



**DELPHINE DUPONT
CO-CONCEPTRICE DU STUDIO
FACE TO FACE DESIGN,
DU IT-RESTO ITALIEN CERTO
À IXELLES ET CULTIVATRICE
À SES HEURES**

Pour agrémenter son assiette quotidienne, Delphine sort de chez elle, marche 50 m et vient cueillir dans ce jardin partagé un bouquet de romarin ou de persil... Si la récolte est bonne, elle pourra même déguster quelques tomates, une poignée de fraises, de la rhubarbe et de la salade. Depuis 2010, ce potager aménagé par quelques habitants est le poumon vert de cet ancien quartier ouvrier, basé au coeur de Forest. Cultivé sans produits chimiques et à l'aide d'un compost « maison », il accueille coccinelles, papillons et vers de terre. Il rend ainsi sa place à la nature, tout en embellissant le paysage. « Dans un milieu urbain parfois agressif, c'est

une bouffée d'oxygène qui nous permet de nous aérer l'esprit, dans tous les sens du terme », explique Delphine Dupont, une des dernières à avoir obtenu la carte de membre de ce garde-manger bio à ciel ouvert. « Nous n'avons pas l'impression d'être déconnectés du monde extérieur. On se surprend à guetter l'arrivée des premières fraises l'été et des pommes de terre à l'automne. » Cette créative ne s'est toutefois pas transformée en agricultrice du jour au lendemain. « Les membres qui ont la main verte apprennent aux autres les trucs et astuces pour dorloter les fruits et les légumes. C'est un beau projet qui favorise les relations humaines entre voisins en plus d'oxygéner les méninges. » Car on le sait, jardiner est une activité relaxante qui permet à l'esprit de vagabonder, donc de se reposer. Une bonne soupape pour cette entrepreneuse qui passe parfois des heures devant son ordinateur. « Cette activité a des vertus thérapeutiques », poursuit Delphine. « Dans une ville, il est important de pouvoir rester en contact avec la nature. »

www.citeforestvert.be

**LE POTAGER DE QUARTIER
LES BONNES MÈRES À FOREST**

Ce jardin partagé fait vivre les gens du quartier au rythme des saisons... Un lieu pour apprendre, échanger des trucs et astuces green, mais aussi pour être ensemble et prendre le temps!

