🌻 Nourrir

Comment nourrir les oiseaux du jardin en hiver sans leur nuire

Quand le froid s'installe, voir les mésanges et les rouges-gorges revenir à la mangeoire est un vrai plaisir. Bien fait, le nourrissage les aide à passer les périodes difficiles. Mal fait, il peut les rendre malades ou les mettre en danger. Ce guide rassemble les conseils publiés par la LPO (nationale et régionales) et par la Ligue royale belge pour la protection des oiseaux, pour vous aider à nourrir les oiseaux de votre jardin ou de votre balcon en toute sérénité.

Quand commencer et quand arrêter de nourrir les oiseaux

Toutes ces associations s'accordent sur un point : le nourrissage est une **aide d'hiver**. La LPO nationale préconise une aide hivernale de novembre à mars environ, et déconseille de nourrir pendant la période de reproduction, au printemps et en été. Les fiches régionales donnent des dates un peu différentes : la LPO Occitanie parle de la mi-novembre à la fin mars, la LPO PACA (groupe Littoral Ouest Varois) de commencer en novembre et d'arrêter progressivement vers mars, une fois les beaux jours installés. Retenez donc l'idée générale plutôt qu'une date précise : on commence avec les premiers vrais froids, on arrête quand la douceur revient pour de bon.

Pourquoi ne pas nourrir au printemps et en été ? Selon la LPO Occitanie, à cette saison de nombreux oiseaux se nourrissent d'insectes, et les jeunes doivent apprendre à trouver seuls leur nourriture. La LPO PACA ajoute que nourrir par temps chaud peut favoriser la propagation de maladies comme la salmonellose.

Deux conseils pratiques pour l'hiver :

- **Soyez régulier.** Une fois que vous avez commencé, nourrissez chaque jour : les oiseaux apprennent vos horaires et comptent sur ce point de nourriture.
- **Remplissez le matin.** Par temps de neige ou de gel, la LPO conseille un second remplissage en fin d'après-midi.

Enfin, ne donnez pas trop à la fois : la nourriture qui s'accumule moisit et favorise les maladies.

Quoi donner aux oiseaux du jardin

La base recommandée par la LPO est simple : **graines de tournesol noir**, **cacahuètes fraîches non grillées et non salées**, **maïs concassé**. Le tournesol noir est préféré au tournesol strié parce qu'il est plus riche en matières grasses. Pour le détail des graines, consultez notre guide quelles graines pour les oiseaux.

Les fiches de la LPO citent aussi :

- **des fruits secs non grillés et non salés** : amandes, noix, noisettes ;
- **des petites graines** (millet, avoine), indispensables aux passereaux à bec fin comme le rouge-gorge et l'accenteur mouchet selon la LPO PACA ;
- **des fruits** : pommes et poires bien mûres, raisins secs, que les merles et les grives apprécient ;
- **des graisses végétales**, de préférence à base d'huile de colza et sans huile de palme, nature ou mélangées à des graines.

Variez les aliments et les types de mangeoires : vous accueillerez ainsi plus d'espèces différentes.

Graines de tournesol noir : la graine la plus polyvalente pour la mangeoire.
🛒 **Voir sur Amazon**

Ce qu'il ne faut jamais donner : pain, lait et autres pièges

Certains gestes partent d'une bonne intention mais font du tort aux oiseaux.

- **Le pain.** La LPO nationale demande de l'éviter absolument : il contient trop de sel, il gonfle dans l'estomac, et il rend les oiseaux dépendants des humains. Il est aussi associé aux « ailes d'ange », une déformation des ailes. La Ligue royale belge pour la protection des oiseaux le déconseille également. Notez qu'une ancienne fiche de la LPO Occitanie tolère encore quelques miettes en petite quantité : dans le doute, suivez la recommandation la plus prudente et n'en donnez pas.
- **Le lait.** « Ne donnez jamais de lait aux oiseaux », écrit la LPO Occitanie : il peut provoquer des troubles digestifs mortels.
- **Tout ce qui est salé** : cacahuètes salées ou grillées, restes de repas, croûtes de fromage.
- **Les mélanges bon marché** qui contiennent des pois, des lentilles ou du riz, ainsi que les biscuits, y compris ceux pour chiens et chats.

- **La nourriture moisie ou avariée**, et les restes de graines de l'hiver précédent mal conservés.
- **L'huile de palme**, que la LPO déconseille parce qu'elle contribue à la déforestation.

La LPO PACA ajoute à cette liste la noix de coco séchée et les biscottes (qui gonflent), les asticots, ainsi que les graines de lin et de ricin, jugées toxiques.

Le tableau des aliments : pour qui, et à éviter ou pas

Ce tableau résume les fiches de la LPO nationale, de la LPO Occitanie et de la LPO PACA.

Aliment	Pour quels oiseaux	À donner ou à éviter
Graines de tournesol noir	La plupart des oiseaux de la mangeoire (mésanges, pinsons, verdiers…)	À donner : base du nourrissage
Cacahuètes non grillées, non salées	Oiseaux de mangeoire, en complément	À donner, jamais salées ni grillées
Maïs concassé	Oiseaux granivores	À donner, dans un mélange
Millet, avoine	Passereaux à bec fin : rouge-gorge, accenteur mouchet	À donner
Pommes, poires mûres, raisins secs	Merles, grives	À donner
Graisse végétale (sans huile de palme)	Mésanges et oiseaux insectivores	À donner, sans filet plastique
Vers de farine	Insectivores : rouge-gorge, accenteur, troglodyte, roitelets	À donner (cité par la LPO PACA)
Pain, biscottes	Aucun	À éviter : trop salé, gonfle dans l'estomac
Lait	Aucun	À éviter : troubles digestifs parfois mortels
Aliments salés, restes de repas	Aucun	À éviter
Mélanges avec pois, lentilles, riz	Aucun	À éviter
Graines de lin ou de ricin	Aucun	À éviter : toxiques selon la LPO PACA

Boules de graisse : attention aux filets

Les boules de graisse apportent beaucoup d'énergie aux mésanges et aux autres petits insectivores en hiver. Le danger vient souvent de leur emballage. La Ligue royale belge pour la protection des oiseaux conseille d'éviter les boules de graisse vendues avec un filet en plastique : les oiseaux peuvent s'y prendre les pattes et se blesser gravement. La LPO déconseille aussi d'emballer les boules dans des filets à agrumes, pour la même raison.

La bonne solution : acheter des boules **sans filet** et les placer dans un support grillagé prévu pour cela, ou les fabriquer vous-même. La LPO propose une recette simple : de la graisse végétale non salée et sans huile de palme, mélangée à des graines de tournesol noir, des flocons d'avoine, des raisins secs et des noix, puis mise au frais quelques heures pour qu'elle durcisse. Vous pouvez passer une ficelle au travers avant qu'elle ne prenne, ou enduire une pomme de pin du même mélange.

Boules de graisse sans filet : 🛒 **Voir sur Amazon**

Support pour boules de graisse : 🛒 **Voir sur Amazon**

De l'eau à disposition, même en hiver

L'eau est aussi importante que la nourriture : les oiseaux en ont besoin pour boire et pour entretenir leur plumage. La LPO conseille de placer un point d'eau près des mangeoires et de le renouveler régulièrement (chaque jour selon la LPO PACA).

La Ligue royale belge pour la protection des oiseaux donne des conseils précis :

- choisissez un récipient large et peu profond, d'environ 3 à 4 cm de profondeur, pour éviter les noyades ;
- n'ajoutez jamais de sel, d'huile ou d'antigel dans l'eau ;
- par grand froid, cassez la glace qui se forme ;
- par grand froid, vous pouvez couvrir l'abreuvoir d'un grillage à mailles moyennes : les oiseaux peuvent boire sans se baigner et risquer de geler.

Abreuvoir pour oiseaux : 🛒 **Voir sur Amazon**

Où placer la mangeoire : chats et vitres

Un bon emplacement protège les oiseaux de leurs deux principaux dangers au jardin : les chats et les vitres.

- **Un endroit dégagé**, pour que les oiseaux voient arriver un prédateur, mais avec des arbres ou des perchoirs en hauteur à proximité pour se poser.
- **Contre les chats** : la Ligue royale belge conseille de placer les mangeoires en hauteur, suspendues à une branche ou sur un poteau muni d'un entonnoir retourné (en métal ou en plastique) qui empêche de grimper.
- **Loin des fenêtres et des baies vitrées**, pour limiter les collisions lors des envols brusques, conseille la LPO.
- **Abrité des intempéries** et si possible ensoleillé.
- **Plusieurs petits points de nourrissage** plutôt qu'un seul : moins de bagarres et moins de concentration d'oiseaux, donc moins de risques de maladie.

Si des oiseaux heurtent tout de même vos vitres, la LPO Aveyron précise que les silhouettes de rapaces ne sont pas efficaces : les oiseaux n'y voient pas un prédateur. Il vaut mieux poser des autocollants en laissant au plus une largeur de paume (environ 15 cm) entre eux.

Hygiène et nettoyage des mangeoires

C'est le point le plus important, et le plus souvent oublié. Les mangeoires rassemblent beaucoup d'oiseaux au même endroit, et leurs fientes peuvent contaminer la nourriture et l'eau. La LPO cite plusieurs maladies liées aux mangeoires :

- **la salmonellose**, due à une bactérie, transmise par la nourriture ou l'eau souillées par les fientes. Les verdiers et les tarins des aulnes y sont les plus sensibles. Elle peut aussi toucher les animaux domestiques et l'être humain ;
- **la trichomonose**, due à un parasite, qui touche d'abord les pigeons et les tourterelles, et parfois les pinsons et les verdiers ;
- **la variole aviaire**, d'origine virale, qui provoque des pustules autour des yeux, du bec et des pattes.

À quelle fréquence nettoyer ? Les fiches de la LPO ne donnent pas toutes le même rythme. La fiche nationale sur le nourrissage conseille un nettoyage une fois par semaine. Les LPO Occitanie et PACA recommandent de nettoyer les mangeoires plateaux chaque jour et les autres chaque semaine. La fiche nationale sur les maladies évoque, elle, une désinfection

idéalement 2 à 3 fois par hiver, avec une attention particulière au moment du dégel. En pratique : enlevez les fientes et les restes souvent, et désinfectez plusieurs fois dans l'hiver.

Comment nettoyer ?

- nettoyez à l'extérieur, jamais dans la cuisine, et portez des gants ;
- brossez d'abord les fientes et les restes avec une brosse, un grattoir ou un goupillon ;
- lavez au savon de Marseille ou au savon noir, ou désinfectez avec de l'eau de Javel diluée dans de l'eau froide ;
- rincez abondamment à l'eau claire et laissez sécher ;
- lavez-vous toujours les mains au savon après.

Pensez aussi à déplacer la mangeoire une ou deux fois dans l'hiver, pour éviter l'accumulation de fientes au sol en dessous.

Si vous voyez des oiseaux malades (oiseaux apathiques, au plumage ébouriffé, aux paupières gonflées) : arrêtez immédiatement le nourrissage, videz tous les points d'eau et de nourriture et désinfectez-les. La LPO nationale recommande d'arrêter pendant 4 semaines, pour que les oiseaux se dispersent ; une fiche plus ancienne de la LPO Alsace parlait d'au moins 10 à 15 jours. La durée la plus longue est la plus prudente. Si vous trouvez 3 oiseaux morts ou plus au même endroit, ne les touchez pas et contactez le service départemental de l'Office français de la biodiversité.

Les types de mangeoires

Chaque modèle a ses avantages. La LPO nationale conseille de préférer les mangeoires verticales et sélectives aux plateaux, et de multiplier les points de nourrissage.

- **La mangeoire plateau** attire beaucoup d'espèces, mais c'est la plus délicate en matière d'hygiène : les oiseaux marchent dans la nourriture, et la LPO soupçonne les plateaux de favoriser la salmonellose et la trichomonose. Si vous en utilisez une, choisissez-la avec un toit, des bords bas et des trous d'évacuation pour l'eau, et nettoyez-la chaque jour.
- **La mangeoire silo** (ou distributeur) délivre les graines au fur et à mesure et les garde au sec. La LPO Occitanie la juge bien adaptée au tournesol noir et au niger.
- **Le support à boules de graisse**, en grillage, remplace avantageusement les filets plastique.

- **La mangeoire connectée** est un modèle équipé d'une caméra qui permet de voir et de photographier vos visiteurs depuis votre téléphone. Elle suit exactement les mêmes règles de nourriture, d'emplacement et d'hygiène que les autres. Pour bien la choisir, lisez notre guide comment choisir une mangeoire connectée.

Mangeoire silo : 🛒 **Voir sur Amazon**

Mangeoire plateau avec toit : 🛒 **Voir sur Amazon**

Mangeoire connectée avec caméra : 🛒 **Voir sur Amazon**

Aller plus loin : un jardin accueillant toute l'année

La LPO le rappelle : la meilleure aide reste un jardin riche en nourriture naturelle. Plantez des espèces locales à fleurs et à fruits, diversifiez les haies et les arbustes, supprimez les pesticides, ne taillez pas les haies de mars à août et tondez haut, par parties. Au printemps, quand vous rangez les mangeoires, un nichoir prend le relais : voyez notre guide pour installer un nichoir.

Et si vous aimez observer vos visiteurs, le programme de sciences participatives BirdLab, relayé par la LPO, vous propose de noter les oiseaux de deux mangeoires de novembre à mars : une belle façon de rendre votre nourrissage utile à la recherche.