

HORTI-PLUS

Fédération des sociétés d'horticulture et d'écologie du Québec

Planter des arbres, c'est tirer plaisir de leurs bienfaits

Depuis quelques années, bien des jardiniers portent leur attention sur les vivaces, les annuelles ou les arbustes oubliant souvent les arbres. Pourtant, ces « géants » de nos jardins jouent des rôles très importants pour notre qualité de vie. Grâce à la dimension remarquable de leur surface foliaire, par la photosynthèse, ils absorbent du gaz carbonique (CO₂) et produisent de l'oxygène (O₂)... ce qui nous permet de respirer.

De plus, en transformant le gaz carbonique et en séquestrant le carbone, ils évitent que des gaz à effet de serre soient envoyés dans l'atmosphère. Ils améliorent aussi de manière importante la qualité de l'air et notre qualité de vie.

En renouant avec la plantation des arbres, on profite aussi de nombreux autres de leurs bienfaits.



Effets positifs sur la santé, diminution du stress, réduction de la chaleur urbaine, augmentation de la valeur des propriétés, réduction des coûts d'énergie, les bienfaits des arbres sont nombreux. Il est donc très important d'en planter et de préserver ceux qui nous entourent.

Autres bienfaits des arbres sur l'environnement

Réduction la chaleur urbaine

La différence de température entre un endroit sans arbre et un espace avec un arbre est de 5 à 10 °C.

Amélioration de la qualité de l'eau

En ralentissant, par leur feuillage et leurs racines, le ruissellement des eaux en surface, les arbres favorisent l'infiltration de celle-ci dans le sol. Un bon moyen de réduire les arrosages en rechargeant les nappes phréatiques.

Réduction de la pollution acoustique

Grâce à leur feuillage, les arbres amortissent les bruits environnants.

Support à la diversité biologique

Les arbres servent de refuge et de garde-manger pour les oiseaux, les papillons, de nombreux insectes bénéfiques, la petite faune, etc.

Réduction de la vitesse des vents

Lorsque les arbres sont regroupés, ils permettent de diminuer de 5 à 15 % la force du vent.

.../2

Bienfaits des arbres sur la santé et la vie communautaire

Diminution du stress

L'expression populaire «se mettre au vert» le dit bien, la proximité d'arbres apporte sérénité, paix, tranquillité et bien-être.

Effets positifs sur la santé

En particulier par les bienfaits sur l'environnement qu'ils procurent, les arbres aident à réduire les risques de maladies (ex.: asthme) et les sentiments d'inconfort (ex.: canicules).

Prévention des cas de cancer de la peau

Le feuillage des arbres peut réduire l'exposition aux ultraviolets B, en partie responsables des cas de cancer de la peau, en moyenne de 50 %. Plus un arbre à un feuillage épais et une cime importante, plus cela est vrai.

Aide la communication

Les échanges d'idées, de trucs ou de conseils sur l'entretien des arbres amorcent et facilitent le dialogue et l'entraide dans un quartier.

Amélioration du cadre de vie

Les arbres apportent de l'intimité, permettent d'encadrer et de souligner les belles vues, et aussi de cacher des lieux disgracieux.

Contribution à la fierté du jardinier

Les gens qui s'occupent des plantes qui entourent leur résidence éprouvent de la fierté et de l'estime de soi. De plus, ils font preuve de créativité, de satisfaction, de motivation.

Bienfaits des arbres sur les finances personnelles

Augmentation de la valeur des propriétés

Les arbres augmentent la valeur d'une propriété de 5 à 15 %. Les maisons situées sur une rue entièrement plantée d'arbres en alignement voient leurs valeurs augmentées de 25 %.

Réduction des coûts d'énergie

Plantés au sud et à l'ouest, les arbres feuillus contribuent à la réduction des coûts d'air conditionné de 30 à 55 %. Des conifères plantés au nord permettent pour leur part de baisser les coûts de chauffage de 3 à 10 %.

Accroissement de la vie des surfaces asphaltées

Les arbres réduisent les coûts d'entretien et prolongent la durée de vie des revêtements asphaltés.

Pour toutes ces raisons, le plus souvent basées sur des études très sérieuses, il est très important de planter des arbres. Leurs bienfaits sont nombreux, non seulement pour nous, mais aussi pour les générations à venir. Comme le dit le célèbre milliardaire Warren Buffett : « *Quelqu'un s'assoit à l'ombre aujourd'hui parce quelqu'un d'autre a planté un arbre il y a longtemps.* » Alors, n'attendez plus, plantez un arbre pour fournir des bienfaits et du mieux-être à vos enfants et petits-enfants.

Bertrand Dumont
Horticulteur, auteur et conférencier

