



AGIR pour la  
**BIODIVERSITÉ**  
ILLE-ET-VILAINE

## Fiche Conseil

### En hiver, les oiseaux ont plus que jamais besoin de vous !

Il est primordial de ne pas nourrir en fonction du calendrier mais de limiter la période de nourrissage aux périodes de grand froid. Nourrir les oiseaux au cœur de l'hiver (et *uniquement* lorsque les mauvaises conditions météorologiques les empêchent de le faire naturellement), c'est tout simplement leur permettre de survivre !

#### > Pourquoi aider les oiseaux durant cette saison ?

Les oiseaux insectivores voient leurs proies disparaître et beaucoup d'entre eux migrent donc dans l'hémisphère sud pour y trouver leur nourriture : hirondelles, martinets, pouillots, gobemouches, etc..

Certaines espèces ont adopté une autre stratégie en modifiant leur régime alimentaire:

- elles deviennent granivores durant la mauvaise saison; c'est notamment le cas des mésanges qui sont les hôtes les plus fréquents de nos mangeoires.

Pour les oiseaux présents sur notre territoire toute l'année, l'hiver est la saison la plus meurtrière car la baisse des températures est accompagnée de la disparition de la nourriture pour beaucoup d'espèces.

Les oiseaux, espèces à sang chaud, doivent maintenir leur température corporelle.

Le plumage, pourtant bon isolant, n'empêche pas les déperditions de chaleur, d'où la nécessité de compenser constamment cette perte par l'apport d'un maximum de calories.

C'est précisément à cette époque que les aliments font le plus défaut. La neige, le gel rendent encore plus difficile la recherche de nourriture. Les jours plus courts laissent moins de temps pour trouver la ration quotidienne.

Par exemple, en hiver, un oiseau comme la mésange peut perdre 10 % de son poids en une seule nuit ! On comprend alors pourquoi, durant cette saison, les oiseaux consacrent la quasi-totalité de la journée à rechercher la nourriture qui leur permettra de résister au froid !

Cependant, avant l'arrivée des grands froids, ces oiseaux arrivent encore à se nourrir en attrapant les insectes (adultes ou larves) qui se réfugient dans vos haies et fruitiers. En éliminant ces insectes ils vous rendent un grand service car ceux-ci n'envahiront pas votre jardin au printemps.

- Nourrir les oiseaux trop tôt les empêchera donc de jouer leur rôle d'auxiliaires du jardin.

- Par ailleurs, un nourrissage trop prolongé freinera le retour des espèces insectivores à leur régime « normal » et ils ne trouveront pas dans les graines toutes les protéines nécessaires à l'élevage de leurs oisillons.

**Il est donc primordial** de ne pas nourrir en fonction du calendrier mais de limiter la période de nourrissage aux périodes de grand froid. Nourrir les oiseaux au cœur de l'hiver (et *uniquement* lorsque les mauvaises conditions météorologiques les empêchent

de le faire naturellement), c'est leur permettre de survivre tout en conservant l'équilibre écologique de nos jardins !

### > Comment aider les oiseaux l'hiver ?

- La première aide, la plus naturelle, consiste à créer des milieux favorables aux oiseaux en mettant en place des plantes et des arbres qui leur fourniront des baies et des graines (sorbier, prunelier, lavande, thym, salicaire, ronce, lierre,...etc).

- Cependant, quand les milieux ne fournissent pas une nourriture en quantité suffisante lors des conditions hivernales, il est possible d'aider les oiseaux en plaçant des mangeoires dans votre environnement.

- Pour vous permettre de créer votre aire de nourrissage, la LPO propose une gamme complète de mangeoires et de distributeurs qui ont prouvé leur efficacité.

- A poser ou à suspendre, du système le plus simple comme les trémies, en passant par les silos à perchoirs ou encore les distributeurs spécifiques pour boules de graisse, ou pour cacahuètes, l'ensemble de ces modèles, installés à bon escient, permettront d'attirer un grand nombre d'espèces au jardin.

*Attention ! Faites bien attention à ne pas accrocher à une branche les boules de graisse directement avec leur filet. Chaque hiver, de petits oiseaux s'emmêlent les pattes dans ces filets plastiques mortels. Il ne faut donc pas faire l'économie d'un distributeur de graines ou de boules de graisse...*

- Il convient de distribuer la nourriture régulièrement. Evitez que les oiseaux gaspillent leur énergie en visitant des mangeoires vides, une fois le nourrissage commencé, il faut le poursuivre.

- Dans les mangeoires, quand la température est supérieure à 7°, les salmonelles se développent très vite. Il faut donc procéder régulièrement au nettoyage pour éviter les souillures, notamment pour les mangeoires (*surtout les mangeoires à plateaux*) qui permettent aux oiseaux de monter sur les graines. En effet les oiseaux peuvent contaminer la nourriture par leurs fientes et se transmettre ainsi des maladies (*nous recevons souvent des appels nous relatant des épidémies à proximité des mangeoires*)

- Veiller aussi à ce que les oiseaux aient de l'eau disponible et veiller aussi à la propreté des abreuvoirs. L'eau naturelle étant souvent inaccessible à cause du gel, un apport régulier est nécessaire.

- Placer les mangeoires au centre du jardin, dans un endroit dégagé, éloigné des murs, buissons et branches latérales afin d'éviter l'accès aux prédateurs (chats !). Variez les types de mangeoires pour accueillir différentes espèces et espacez les pour limiter les risques de maladies.

### > Au menu des mangeoires

Les graines de tournesol sont appréciées par de nombreuses espèces et particulièrement par les mésanges. Les plus petits oiseaux comme par exemple le rouge gorge, l'accenteur mouchet se nourrissent souvent de miettes sous les mangeoires mais vous pouvez aussi leur offrir d'autres types de graines, des boules ou des pains de graisse d'insectes.

#### - **Les meilleurs aliments :**

- Privilégiez plutôt les graisses d'origine végétale, si possible à base d'huile de colza.

- Mélange de graines : le mélange optimal reste composé de tournesol noir, cacahuètes non salées et maïs concassé ;

- Pain de graisse végétale mélangé avec des graines, fruits rouges ou insectes ;

- Graines de tournesol (non grillées et non salées), si possible non striées, les graines noires sont meilleures et plus riches en lipides ;

- Cacahuètes, amandes, noix, noisettes et maïs concassés (non grillés et non salés) ;

- Petites graines de millet ou d'avoine ;
- Fruits décomposés (pomme, poire flétrie, raisin).

**- Les aliments à donner en très petites quantités seulement :**

- Lard, suif, saindoux, margarine, végétaline ;
- Pâtée pour chat ou chien, excellent substitut aux insectes ou vers;
- Croûtes de fromage (souvent trop salée) ;
- Miettes de pain, biscottes ou gâteaux ;
- Pomme de terre, pâtes ou riz cuits.

**- Les aliments à ne pas donner :**

- Biscottes, pain sec, noix de coco desséchée, riz cru et restes de pâtisseries ;
- Le lait qui n'est pas digéré par les oiseaux (seuls les dérivés cuits comme le fromage le sont) ;
- Les larves de mouches (asticots) qui risquent de perforer l'estomac ;
- Les graines de ricin ou lin qui sont toxiques pour les oiseaux.

**NB:** Pour vos mangeoires, vos graines, vous pouvez soit commander directement à la boutique LPO (<http://www.lpo-boutique.com/catalogue>) , soit passer par la LPO Ille-et-Vilaine car grâce à nos achats groupés, vous pourrez ainsi économiser les frais de port.

**> Les visiteurs des mangeoires**

Au delà de l'aide apportée aux oiseaux, la mangeoire est aussi un excellent outil pour une observation prolongée et pour parfaire sa connaissance des oiseaux et sensibiliser les plus petits (*Plus d'informations sur notre site web*) à la vie sauvage.

Parmi les espèces que vous pourrez observer on notera :

- La mésange charbonnière et la mésange bleue (*sans doute l'oiseau qui fréquente le plus les mangeoires*); le pinson des arbres; le pinson du nord (*migrateur, uniquement présent en hiver en Bretagne*) ; le verdier d'europe, le tarin des aulnes ; le gros bec casse-noyaux; le rouge-gorge familier; la sitelle torchepot; le pic épeiche; le moineau domestique; l'étourneau sansonnet; le chardonneret élégant..