendre).

Les racines sont utilisées en décoction comme tonique.

Différentes parties de l'arbre sont utilisées pour soigner les troubles de la digestion comme la dysenterie ainsi que les hémorroïdes et, pour apaiser les articulations gonflées et enflammées. Les graines sont utilisées sous forme de cataplasme pour soigner les migraines. Le bois est efficace sur la pleurésie et le choléra ainsi que les brûlures d'estomac et les coliques.



**Fleur**



Feuilles, écorce

**Autres utilisations :**

Le bois d'une couleur brun à rose est apprécié pour la sculpture.



Fruit sec (capsule) et graines

**PURAU  
HIBISCUS TILIACEUS**

**Description :**

Arbre de la famille des malvacées, du genre hibiscus. Les fleurs sont semblables à celles du miro bien que de couleur jaune avec la base rouge foncée. Les feuilles sont en forme de cœur mais n'ont pas le bout en pointe comme celles du miro. L'écorce n'est pas nervurée comme celle du miro. Les branches peuvent pousser droites, ce qui n'est pas le cas pour le miro. Fruit : capsule ovoïde à ellipsoïde atteignant 3 cm de long, à poils gris denses et souples, contenant de nombreuses graines. Graines brunes réniformes, d'environ 4 mm × 2 mm.

Il existe plusieurs variétés en Polynésie :

Pūrau ahue : variété qui pousse bien droit. Bois de charpente.

Pūrau hiva : espèce la plus commune

Pūrau 'opi'opi : variété qui a des feuilles et des fleurs cannelées.

Pūrau mā'ohi : ses feuilles servent à préparer la nourriture. Pūrau papa : cette variété pousse sur les rochers et n'a pas de graines.

Pūrau tōroire : variété à petites feuilles.

**Utilisations :**

Les feuilles servent à envelopper les aliments pour la cuisson. Elles servent aussi pour conserver le fruit de l'arbre à pain quand celui-ci est mis en terre pour fermentation. Elles peuvent servir d'assiette.

Le bois très léger est utilisé dans la construction des pirogues. Il est solide et résistant, on l'utilise pour la confection des charpentes à l'exception des longues traverses et des poteaux.

*La partie interne de l'écorce est formée de longues fibres souples et résistantes appelées « more », qui sont utilisées pour la confection de cordes ou de vêtements. On récolte le more sur les jeunes branches de mars à mai. On coupe les branches à qui l'on fait ensuite subir un rouissage qui consiste à les tremper dans de l'eau boueuse pendant huit jours. On les écorce ensuite en rinçant soigneusement pour obtenir une surface soyeuse et blanche. On les bat ensuite avec un bâton pour ramollir les fibres, puis on utilise un peigne confectionné en bambou pour séparer les lanières ou more. Elles sont alors prêtes à l'emploi.*

Hibiscus tiliaceus a la capacité d'améliorer la fertilité du sol et le taux de matière organique lorsque la terre est en jachère. Grâce à son système racinaire, l'espèce est un bon stabilisant des sols.



**Utilisations médicinales :**

Les fleurs, les stipules, l'extrémité des jeunes racines, l'écorce des jeunes branches sont utilisés dans la médecine traditionnelle polynésienne.

Les fleurs sont riches en mucilage une fois mûres. On les ramasse une fois tombées ; elles ont alors changées de couleur et deviennent rougeâtre. Elles ont des propriétés émollientes et sont utilisées dans les états inflammatoires internes ( dysenterie, blennorrhagie), et externes (lavage de plaies infectées). On les utilise dans les cas d'abcès, d'angines, de stomatites, d'hémorroïdes et de bronchites.

Les stipules entre dans la préparation d'un médicament contre les brûlures associés aux feuilles de tamanu.

- **Abcès** : Soit vous prenez des fleurs fraîches que vous saupoudrez de sucre et que vous appliquez sur l'abcès, soit vous faites cuire les fleurs et ensuite appliquez la pâte obtenue sur l'abcès.
- **Angine et stomatites** : Mettre une poignée de fleur d'hibiscus dans ½ litre d'eau bouillante, laissez quelques minutes, puis laissez la préparation refroidir. Faites des bains de bouche ou des gargarismes.
- **Hémorroïdes** : Faire des bains de siège avec la même recette que pour les angines.
- **Bronchites (potion expectorante)** : Toujours la même recette (on peut mettre du sucre) et boire 3 ou 4 tasses par 24 heures.
- **La sève des feuilles** est utilisée comme **cicatrisant des plaies**.
- **Les feuilles** sont souvent bouillies en décoction pour soigner le foie ou se relaxer.

---

## ***Recettes plaisir et santé***

---

**Fondant citrouille****Pour six personnes :**

1 citrouille ou courge de 2 kg	la valeur d'un pouce de curcuma
1 grosse noix de coco	la valeur d'un pouce de gingembre
2 citrons	une petite poignée de feuilles de mini (basilic sauvage)
1 Oignon	sel et poivre

1 Epluchez la citrouille, découpez là en petits morceaux.

2 Rappez la coco, versez l'eau dans la marmite. Réservez une poignée de chair de coco.

3 Extraire le lait de coco du reste de chair.

4 Epluchez et découpez le gingembre, le curcuma et l'oignon.

5 Pressez les citrons. Mettez tous les ingrédients dans une marmite. Ajoutez le mini, le sel et le poivre, la poignée de chair de coco et le lait de coco.

6 Cuire à feu moyen jusqu'à évaporation du jus.

Servir avec du fruit à pain, du manioc ou encore du riz. Accompagnez avec une viande ou du poisson grillée.

---

## ***Dossier :***

---

### ***Loi semences; et nous on fait quoi?***

En séance publique du 20 novembre 2016, les sénateurs ont voté une proposition de loi pour renforcer la lutte contre la contrefaçon qui concerne les semences agricoles. Le 21 novembre, ils ont voté un projet de loi autorisant la ratification de l'accord relatif à une juridiction européenne unifiée du brevet (BUE). La proposition nouvelle de Règlement européen sur le commerce des semences est actuellement en discussion à la Commission Agriculture du Parlement Européen. Je vous passe les détails, (Aller sur le site de Kokopelli-semence.fr, pour plus d'informations techniques) Mais cela se résume à ce que toute personne amateur ou professionnel qui utilise ces propres semences (ou ces animaux) et qui ne pourra en présenter la facture d'achat sera dans l'illégalité.

Il faut savoir, quand même que cela conduit à rendre nos variétés anciennes du domaine public illégales et à appauvrir considérablement notre biodiversité cultivée, ainsi que l'a relevé la FAO à d'innombrables reprises (80% de la biodiversité agricole a disparu depuis 1950). Il faut savoir que le Catalogue Officiel qui décide l'autorisation de la vente des semences sur le marché, contient à 99% des variétés F1, Hybride et OGM, qui toutes sont brevetées. Elles sont donc la propriété des grands semenciers (!). Il faut savoir que ces variétés issus du Catalogue Officiel sont à usage unique (impossible d'utiliser leurs semences pour replanter) et que pour pousser il leur faut des pesticides (La France se place en troisième position, au niveau mondial dans la consommation de pesticide). La semence fermière permet une réduction de 60% de l'utilisation de pesticide, alors qu'il paraît que la terre étouffe grâce à l'hyper productivisme, qu'il y a un trou d'ozone, un réchauffement climatique et que d'ici 2050 il n'y aura plus de terre arable (plus d'humus) sur la planète. Il paraît qu'il faut de la biodiversité pour garantir la sécurité alimentaire et l'autonomie des peuples (?).

Aujourd'hui passer une frontière avec des graines de tomate, des armes ou de la drogue, c'est pareil, au nom de la protection de la biodiversité, on vous détruit vos graines de tomate et en prime vous avez une amende ! Si, je vous l'assure ! Venant du Costa Rica et allant en nouvelle Calédonie, j'ai été dépouillé par des gens en uniforme. Par contre les engrais chimique, les pesticides et l'exploitation du nickel (Il en faut pour fabriquer des portables, ordinateur, 4G et autres) il n'y a pas de problème.

Depuis le grenelle de l'environnement, on nous bassine avec le « bio » et ces bienfaits et par derrière on nous programme tout le contraire. L'industrie alimentaire est entrain de contrôler le monde à notre insu et les médias ne font par leurs boulots.

Les variétés de fruits et de plantes vont se réduire à une centaine de variété brevetée bourré de chimie nuisible à la santé. Car, il faut le savoir, en 100 ans un chou issue de l'agriculture conventionnelle a divisé par 4 ses propriétés en vitamine et en éléments nutritif, alors ce n'est pas 4 fruits et 4 légumes qu'il faut manger pour être en bonne santé, c'est 4 fois plus de fruits et de légumes (avec les pesticides qui vont avec !) On s'étonne que nos enfants « attrapent » le cancer et autres maladies dégénératives. Le trou de la sécurité sociale va s'agrandir et on va nous demander des efforts (impôts, retraite à 65 ans, etc.).

Nos gouvernants réglementent la marchandisation de tout ce qui est vivant, avec pour prétexte de garantir notre santé et nos emplois. Visiblement c'est bien plus pour l'industrie agro-alimentaire que pour la relocalisation de l'agriculture et la valorisation de la biodiversité, qui pourtant crée bien plus d'emploi, pollue bien moins et est meilleur pour la santé. A l'allure ou ça vas l'association « fruits oublier » sera illégale, pour propagande de variétés fruitières anciennes nuisible pour la santé (risque sanitaire) et nuisible pour le PIB (Et la croissance, alors ?).

Alors, les grands « décideurs », que ce soit au niveau national et international, ils font quoi ?  
C'est quoi leurs visions de l'avenir ? La mondialisation c'est quoi exactement ? .....

.....Et nous on fait quoi ?

---

## ***Monde***

### ***Une solution réelle à la crise agraire en Inde Agriculture naturelle à budget zéro***

(Bulletin Nyéléni n°28)

L'agriculture naturelle à budget zéro (ANBZ) recouvre à la fois un ensemble de pratiques agro-écologiques et un mouvement social paysan présent en Inde, surtout dans l'État du Karnataka, où près de 100 000 paysannes et paysans la pratiquent. Ceci a été réalisé sans aucun financement car l'ANBZ suscite le bénévolat parmi ses membres, véritables protagonistes du mouvement. Le mot « budget » fait référence aux crédits et aux dépenses ; donc, l'expression « budget zéro » signifie sans aucun crédit. Le terme « agriculture naturelle », quant à lui, signifie avec la nature. Le mouvement est le fruit de la collaboration entre Subhash Palekar, scientifique agricole qui a rassemblé les pratiques de l'ANBZ en une trousse à outil, et l'Association paysanne de l'État du Karnataka (KRRS), membre de La Via Campesina (LVC).

L'Inde vit actuellement une crise agraire et ses paysans croulent sous les dettes à cause du prix élevé des intrants, du niveau insuffisant des prix du marché et des mauvaises politiques. Au cours des vingt dernières années, plus de 250 000 paysans indiens se sont suicidés. Plusieurs études ont établi un lien entre ces suicides et le niveau d'endettement. Dans de telles conditions, l'ANBZ promet de mettre fin à la dépendance aux prêts et de diminuer les coûts de production de façon radicale. Les paysans qui ont délaissé les monocultures chimiques pour pratiquer l'ANBZ disent produire à présent bien plus, sans quasiment aucune sortie de fonds.

Les pratiques principales de l'ANBZ sont : la jivamruta, une culture microbienne fabriquée à partir d'urine et de bouse de vache, de farine de légumineuse, de sucre de canne non raffiné et d'une poignée de terre ; la bijamruta, un traitement similaire pour les semences ; une utilisation intensive du paillage et des cultures de couverture ; la régulation de l'humidité. Les besoins en eau de l'ANBZ sont inférieurs de plus de moitié à ceux de l'agriculture conventionnelle, ce qui en fait un modèle adapté aux zones arides. Beaucoup d'autres principes interviennent également, comme les cultures intercalaires, l'utilisation de vers de terre locaux, de vaches de race locale, de murs de retenue d'eau et la gestion écologique des nuisibles.

À l'échelle locale, le mouvement est auto-organisé, dynamique et opère de façon informelle. Les liens entre la plupart des paysans pratiquant l'ANBZ sont plutôt souples, chacun réalisant des activités d'échange de paysan à paysan de façon organisée ou spontanée, ainsi que d'autres actions pédagogiques. Les sessions massives et intenses de formation



constituent l'activité principale organisée au niveau central et à l'échelle de l'État. Dispensées par Palekar, ces sessions comptent avec la participation de 300 à 5000 paysans et durent jusqu'à cinq jours

Belgaum, paysan pratiquant l'ANBZ :

« Dans le système de l'ANBZ, il y a très peu dépenses. Peu importe le niveau de rendement, je dégage toujours un bénéfice car mes coûts sont minimes. En plus, j'ai ajouté les cultures intercalaires, donc je tire mon revenu de plusieurs types de culture et non pas d'un seul. Pour nous, le rendement n'est pas un concept important. »

---

## **Monde :** **Inverser la révolution verte**

---

### **Réseau de semences créoles et locales d'Uruguay**

Pendant des milliers d'années, la production d'aliments pour la consommation humaine provenait de l'utilisation de semences "naturelles" par les peuples autochtones, les paysans et les paysannes, les agriculteurs et les agricultrices, c'est-à-dire que grâce à nos connaissances, capacités et aptitudes, nous avons été capables de domestiquer les espèces sauvages, de les adapter, de les améliorer et surtout de les reproduire en vue de satisfaire nos besoins alimentaires. Il est facile de constater que trois des cultures de base, le maïs en Amérique, le blé en Afrique et le riz en Asie, sont à l'origine et le moyen de subsistance de trois modèles de civilisation

Ensuite, avec les mouvements migratoires, les semences locales ont été transférées vers d'autres territoires, dans des écosystèmes différents, des conditions climatiques et environnementales distinctes. Or, une fois de plus, ce sont les paysans et les paysannes qui furent capables de les adapter et de les reproduire. Telle est l'origine du concept de "semences dites créoles", différent de celui de "semences autochtones ou locales" justement du fait de ce processus d'adaptation. On estime que les êtres humains ont disposé d'environ 6 000 variétés végétales domestiquées et aptes à la consommation. De nos jours, on n'en utilise que 200 dont seulement 12 sont des cultures de base composant notre régime alimentaire.

A partir de la seconde décennie du siècle dernier, les pays dits "centraux" (1), ont imposé partout dans le monde le modèle de la Révolution verte avec leurs paquets technologiques incluant, entre autres, des semences industrielles, des OGM ainsi que les produits agrottoxiques associés. Cependant, cela n'a pas réussi à combattre sérieusement la faim dans le monde et les impacts économiques, sociaux et environnementaux ont été très graves. Pour autant, il est encore possible de freiner et d'inverser la percée de l'agriculture industrielle à grande échelle dominée par l'agrobusiness et une poignée d'énormes transnationales. En Uruguay, par le truchement du Réseau des semences créoles et locales, nous avons fixé la voie à suivre en démontrant que la majeure partie du matériel génétique créole et local est toujours entre les mains des paysans et paysannes, des agriculteurs et agricultrices familiaux. En effet, ils l'ont conservé et utilisé de génération en génération pour alimenter notre peuple.

Il s'agit en fait de la Souveraineté Alimentaire et nous sommes tous d'accord que c'est un DROIT. Pour l'exercer, cela n'est pas seulement le devoir des producteurs d'aliments. Tous et toutes, quelle que soit la place que nous occupons dans la société, nous devons nous joindre aux luttes pour le défendre. Nous ne sommes pas seuls, partout dans le monde, des millions de paysans et de paysannes et de nombreuses communautés font de même. Tant qu'il existera une agricultrice ou un agriculteur possédant des semences, luttant pour un lopin de terre afin de les planter et pour de l'eau afin de les arroser, la vie pourra se perpétuer

- 1 - Les pays dits "centraux" vs les pays de la périphérie.

(Source : bulletin Nyéléni n°28)

---

## **Dossier environnement**

---

### **Les plantes dé-polluantes (part.2)**

#### **Quels effets les polluants de l'air ont-ils sur notre santé ?**

Les polluants n'ont pas tous la même nocivité. Il existe de grandes disparités de la dangerosité des polluants car de nombreux facteurs sont déterminants. D'une part, les polluants n'ont pas tous la même nocivité. D'autre part, la durée et les fréquences d'exposition aux polluants sont très variables. Enfin, au sein même de la population, tous les individus ne sont pas égaux face aux polluants. Certains groupes de personnes seront plus réactifs que d'autres : Les enfants, les personnes fragiles, les personnes allergiques...

Pour les scientifiques, il est aisé de connaître les effets des Composés Organiques Volatils sur la santé lorsqu'il a exposition un à polluant sur une période courte et à des dose élevée. Il est, en revanche, beaucoup plus difficile de déterminer les effets avec précision, lorsque l'exposition est très prolongée, que les polluants sont nombreux et diffus,

et que leur concentration est faible.

L'exposition aux COV peut provoquer des désagréments sans gravité ou au contraire des infections graves. Parmi les symptômes légers, on relèvera des irritations nasales, oculaires, cutanées et laryngiques ainsi que des états de malaise ou de fatigue chronique. Parmi les affections plus graves, on constatera des dysfonctionnements des organes du corps humain : troubles des reins, du coeur, des poumons, du foie ou de l'appareil digestif.

Le Centre International de recherche sur le Cancer (CIRC) a défini une classification des substances cancérigènes.

Il existe 5 catégories :

Catégorie 1 : cancérigène pour l'homme.

Catégorie 2A : cancérigène probable pour l'homme.

Catégorie 2B : cancérigène possible pour l'homme.

Catégorie 3 : inclassable quant à sa cancérigénicité pour l'homme.

Catégorie 4 : probablement non cancérigène pour l'homme.

N'hésitez pas à consulter le portail [Santé-Environnement-Travail](#), ou le site internet de [l'agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail \(Afsset\)](#).

## **Les plantes dé-polluantes :**

### **L'aglaonema**

**Propriétés dé-polluantes :** Selon la Nasa, l'aglaonema est efficace contre le formaldéhyde et le benzène.

**Atouts :** L'aglaonema (*Aglaonema commutatum*), appelée "silver queen" (reine d'argent) par les anglo-saxons, filtre notamment les COV toxiques provenant de la peinture et des produits parfumés comme les désodorisants. Cette plante est très facile à cultiver et son besoin en lumière est faible.

**Dans quelle pièce ?** L'aglaonema peut vous être utile dans un bureau, dans le salon ou la salle de bains.

**Besoins :** L'aglaonema se contente de la pénombre, mais a besoin d'une atmosphère chaude (entre 15 et 25 degrés) et humide. Il faut l'arroser régulièrement mais de façon modéré.



### **Le dracaena**

**Propriétés dé-polluantes :** Le dracaena (souvent appelé "dragonnier") absorbe le trichloréthylène, le xylène, le toluène et le monoxyde de carbone !

**Atouts :** Le *Dracaena marginata* (nom scientifique du dragonnier de Madagascar) lutte contre la plupart des composés organiques volatils (COV) émis par la fumée de cigarette, la peinture, l'encre, le chauffe-eau, les parfums d'ambiance, les matériaux de construction...

**Dans quelle pièce ?** Dans une chambre ou dans votre bureau... et surtout dans les pièces où l'on fume !

**Besoins :** Le dracaena n'est pas gourmand en eau ni en lumière. Pensez quand même à le vaporiser régulièrement pour éviter les attaques d'acariens. Attention : le jaunissement des feuilles de votre dracaena est un signe de vieillesse normal, et pas nécessairement un manque d'eau, donc ne l'arrosez pas trop !



### **Le Ficus Benjamin**

**Propriétés dé-polluantes :** Il est particulièrement efficace vis à vis du formaldéhyde Mais absorbe également l'ammoniac et le xylène

**Atouts :** Très facile à conserver

**Dans quelle pièce ?** Installez-le en situation lumineuse, dans une pièce bien chauffée.

**Besoins :** Le ficus a besoin de lumière vive, arrosez modérément, une fois par semaine par exemple. Attendez que le terreau sèche entre 2 arrosages.



### **Le palmier arecas**

**Propriétés dé-polluantes :** La Nasa considère le palmier d'arecas comme le champion de l'absorption du formaldéhyde ! L'aréquier (ou areca) filtre aussi le xylène.

**Atouts :** Le palmier d'arec (*Chrysalidocarpus lutescens*) est très efficace pour absorber les composés organiques volatils (COV) toxiques émanant des désodorisants, de la fumée de cigarette, des fenêtres en PVC ou encore du papier peint et de la moquette collée. En plus, le palmier d'arec est une plante très agréable.

**Dans quelle pièce ?** Placez-le dans toutes les pièces, surtout celles fraîchement repeintes.

**Besoins :** la pièce doit être lumineuse, mais pas de soleil direct sinon les feuilles pâlissent.



Arrosez régulièrement et vaporisez le feuillage. Attention, la température de la pièce ne doit pas descendre en dessous de 13 degrés.

### **L'anthurium**

**Propriétés dé-polluantes** : Selon les études de B. Wolverton, le premier chercheur ayant étudié la qualité de l'air pour la Nasa, l'anthurium (communément appelé "flamant rose" ou "langue de bœuf") est une des meilleures plantes pour débarrasser votre intérieur de l'ammoniac !

**Atouts** : En plus d'être efficace contre les COV toxiques produits par les produits d'entretien, l'anthurium (*Anthurium andreanum*) est une très jolie plante décorative.

**Dans quelle pièce ?** Dans la cuisine et la salle de bains, car c'est sur le carrelage que l'on utilise le plus de produits d'entretien à base d'ammoniac.

**Besoins** : L'anthurium supporte les lumières tamisées, mais il préfère les endroits ensoleillés. Si vous voulez que la floraison soit longue, mettez votre plante à un endroit très lumineux. Pensez à l'arroser régulièrement. En revanche, il n'aime pas les variations de température.



### **Le Sansevieria**

**Propriétés dé-polluantes** : Décompose le formaldéhyde, xylène, benzène, toluène, et trichlore-éthylène

**Atouts** : Peu sensible aux variations climatiques

**Dans quelle pièce ?** Toutes pièces

**Besoins** : Température et lumière indifférente




---

## **Bibliographie**

« plantes utiles de Polynésie – raau Tahiti » Paul Pétard éditions Here po no Tahiti 1986 ► <http://amelioresasante.com> ► [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org) ► « Plantes utiles, richesse des peuples », Y.Gavinelli, ADAAE ► FAO, commission du Pacifique Sud - Services de santé publique ► « Semences de l'avenir » O. Gavinelli, ADAAE ► <https://nyeleni.org>

---

## **Contacts**

**Courriels** : [adaa@laposte.net](mailto:adaa@laposte.net)  
[adaae.ase@laposte.net](mailto:adaae.ase@laposte.net)  
**Site internet** : [www.adaa-ase.com](http://www.adaa-ase.com)

