



Regainfos n° 12

Lettre d'informations du printemps



Le printemps arrive, la nature s'éveille. Chaque visite au jardin nous offre une découverte, un petit plaisir. Allons-y, mettons en œuvre nos projets de jardinage et d'aménagement

« prêts à germer » après le sommeil de l'hiver.

Devinette : Que fait ce beau pigeon ?



Il profite d'un jardin Regain, et mange des ** « perles ».
Depuis que j'ai appris, dans **la Hulotte n°107*, que les fruits du lierre sont une nourriture précieuse pour les oiseaux du jardin en fin d'hiver, quand les sources de nourriture sont plus rares, je veille à les préserver.
« Franchement (dit **Papalierre dans la Hulotte*, « le journal le plus lu dans les terriers ») ça valait le coup de garder nos habitudes de l'ère tertiaire et de mûrir en plein hiver ».

****car c'est ainsi que l'on nomme ces jolies petite baies noires, toutes rondes : « perles de lierre » ou « raisins de lierre ».**

Quoi de neuf ?

Actualités de Regain Régional

La rencontre Regain du 22 février à Moëlan-sur-Mer a été une grande réussite, riche en échanges et informations. Nous étions tous enchantés de rencontrer, « en chair et en os », nos quelques 60 homologues de toute la Bretagne.



Les présentations du matin ont permis de rappeler les principes de Regain et de découvrir quelques réalisations de la part des jardinières et jardiniers passionnés. Puis quatre professionnelles nous ont expliqué comment elles pratiquent leur métier de paysagiste, pépiniériste ou de productrice de plantes dans l'esprit de Regain. Les affiches de présentation de quelques-uns de nos jardins « brestoï » ont eu beaucoup de succès auprès des animateurs d'autres groupes locaux. Ils y ont reconnu une solution plaisante pour valoriser les jardins de nos adhérents.

Le 20 février, **208 jardins étaient inscrits**, couvrant ainsi une surface de **132 hectares**. Le **209^{ème} venait d'être inscrit** par une participante à notre journée de rencontre, **pendant le trajet vers Moëlan-su Mer !**

Le repas en commun pris à l'extérieur ! et les ateliers de l'après-midi ont permis les échanges plus personnels ; c'était donc tout à fait complémentaire.

Bilan très positif au final, et une première découverte concrète de l'association pour de nombreux néo-adhérents arrivés à Bretagne Vivante par l'inscription de leur jardin au programme Regain.

Prochainement, la lettre Regain régionale nous informera plus en détail sur cette journée.

La vie du groupe local

Regain Brest compte actuellement **59 membres, 36 jardins inscrits** qui représentent **7, 87 hectares (!!!)**, grâce en particulier à l'un des derniers inscrits, le parc du foyer de vie de l'Arche au Relecq Kerhuon, dont les 3.5 hectares représentent presque la moitié de notre surface totale. Bienvenue à tous les nouveaux inscrits, qu'ils aient 100 ou 35000 m². Vous pouvez les retrouver sur la carte [ici](#).

Profitions-en pour rappeler à ceux qui n'ont pas inscrit leur jardin sur le site Regain, parce qu'ils n'ont pas besoin de conseils de jardinage ou d'aménagements pour la biodiversité, que l'inscription pour ajouter ses quelques m² contribuera au moins à l'agrandissement du territoire couvert ! Et, mine de rien, ce n'est pas négligeable de déclarer qu'ensemble, localement, sur bientôt 8 hectares, nous attachons de l'importance à préserver la biodiversité naturelle, chacun selon ses choix, et à créer de modestes couloirs écologiques pour faciliter la circulation de la faune locale.

Pour en savoir plus sur notre territoire, voici les communes qui comptent des jardins Regain :

Brest : 8 – Dirinon : 2 – Landéda : 1 – Lanrivour : 1 - Le Conquet : 2 - Le Relecq Kerhuon : 7 – Locmaria-Plouzané : 3 – Logonna-Daoulas : 1 – Pencran : 1 – Plouédern : 3 – Plougastel : 3 – Porspoder : 1 – Saint-Renan : 2 - Sizun : 1.

Participer... Nous mettons actuellement au point 2 visites de jardins Regain pour les mois d'avril, mai, juin.

La 2^{ème} aura lieu le samedi 21 juin ; la 1^{ère} reste à déterminer. Ces 2 visites nous donneront l'occasion de nous rencontrer. Dès que possible, nous vous donnerons les informations détaillées et ouvrirons les inscriptions pour ces 2 rencontres Regain.

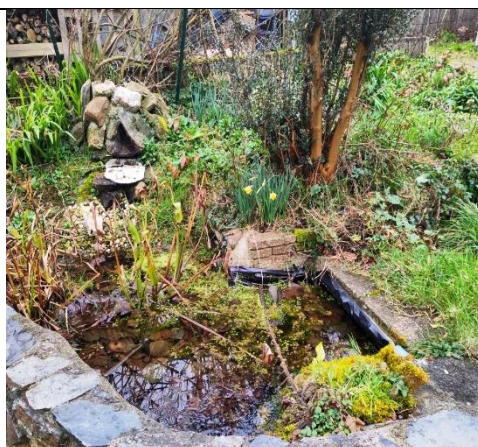
Le sujet du mois : l'eau

A Moëlan, le 22 février, notre groupe local était bien représenté, puisque nous étions 14 « brestoises ». Constatant que la question de l'eau n'est pas encore abordée sur le site internet de Regain, Elodie et Annick avaient prévu d'y animer un atelier sur ce thème.

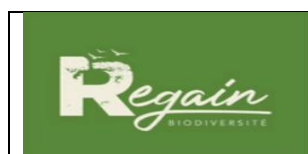
Mais, tenu en dernière heure d'une journée bien intense, il n'a pas été très performant. Nous allons partager petit à petit le fruit de notre travail avec vous, et nous vous invitons à y contribuer en nous faisant part de vos idées et réalisations. Cela nous permettra de mieux comprendre l'importance de l'eau, et peut-être d'enrichir le site.

Pour commencer, un exemple concret de mise en œuvre astucieuse du stockage et de l'utilisation de l'eau dans le jardin Regain - en pente - de Paul à Plouédern : 1) l'eau est récupérée à la descente de gouttière, et 2) conduite par un tuyau enterré jusqu'à la mare qu'elle remplit, et où elle est « stockée ». 3) De la mare, l'eau s'écoule à nouveau par un tuyau enterré qui se divise ensuite en plusieurs sections parallèles d'arrosage en goutte à goutte enterré sur toute la longueur de la petite serre potagère située en contrebas.

C'est une installation bien adaptée à son jardin, qui satisfait les besoins de la petite faune au niveau de la mare, et ceux du potager dans la serre.



Voici les fiches n° 1 et 7



1 - Pour RETENIR l'eau

Techniques / Solutions

Techniques

En fonction des **moyens** et de l'**espace disponibles** :

- bassin
- mare
- flaque
- noue
- grands pots

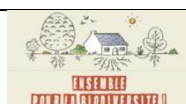
Plantes

Plantes de bord d'eau observées dans la nature : salicaire, menthe, cresson et ache, iris

Intérêt pour la biodiversité

Un espace humide va favoriser les **espèces aquatiques et semi aquatiques** :

- **batraciens**
- **odonates** (libellules)
- **insectes** qui ont une ou plusieurs phases aquatiques (œufs, larves, juvéniles) dans leur cycle de vie
- **oiseaux** pour boire, s'y baigner ou trouver de la boue afin de confectionner leur nid (hirondelles)
- **chauves-souris** pour y chasser les proies volantes
- **papillons, oiseaux et hérissons** se désaltèrent dans une soucoupe en été



7 - Pour RECUPERER et STOCKER l'eau

Techniques / Solutions

Récupérateur d'eau sur gouttière

Mare, bassin, flaque

Petit marais, mini-tourbière

Fossé, sillon, noue

Grand pot, auge

Intérêt pour la biodiversité

Abri et milieu de vie d'insectes et amphibiens

Pour plantes de zones humides / hydrophiles

Réserve d'eau pour les périodes sèches

Permet petit coin pour plantes et animaux avec consommation limitée

Abreuvoir pour nombreux animaux

Pour s'informer

Articles ou vidéos à partager

Biodiversité dans son jardin : intérêts de la mare et présentation du programme Regain par Christian Hily, son initiateur – Podcast n°44 de la CORLAB (coordination des radios associatives de Bretagne)
<https://corlab.org/biodiversite-on-air/>

La Fondation pour la Nature et l'Homme partage des infos notamment sur la mare, la taille de haies ou plutôt « pas de taille entre le 15 mars et le 1 août » et l'idée de mettre de côté le « nettoyage de printemps » [Comment aider la biodiversité au printemps ?](#)

A noter sur le nouveau programme « **Jardiner à Brest Métropole – printemps-été 2025** », par exemple :

Mercredi 2 avril : « **Cette année, je commence un potager** »

Samedi 5 avril : « **Une belle terre pour un beau jardin** »

Samedi 5 avril : « **J'aménage mon jardin pour la biodiversité** »

Mercredi 9 avril : « **Des fleurs dans ma rue** »

Mercredi 23 avril : « **J'accueille les coccinelles au jardin** »

Détails et [liens d'inscription](#) sur le programme à consulter sur → [Nextcloud](#) ; des ateliers Jardinage organisés par la Maison de l'Agriculture Biologique du Finistère et Vert le Jardin. Un programme porté par Brest Métropole.

Conférence « Et la mousse créa la vie ! » à Guipavas

Vendredi 28 mars à 20h
A la maison de quartier de Coataudon,

Présentée par Gaétan,
du Conservatoire botanique de Brest
et Vincent,
membre du groupe de botanique brestois
de Bretagne Vivante

s'inscrire à l'aide du QR code ci-joint →



Pour terminer... une devinette

Je suis une petite fleur blanc crème qui fleurit en grappes
de longs chatons en juillet.

Je suis très mellifère comme en témoigne cette abeille sur
la photo. → → →

Grâce à moi, vous pourrez griller mes fruits en automne.

Qui suis-je ?

Il paraît que je sers aussi à faire de délicieuses gelées et
sirop !

Vivement le mois de juillet pour faire des essais !

Je suis la fleur du châtaignier.

