

# Rustica

Le magazine n°1 du jardinage au naturel

## RECETTES



Le miel de montagne, de la douceur dans les plats

## JARDIN OMBRAGÉ

8 fougères rustiques et décoratives

## MAISON

Un chauffage électrique performant

## ARBRES FRUITIERS

# OBTENIR DES RÉCOLTES PLUS ABONDANTES

- \* Identifier les causes d'un manque de fruits
- \* Les conseils pour favoriser la mise à fruits

Du 14 au 20 novembre 2025 **CPPAP**  
L 11850 - 2916 S - F: 2,90 € - RD



# VOTRE ALLIÉ AU JARDIN

**Rustica PRATIQUE**  
NOUVELLE FORMULE  
MIEUX VIVRE AU JARDIN ET À LA MAISON



**Planter en automne, c'est économique!**

- Tous les conseils pour une reprise assurée des fleurs, grimpantes et arbustes
- Notre choix des meilleures variétés et comment bien les entretenir

**CAHIER SPÉCIAL PROTÉGER SES PLANTES DU FROID**  
15 pages



**CULTIVER ÉPINARDS et compagnie**



**CUISINER LE CANARD**  
Régalez-vous avec magrets, rôtis, confits...



**BIEN-ÊTRE ET FORME**  
Les bienfaits des différentes farines



L 16012 - 56 - F: 5,90 € - RD



CPPAP

En vente dans votre rayon presse  
et sur [www.laboutiquejardinmaison.fr](http://www.laboutiquejardinmaison.fr)



Ou scannez ce QR code

**124**  
**PAGES**  
DE CONSEILS



## ÉDITO

Vous êtes nombreux à nous écrire pour nous demander pourquoi vos arbres fruitiers n'ont pas produit de fruits ou seulement en quantité très limitée. Les conditions nécessaires pour obtenir une mise à fruits abondante et régulière chaque année sont multiples. Nous les détaillons dans notre dossier. Dans certaines situations, comme une météo défavorable au moment de la floraison et de la mise à fruits, il n'y aura pas grand-chose à faire. Mais dans d'autres, vous pouvez agir dès maintenant. En effet, la variété qui a été plantée n'est peut-être pas adaptée au microclimat de votre jardin ou aucune autre variété n'est installée à proximité afin de lui assurer une bonne pollinisation ou encore le sujet devient trop âgé. Dans tous les cas, il faut envisager la plantation d'un autre arbre fruitier et l'automne est la meilleure période pour le faire. **Alain Delavie**



9



20



30

## SOMMAIRE

### 4 ACTUALITÉS

### 8 RENDEZ-VOUS AVEC L'EXCELLENCE

### 9 À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

**Potager** ● J'entretiens les tuteurs

● Je blanchis le céleri branche

**Plantes d'intérieur** ● J'hiverné le

clivia ● Je traite contre les cochenilles

farineuses ● **Fruits** ● Je récolte les

kakis ● Je bouture l'olivier

### 20 DOSSIER : vive la diversité au verger !

● Profitez de pleins paniers de fruits en multipliant les variétés

### 26 DEMAIN AU JARDIN

Les fougères

### 30 EN CUISINE CETTE SEMAINE

● Le miel de montagne

● Vos menus de la semaine

● 7 recettes de saison

### 34 BIEN-ÊTRE

Santé oculaire au quotidien

### 35 VIE PRATIQUE

La terre de diatomée

### 36 DOSSIER CHAUFFAGE

● Douce chaleur à l'électricité sans se ruiner

### 41 ANIMAUX

Histoires d'hibernation

### 42 TERROIR

La réserve naturelle de la Seine champenoise

### 43 AGENDA

### 44 L'INVITÉE DE LA SEMAINE

Laurence Vesper

### 46 COURRIER

### 50 JEUX



Dans le cadre de la loi sur l'économie circulaire, nos magazines sont imprimés avec des encres "blanches".

**ABONNEZ-VOUS VITE ! RENDEZ-VOUS p. 39**

Photos couverture : Shutterstock (dossier : Obtenir des récoltes plus abondantes) - Shutterstock (Vignette : mousse exotique et granola au miel).  
Ce numéro comporte un encart Almanach broché à l'intérieur sur l'ensemble des exemplaires abonnés.



Le sous-préfet de Montluçon, Laurent Alaton, entre Arnaud Delbard et Sandrine Kiberlain.

## La rose fait son cinéma

Pour ses 90 ans, Delbard associe élégance et émotion : une rose au nom de l'actrice Sandrine Kiberlain voit le jour.

Le 5 septembre, les pépinières et roseraies Georges-Delbard ont fêté leurs 90 ans, à Malicorne (Allier), en présence de 300 invités. Moment fort : le baptême d'une rose au nom de Sandrine Kiberlain. Avec cette nouvelle variété, Delbard inscrit pour la première fois une actrice au cœur de son patrimoine floral. Cette rose se distingue par son feuillage vert foncé et des fleurs d'un rose tendre et lumineux. Son parfum, intense, mêle notes de citronnelle et d'agrumes. Remontant, l'arbuste

atteint 1 m de hauteur, fleurit généreusement de mai à octobre et est rustique jusqu'à -20 °C. En 2024, il a déjà remporté, en Espagne, la Médaille du parfum et la 2<sup>e</sup> place au Prix de la meilleure variété floribunda-multiflora ; cette année, en Italie, une 3<sup>e</sup> place dans la catégorie floribunda, ainsi que la Coupe du parfum en Suisse. L'actrice a accueilli ce geste comme un cadeau inestimable : "Si je devais me réincarner, ce serait en rosier." Elle dit reconnaître dans cette variété sa simplicité, sa fraîcheur et sa joie communicative.

## FRANCE : CULTURE DU CONGÉLO

Les produits surgelés ont la cote en France et en Europe. Selon une étude de Nomad Foods, maison mère de Findus, ils séduisent par leur praticité, leur rôle dans la réduction du gaspillage alimentaire et leur coût accessible. En France, 38 % des sondés en consomment deux à quatre fois par semaine (la fréquence est de 34 % pour les 18-24 ans) et près de la moitié apprécie de cuisiner des produits en dehors de leur saison de production. Sept Français sur dix reconnaissent désormais leurs atouts nutritionnels. Les appareils de cuisson nouvelle génération, l'essor du *batch cooking* – préparation d'un seul coup (*batch*) de plats à servir les jours suivants – et l'influence du réseau social TikTok renforcent cette tendance. Enfin, 61 % des Français jugent leur congélateur indispensable, même si le manque d'espace demeure un frein.

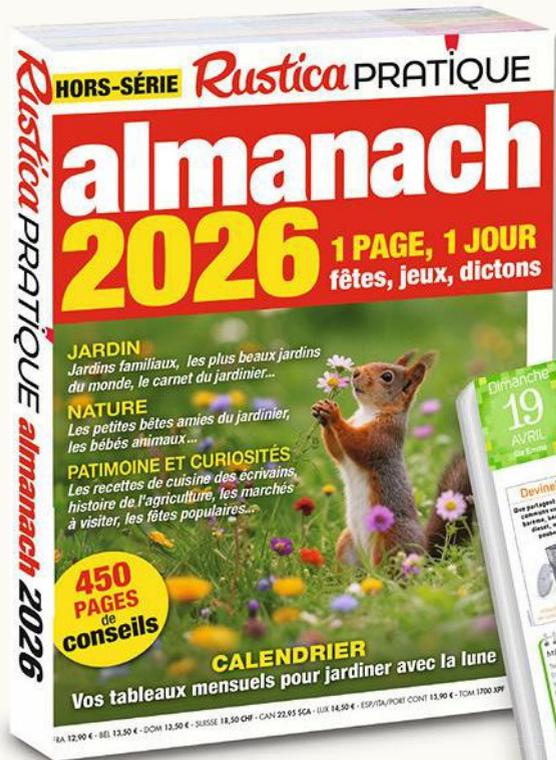


## LA RELÈVE DU JARDIN

L'École supérieure de jardin, créée en mai 2025, a accueilli en septembre ses premiers étudiants dans l'enceinte du Potager du roi à Versailles (78). Elle vise à former des maîtres jardiniers et à replacer ce métier au cœur des grands enjeux environnementaux, patrimoniaux et sociétaux. Elle propose en outre un cursus de concepteur et créateur de jardin. Le projet, porté par Alexandra Bonnet, directrice de l'École supérieure de paysage de Versailles, répond également à un déficit de formations qualifiantes. Dix futurs maîtres jardiniers (en photo, avec Alexandra Bonnet) ont été sélectionnés par une commission présidée par Alain Baraton. Le cursus associe théorie et pratique sur des sites prestigieux. Il est complété par deux voyages d'études, en Creuse avec Gilles Clément puis à la Villa Médicis, à Rome (Italie). Cette formation est placée sous la tutelle du ministère de l'Agriculture.

# 365 ASTUCES

## Pour vous étonner chaque jour !



**12,90€**  
SEULEMENT



Nature & jardin



Loisirs & jeux



Patrimoine



Cuisine



Maison  
& vie pratique



### BON DE COMMANDE

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :

Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex

**OU**



0 806 000 465

Service gratuit  
\* prix appel

indiquez le code **PRUAL2916T**



Par internet sur [abo.rustica.fr/PRUAL2916](http://abo.rustica.fr/PRUAL2916)

**OUI, JE COMMANDE 1 exemplaire de l'ALMANACH RUSTICA 2026 au prix de**

**12,90€**

(+4 € de frais de port) = **16,90€**

PRUAL2916

Mes coordonnées : M  Mme

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :  Ville :

Tél. fixe :  Mobile :

E - mail :

**Oui**, Je souhaite recevoir les newsletters du site Rustica.fr et les meilleures offres du moment.

**Oui**, Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica.

**OU SCANNEZ ce QR code**

Pour commander votre Almanach Rustica 2026 Scannez ce QR Code



# Vos actualités

*L'alternance de sécheresse et de réhydratation du sol met le bâti à rude épreuve.*



## COUP DE POUCE CONTRE LES FISSURES

Quand il fait trop sec, l'argile du sol se rétracte, quand il pleut, il gonfle. Résultat : le bâti bouge, les murs se lézardent... Ce phénomène de retrait-gonflement des sols argileux est aggravé par le changement climatique. Le gouvernement a annoncé, le 9 septembre 2025, le lancement d'une expérimentation pour soutenir financièrement les propriétaires d'habitations fissurées. Le dispositif prévoit de financer jusqu'à 90 % des diagnostics de vulnérabilité, plafonnés à 2 000 €, ainsi que l'accompagnement et les travaux préventifs, avec un plafond pouvant atteindre 15 000 € selon les ressources des bénéficiaires. L'objectif est de limiter les dommages structurels liés aux sols argileux, de réduire les coûts futurs de réparation et d'encourager une prévention active dans les zones les plus exposées. Onze départements pilotes, dont l'Allier, le Nord et le Tarn, sont concernés par cette phase test, qui a débuté en octobre 2025. Trois millions de maisons sont exposées à ce risque et les coûts de réparation représentent la principale charge du régime d'indemnisation des catastrophes naturelles, selon le ministère de la Transition écologique.

SHUTTERSTOCK

## SENIORS SOUS CANICULE

Entre le 8 et le 19 août 2025, la seconde canicule de l'été a entraîné au moins 280 décès supplémentaires en France, soit un surcroît de 5 %, selon Santé publique France. Cette mortalité a concerné les personnes âgées de 75 ans et plus. Les régions les plus touchées sont la Nouvelle-Aquitaine et la Provence-Alpes-Côte d'Azur (90 décès de plus). Ces chiffres sont basés sur les données de mortalité toutes causes confondues, fournies par l'Insee, comparées aux six années précédentes. Bien que le lien direct avec la canicule ne soit pas encore avéré, l'agence sanitaire insiste sur l'importance de mesures préventives alors que les épisodes de fortes chaleurs se multiplient sous l'effet du réchauffement climatique.

## HOMMES ET BÊTES : EFFET DE TAILLE

La taille des animaux domestiques croît tandis que celle des bêtes sauvages diminue du fait de l'influence de l'homme. C'est ce que révèle une étude parue dans la revue *PNAS*, parue en septembre 2025. Et cette évolution morphologique s'est intensifiée depuis 1 000 ans. Les chercheurs du Centre national de la recherche scientifique (CNRS) ont analysé plus de 80 000 ossements provenant de 311 sites archéologiques du sud de la France, comparant moutons, chèvres, cochons, vaches, poules et lapins avec des cerfs, lièvres et renards. Pendant les 7 000 années précédentes, la taille de ces animaux évoluait de façon parallèle, influencée par les changements environnementaux et climatiques. Mais à partir du Moyen Âge, les premiers augmentent en taille sous l'effet d'une sélection accrue et de pratiques agricoles orientées vers la productivité, tandis que les animaux sauvages rétrécissent en raison de la chasse, de la raréfaction des forêts et de la fragmentation progressive de leur habitat naturel.



*Depuis le Moyen Âge, sous l'action de l'homme, les animaux domestiques sont plus grands.*

D. BELFINO/REXUSPHOTO

# BricoThèmes

Tous vos projets de A à Z

**OUTILLAGE**  
Cloueuses  
Tronçonneuses  
Gonfleurs  
Testés par nos  
spécialistes



**DOSSIER**  
50 PAGES

**UNE PIÈCE EN PLUS**

## AMÉNAGER LES COMBLES

- Modifier la **charpente** ■ Installer une **fenêtre de toiture**
- Poser un **escalier** ■ Isoler les **rampants...** Toutes les étapes pour rendre l'espace sous toiture habitable

### MEUBLES À FAIRE SOI-MÊME

- Un bureau XXL ■ Un placard sous rampant ■ Un établi avec placards et évier ■ Un meuble sous un escalier



Rustica S.A.

CPPAP

L 19365 - 62 - F: 7,90 € - RD



### REPORTAGES

- La métamorphose d'une grange
- Un portail en métal et bois composite



En vente dans votre rayon presse  
et sur [www.laboutiquejardinmaison.fr](http://www.laboutiquejardinmaison.fr)



Ou scannez ce QR code

**124**  
**PAGES**  
DE CONSEILS

# Rendez-vous avec l'excellence

À Chaumont-sur-Loire, les créations des plus grands artistes floraux ont enflammé les salles historiques.



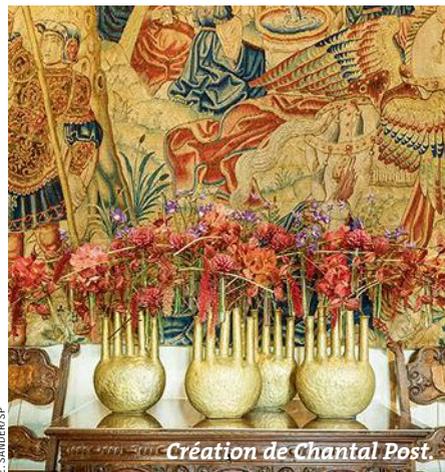
Benoît Barbin (salon).



Clarisse Béraud (salle des gardes).



Charline Pritscaloff (salle à manger).



Création de Chantal Post.



Gil Boyard (salle du conseil).

## Jeunes talents

En ouverture de Quand fleurir est un art, s'est déroulée la Coupe de France 2025 des fleuristes. Du vendredi 3 au dimanche 5 octobre, huit candidats, issus de sélections locales ou de compétitions nationales, ont concouru. Leurs créations ont été présentées au jury dans les écuries du château. Au programme, deux épreuves libres et trois thèmes imposés (épreuve de l'accessoire, du décor de table

et du bouquet). Guillaume Lecas a remporté l'or (à droite), Anaïs Boutserin l'argent (à gauche) et Laura La-Manna, le bronze (au centre).



HAVE ME PRODUCTIONS POUR LA FFA/SP

## QUAND FLEURIR EST UN ART CONQUIERT LE CHÂTEAU

**D**u 4 au 12 octobre 2025, le domaine de Chaumont-sur-Loire (41), Centre d'arts et de nature, a accueilli Quand fleurir est un art, à l'invitation de Chantal Colleu-Dumond, directrice du lieu. Des fleuristes et artistes décorateurs de renom ont métamorphosé les plus belles pièces de la demeure du prince et de la princesse de Broglie, eux-mêmes férus d'art, de fleurs et autres plantes. Des artistes français, Charline Pritscaloff, Frédéric Dupré, Gil Boyard, Dylan Decamp (détenteurs du titre de Meilleur Ouvrier de France), Benoît Barbin, Clarisse Béraud, mais aussi étrangers,

comme Chantal Post (Belgique), Petra Konrad et Nicolaus Peters (Allemagne) ont mis leur savoir-faire au service de la beauté, tout en s'inspirant de l'esprit des lieux. Des créations contemporaines, spectaculaires et poétiques ont été installées le temps de la manifestation, passée de trois jours en 2019 à neuf jours actuellement. Venus en grand nombre, les visiteurs de cette 7<sup>e</sup> édition ont suivi des ateliers d'art floral assurés par Charline Pritscaloff dans le cadre exceptionnel de l'hôtel Le Bois des chambres jouxtant le domaine. Ils sont repartis avec leurs propres créations.

# À FAIRE AU JARDIN

## cette semaine

### C'EST D'ACTUALITÉ

Des maladies causées par des champignons (rouille, cloque, tavelure, moniliose) peuvent affecter les arbres fruitiers pendant leur période de végétation et de fructification. Dans ce cas, dès la chute des feuilles, **un traitement à la bouillie bordelaise s'impose**. Il permet de contrôler ces parasites et d'empêcher leur propagation. Sans cette précaution, une forte infestation est à redouter au printemps. Complétez cette application par un nettoyage, qui consiste à éliminer les feuilles tombées contaminées ainsi que les fruits momifiés restés accrochés à l'arbre ou sur le sol. **Alain Delavie**



*Pulvérisation de bouillie bordelaise sur un prunier.*

C. NICHEZ/ARISTIC/JARDIN LES BRULÉS



*Préparation d'un traitement au sulfate de cuivre.*

A. PETZOLD/ARISTICA/PHOTAGER DE LA BOURGOGNE



*Ratissage des feuilles mortes sous un arbre fruitier.*

J.-M. GROUILLAT/PHOTO

## TUTEURS BONS POUR LE SERVICE

La saison des haricots rames et des tomates est finie, mais pas celle des tuteurs qui les soutenaient. Bien entretenus, ils dureront plusieurs années.

Qu'ils soient en bois, en bambou, en plastique ou en acier, **les tuteurs doivent être nettoyés, puis remis.** Commencez par les arracher, puis frottez-les pour les débarrasser de leurs résidus de culture. Ôtez la terre qui macule le bas de ces supports et les liens qui ont pu servir à attacher des plants. Pour les conserver en bon état, il est important de les placer dans un local adapté. Stockez-les à l'abri de l'humidité. Si ces tuteurs ont été utilisés sur des cultures malades, désinfectez-les avec de la chaux ou une pulvérisation cuprique. Grâce à cet entretien effectué chaque année, les supports en bois issus de certaines essences d'arbres, comme le châtaignier ou l'acacia, perdureront plusieurs années.



Arrachage des tuteurs à tomates.

É. BERENÇHE/RUSTICA/JARDIN DE CORBÈLLES

## La technique du bois brûlé

Pour protéger efficacement l'extrémité d'un support en bois au contact de la terre, brûlez cette partie à l'aide d'une

flamme. La surface du bois va se couvrir d'une couche noire, qui bloquera tout organisme susceptible de le dégrader.



F. MAIRE/RUSTICA/POTAGER DE JEAN-MARC

1

La terre qui a été au contact du sol contient des bactéries et champignons, qui vont abîmer le bois. Avec une lame, **grattez le tuteur** pour décoller la pellicule de bois qui pourrait contenir ces agents de dégradation. Cette opération permet aussi d'aiguiser la pointe du support, ce qui facilitera la future utilisation.



É. BERENÇHE/RUSTICA/POTAGER DE M. ARBAUD

2

Dans certains cas, il faut nettoyer et désinfecter les tuteurs. Préparez une eau dans laquelle vous ajouterez 20 % de vinaigre blanc, dose qui n'aura aucun effet néfaste sur l'environnement. **Brossez le support** avec cette préparation. Laissez-le bien sécher à l'air libre, puis stockez-le dans un abri sans humidité.



*Intervenez sur quelques pieds à la fois, selon vos besoins.*

NOUVEAU PHOTO

## CÉLERI BLANCHI SUR PIED

Pour être consommé, le céleri branche doit être blanchi. Le principe consiste à attendre ses pieds en les enveloppant dans un matériau opaque pour les priver de lumière. Opérez lors d'une journée sèche. Ramenez les tiges vers le centre de la plante, puis attachez-les avec une ficelle. **Entourez ensuite le pied d'un papier solide**, d'un carton ou d'une toile respirante, telle celle de jute. Récoltez-les après deux ou trois semaines.

## ET AUSSI...

**Surveiller** les légumes dans les silos. **Faire sécher** les poivrons. **Incorporer** du compost ou du fumier aux terres lourdes. **Protéger** ceux laissés en place à l'aide de paillis. **Repiquer** sous abri les laitues d'hiver comme 'Val d'Orge', 'Rougette de Montpellier' ou 'Brune d'hiver'. **Nettoyer** le potager après les récoltes. **Vérifier** l'état des récupérateurs d'eau. **Semer** sous abri les derniers épinards. **Désinfecter** les filets.

## CHOU : C'EST LE BOUQUET FINAL !

Planté en début d'été, le chou-fleur offre ses délicieuses sommités blanches à l'entrée de l'hiver.

Le stade idéal de récolte se situe à l'ouverture de ses grandes feuilles, appelées "bractées", lorsqu'elles laissent apparaître de jolies pommes volumineuses et bien compactes. Prélevez celles-ci sans attendre, car l'exposition au soleil les ferait jaunir. **À l'aide d'un couteau aiguisé, coupez la pomme du chou-fleur** sous les jeunes feuilles situées à la base de la fleur. Ces dernières peuvent tout à fait être consommées. Les restes de la plante, feuilles et tiges, sont des résidus bons pour le compost. Quant aux racines, laissez-les se décomposer dans le sol.

*Conservez les jeunes feuilles du chou-fleur, qui protègent le bouton floral.*



J.-M. GROULT/BIOSPOTO

## RÉGIME SEC POUR LE CLIVIA

*Robuste et indémodable, le clivia doit subir quelques privations pour préparer sa floraison printanière. Il faut souffrir pour être beau !*

**O**riginaire des forêts d'Afrique du Sud, le clivia (*C. miniata*) a besoin d'une période de dormance dès le mois novembre. **Placez-le dans une pièce fraîche**, même un peu sombre, à une température avoisinant les 10 °C, et réduisez drastiquement les arrosages. Une humidification légère de la motte une ou deux fois par mois suffit à préserver les racines tubéreuses de la plante. N'apportez aucun engrais pendant cette période et ne coupez pas les feuilles, retirez seulement celles qui sont jaunes. C'est en fin d'hiver ou au printemps, lorsque la hampe florale apparaîtra, que vous pourrez replacer votre clivia à la chaleur et reprendre des arrosages réguliers ainsi qu'un apport d'engrais tous les 15 jours.



*Rangées en éventail, les longues feuilles rubanées du clivia sont graphiques.*

F. BIDAULT/REBSPHOTO

### À température douce

Si vous ne disposez pas d'une pièce chauffée à 10 °C, placez le clivia dans un endroit frais et lumineux. Enfin,

réduisez les arrosages au minimum. Une période de repos, même à une température douce, reste la clef des fleurs !



VISIONS PICTURES/REBSPHOTO

En jardinerie, vous trouverez des clivias qui ont été forcés pour s'épanouir pendant les fêtes. Après la floraison, **coupez la hampe florale**, puis apportez de l'engrais et arrosez la plante comme en phase de croissance, jusqu'en mars. La période de repos interviendra ensuite.



F. STRAUSS/REBSPHOTO

Afin que le beau feuillage vert du clivia reste éclatant, enlevez la poussière régulièrement avec un chiffon humide. Surveillez l'apparition de cochenilles farineuses, qui s'installent généralement à la base de l'éventail. **Éliminez-les à la main avec un coton imbibé d'alcool.**



SHUTTERSTOCK

**Apportez de l'eau** en très faible quantité quand le substrat est sec en surface – attention aux pots ne disposant pas de trous de drainage ! Ne laissez pas l'eau stagner dans la soucoupe. Enfin, évitez de vaporiser le feuillage du clivia, car il apprécie les ambiances un peu sèches.

## ET AUSSI...

**Planter** et forcer des bulbes d'amaryllis. **Surveiller** les éventuelles attaques d'acariens et traiter si besoin. **Stopper** les arrosages des plantes grasses. **Passer** une éponge humide sur les feuillages des végétaux afin de retirer les poussières. **Vaporer** de l'eau non calcaire sur les plantes pour maintenir une bonne hygrométrie dans les pièces qui sont chauffées. **Rapprocher** les plantes des fenêtres et les éloigner des radiateurs.



*Bien à l'abri sous leur carapace cireuse, ces ennemies sont difficiles à combattre.*

SHUTTERSTOCK

## COCHENILLES ROULÉES DANS LA FARINE

*Profitant de la chaleur de nos maisons, les cochenilles farineuses colonisent les plantes pour sucer leur sève. Empêchez-les de nuire.*

**V**os végétaux sont envahis par des amas cotonneux collés aux feuilles et aux tiges ? Les intruses sont des cochenilles farineuses, **insectes-piqueurs recouverts d'un duvet blanc**, qui se repèrent heureusement facilement. Grâce à une inspection régulière de vos potées, vous les empêcherez d'envahir aussi le substrat. Elles se déplacent peu et passent

l'essentiel de leur vie fixées sur les plantes. Leur cycle de reproduction est rapide et les larves colonisent vite les pots voisins. Pour limiter leur propagation, il est conseillé de retirer manuellement les individus visibles et de traiter les plantes avec des solutions adaptées, comme une solution de savon noir additionnée d'huile végétale ou des insecticides doux.



SHUTTERSTOCK

Les cochenilles percent les tissus des plantes (comme ces orchidées) à l'aide de leur rostre pour aspirer la sève, provoquant jaunissement, déformation et chute des feuilles. **Elles excrètent des déjections sucrées**, appelées "miellat". Celui-ci favorise alors la fumagine, une moisissure noire qui entrave la photosynthèse.



SHUTTERSTOCK

Le substrat – même minéral comme celui des cactées – peut abriter des cochenilles. L'infestation repart souvent de là, même après nettoyage des parties aériennes. **Dépoter la plante** (ici, une fougère) s'avère salutaire. Rincez-les racines à l'eau tiède et frottez bien toutes les surfaces du pot avant de l'emplit d'un substrat sain.



SHUTTERSTOCK

Difficiles à atteindre, les cochenilles s'installent souvent **à la base d'une ramification ou à l'aisselle des feuilles** (ici d'un dracéna). Examinez celles-ci avant d'acheter une plante. Les végétaux à feuillage dense ou charnu sont les plus touchés : orchidées, succulentes, cactus, ficus et agrumes d'intérieur.

# FRUITS

*Les kakis se gardent quelques semaines au fruitier ou au réfrigérateur.*

## RÉCOLTER LES KAKIS

Fruits du plaqueminier, les kakis ont besoin de températures légèrement négatives (mais pas forcément d'une période de gel) pour être consommables. **Seule une baisse du mercure est capable d'ôter le goût astringent** de la plupart des variétés.

N'arrachez pas le pédoncule, mais coupez-le avec un sécateur. Préserver le calice permet ainsi au fruit d'être mieux conservé. Les fruits mous peuvent se congeler et être dégustés ensuite à la cuillère.

## Séchage nippon

La technique ancestrale japonaise du hoshigaki ("kaki séché") permet de conserver les fruits en les suspendant dans un endroit sec et ventilé. Ils se gardent ainsi plusieurs mois, en prenant une saveur douce et moelleuse.



V. QUÉANT/RUSTICA



*Le badigeon est assez collant pour adhérer au tronc et assez liquide pour s'y infiltrer.*

É. BRECKLE/RUSTICA

## BADIGEON POUR LES TRONCS

Le chaulage des troncs s'effectue hors période de gel et si aucune pluie n'est annoncée dans les 24 h qui suivent. Cette protection n'est nécessaire que sur les arbres d'un certain âge, dotés d'une écorce épaisse, mais sans intérêt sur les jeunes sujets à l'écorce lisse. Le but est de détruire les éventuels insectes venus s'abriter dans les craquelures des écorces.

**Appliquez le blanc arboricole avec un pinceau large**, en partant de la base des premières branches et descendez le long du tronc en insistant dans les fissures. Le chaulage est également utile pour protéger les troncs des écarts brutaux de températures pendant l'hiver. Une seconde application est possible au printemps.

## BOUTURAGE AISÉ DE L'OLIVIER

*Multipliez maintenant votre olivier en quelques gestes nets et précis. La méthode du bouturage est la plus pratiquée et la plus accessible.*

**L**es différentes variétés d'olivier sont difficilement reproductibles par semis de noyau, méthode qui ne donnerait pas des plants fidèles et homogènes. En outre, la germination est très capricieuse. Quant au greffage, il est peu pratiqué, si ce n'est dans le but de réaliser un changement variétal sur un arbre en place. Il est de loin préférable de bouturer l'olivier, technique la plus utilisée par les professionnels. **Le début de l'automne est une bonne période pour opérer.** À cette époque de l'année, des boutures ligneuses sont prélevées sur des rameaux de l'année – et non du bois âgé, à l'écorce grisée. La chaleur est un élément clé pour favoriser l'émission de racines, ainsi que de l'humidité et un substrat léger.



Placez vos boutures dans une miniserre.

E. BREINCLÉ/PRUSTICA-JARDIN DE M. DENIZET

### ET AUSSI...

**Brosser** les troncs et branches charpentières pour ôter mousses et lichens. **Prélever** les greffons des arbres fruitiers et les stocker en fagot dans la terre avant de les employer en mars. **Bouturer** les petits fruits, les noisetiers et la vigne. **Protéger** les sujets peu rustiques, figuiers ou feijoas, grâce à un voile d'hivernage. **Préparer** si nécessaire les trous de plantation. **Étaler** du bois raméal fragmenté au pied des arbres.



1

Prélevez de jeunes rameaux droits de 10 cm environ, développés de préférence dans le haut de la couronne. Coupez les feuilles de la base afin de dénuder la partie qui sera plantée et **réduisez la longueur des feuilles terminales** pour limiter l'évapotranspiration.



2

**Piquez les boutures** dans un substrat composé d'une base de terreau de feuilles et de matériaux drainants, comme la pouzzolane ou la vermiculite. Enfoncez la base des plants à au moins 5 cm de profondeur. Vous pouvez placer plusieurs boutures dans un seul contenant.



3

**Terminez par un arrosage** qui va permettre d'humidifier le substrat et d'y faire adhérer les boutures. Le substrat ne doit pas être saturé d'eau, mais maintenu humide. Vous placerez ensuite vos boutures sous abri et à l'étouffée, dans une miniserre ou sous cloche.

## INSTALLER LES ÉCHALOTES

Intervenez en lune descendante devant la Vierge.

**Les bonnes dates :** les 15, 16, 17 et 18 novembre.

**Quelles variétés :** en toutes régions, 'Griselle' ; sous un climat doux et en sol bien drainé, 'Biztro', 'Golden Gourmet', 'Hermine', 'Jermor', 'Longor', 'Melkior', 'Méloine', 'Mikor', 'Red Sun', 'Vigarmor'.

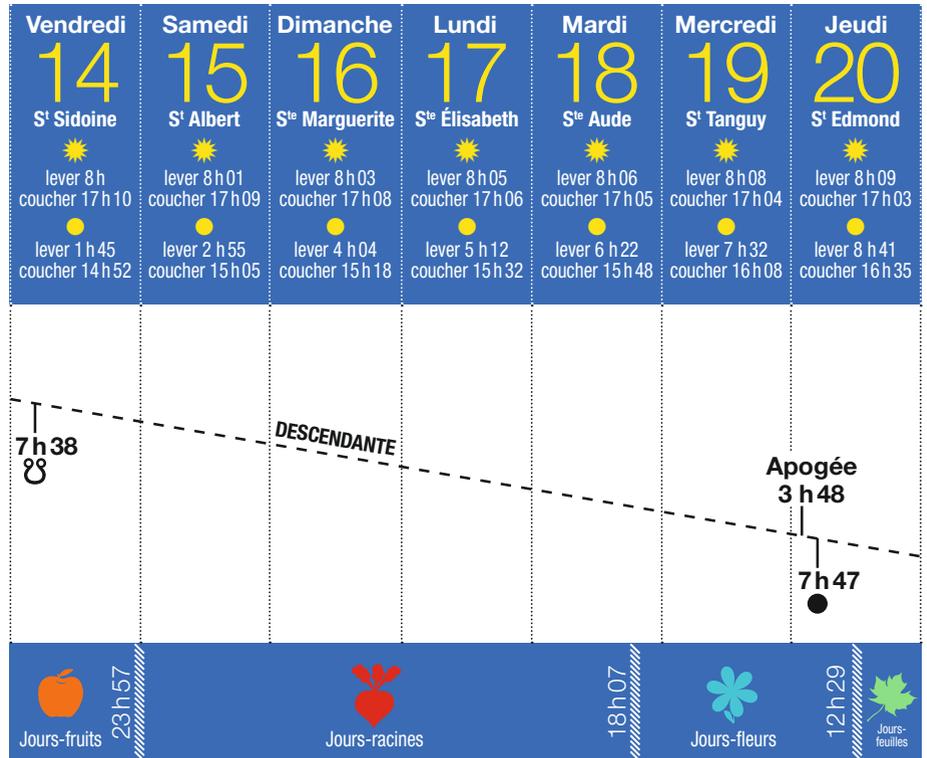
**Comment faire ?** Choisissez un emplacement qui n'a reçu aucune fumure depuis un an et qui n'a pas accueilli de plantes de la famille des Fabacées (fève, haricot, pois). Ameublissez bien la terre sur 30 cm de profondeur. Tirez un cordeau, puis enfoncez une échalote tous les 12 à 15 cm en laissant légèrement dépasser la pointe. Tassez ensuite à la main. En cette saison, il n'est pas nécessaire d'arroser. Espacez les rangs de 30 cm. Sachez que l'échalote 'Griselle' se conserve peu et ne se plante pas plus tard. En sol peu drainé, installez-la au sommet de rangs surélevés, de 25 cm de hauteur.



## VOTRE CALENDRIER LUNAIRE

"À la Saint-Albert, reste bien couvert."

**Ne jardinez pas 5 h avant et 5 h après le nœud lunaire descendant et l'apogée.**



NŒUD LUNAIRE  
DESCENDANT



NOUVELLE LUNE

Les heures sont données en heures légales.

Pour plus d'informations reportez-vous à *Jardinez avec la lune 2025* par Céleste, Rustica éditions, ainsi qu'à notre calendrier paru le 17/01/2025.



Plantez les bulbes à la main, la pointe dirigée vers le haut.

E. BRENNEL/RUSTICA/POTAGER DE M. ARBAUD



### Jours-fruits

Par temps doux, planter les fruitiers à racines nues. Praliner les racines, enrichir la terre et ne pas enterrer les points de greffe.



### Jours-racines

Récolter des crosnes, salsifis, scorsonères, raiforts, topinambours, panais, poireaux et radis. Pailler le sol pour qu'il ne gèle pas.



### Jours-fleurs

Nettoyer les massifs. Tailler les parties sèches des plantes vivaces à leur base. Les broyer si elles sont saines et les porter au compost.



### Jours-feuilles

En cave, forcer la 'Barbe de capucin'. Couper les feuilles 3 cm au-dessus des collets, les mettre dans un bac et les couvrir d'un plastique noir.



**Clématite**  
*'Notre-Dame de Paris'*

**NOUVELLE**  
**variété**



## Clématite

'Notre-Dame de Paris'

Baptisée lors de la réouverture de la cathédrale, cette grimpante en a la résilience. Et ses fleurs longue durée sont en forme de cloche !

**UTILISATION** Ses feuilles volubiles ont besoin d'un support pour s'accrocher, tels un arbuste ou une autre grimpante : petit chèvrefeuille, jasmin étoilé, rosier, qui compléteront ainsi la floraison de la clématite en été. De hauteur moyenne, cette variété peut habiller une clôture basse (photo ci-dessous) et s'adapte à la culture en bac.

**PLANTATION** Immergez la potée 10 min. Ouvrez un trou de 30 cm de côté et 50 cm de profondeur. Si votre sol est lourd ou pauvre, ajoutez à la meilleure terre extraite un sac de terreau, du compost et un engrais organique en granulés. Commencez à reboucher, puis déposez la motte et disposez-la dans le trou en l'inclinant vers son support. Ne laissez sous terre que 10 cm de tige. Rebouchez et n'arrosez que si le terrain est sec.

**ENTRETIEN** Gardez le sol toujours couvert d'un paillis végétal. N'arrosez pas la base

des tiges, mais apportez de l'eau à 50 cm autour de la plante pour créer une réserve dans laquelle les racines iront puiser. Fertilisez chaque automne avec du compost. La taille n'est pas obligatoire, car les tiges se dessèchent en hiver et la plante repart de la base.

**PARASITES ET MALADIES** Cette grimpante a été sélectionnée pour sa résistance au dépérissement, affection qui provoque le dessèchement de haut en bas d'une ou plusieurs tiges. Cette maladie causée par un champignon (*Phoma*) sévit surtout en terrain lourd et humide.

**MULTIPLICATION** Procédez par bouturage en juin, sur du bois prélevé sur des plantes âgées d'un an au moins. Coupez une bouture, de 7 ou 8 cm de longueur, ni trop tendre, ni trop lignifiée, à deux yeux et comportant une feuille au niveau de l'œil supérieur.



### PLANTE GRIMPANTE

#### Renonculacées

*Clematis texensis*

**Hauteur** : 2,50 à 4 m.

**Étalement** : 1,50 à 2 m.

**Croissance** : moyenne à rapide.

**Port** : grimpant ou rampant selon le support.

**Feuillage** : caduc, vert lumineux sur des tiges brunes. C'est le pétiole des feuilles qui s'enroule pour s'accrocher au support (photo ci-dessous, en bas).

**Floraison** : début juin à fin juillet. Fleurs en forme de cloches élancées évoquant des tulipes, d'un rose soutenu à marges plus claires (photo ci-dessous, en haut), parfois suivies de fruits plumeux.

**Mellifère** : oui.

**Sol** : souple et fertile, riche en humus, peu acide ou calcaire.

**Rusticité** : bonne, jusqu'à -20 °C.

**Arrosage** : le sol doit rester toujours frais, mais pas humide et détrempé. Bonne résistance au sec pour une clématite.

**Plantation** : à l'automne ou au printemps.

## Secret de jardinier

Si la terre est de mauvaise qualité, plantez la clématite dans un pot de 6 à 10 l dont vous aurez cassé le fond. En sol sableux et desséchant, enterrez le pot. Si le sol est lourd et argileux, enterrez-le d'un quart de sa hauteur seulement.

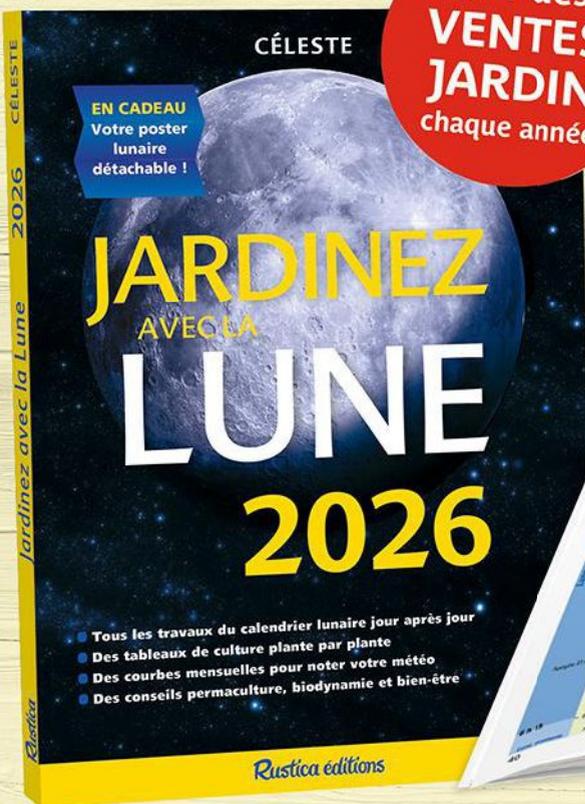


# Le rendez-vous incontournable des jardiniers !

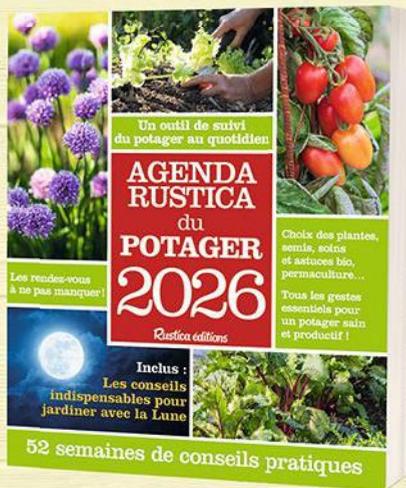
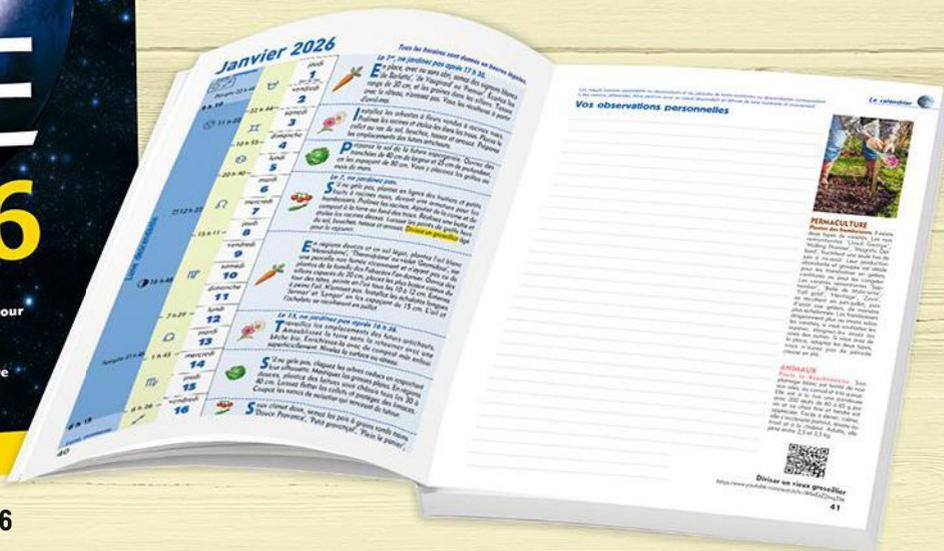
N°1 des  
VENTES  
JARDIN  
chaque année



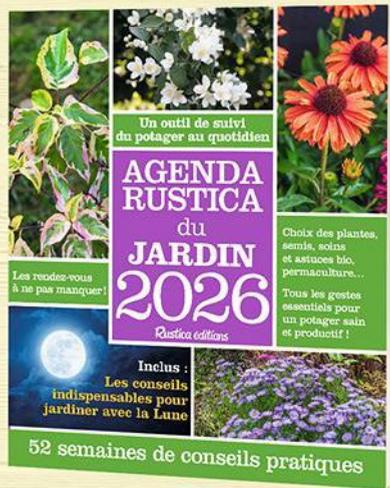
Tous les conseils de culture mois par mois,  
de janvier à décembre,  
pour un jardin et un potager réussis !



Jardinez avec la lune 2026  
9,95 € - 120 pages



Agenda du potager 2026  
12,95 € - 128 pages



Agenda du jardin 2026  
12,95 € - 128 pages

Rustica éditions

À retrouver dans tous les points de vente de livres et sur [www.rusticaeditions.com](http://www.rusticaeditions.com)

# AFFICHER COMPLET AU VERGER

*Bien fécondé, un pommier,  
ici 'Reine des Reinettes',  
fait déborder les paniers !*

*En complétant votre verger, vous aurez plus de fruits mais ils seront en outre de meilleure qualité. Ça vaut le coup de trouver un peu de place ! ❖ JEAN-MICHEL GROULT*

**P**our profiter d'arbres fruitiers vraiment productifs, leur bonne santé ne suffit pas : la diversité fait toute la différence ! Une plus large palette de variétés favorise une meilleure fécondation et donc une excellente mise à fruits. Il suffit souvent de planter quelques sujets nouveaux pour améliorer le rendement de ceux qui sont

déjà en place. Le tout en prolongeant les récoltes, grâce aux variétés qui sont plus précoces et d'autres plus tardives. C'est le bon moment pour y penser : les meilleures sont disponibles à racines nues, mais le choix se réduit à toute vitesse. Anticipez dès aujourd'hui pour mieux récolter demain de délicieux fruits et en plus grande quantité.

## Identifier les causes de l'improductivité

Si un arbre ne produit pas, il peut y avoir trois raisons, l'une n'excluant pas l'autre...

**1. Le sujet est trop jeune.** Comptez 3 ans pour qu'un pommier porte des fruits, et jusqu'à 9 ans pour certaines variétés à développement lent, surtout menées en tige (l'arbre peut dépasser 4 m de hauteur). La patience finit par porter ses fruits !

**2. Il manque de pollinisateur.** Les variétés autostériles ne fructifient que si un autre sujet compatible pousse à proximité (pollinisation croisée), car les arbres de même variété ne peuvent se féconder entre eux.

**3 La variété de l'arbre fruitier est inadaptée.** La sélection ne convient pas au terroir, par exemple si ce dernier subit des gelées tardives.



SHUTTERSTOCK



E. BRENNKLE/ALUSTICA/JARDINS FRUITIERS DE LAQUENEXY

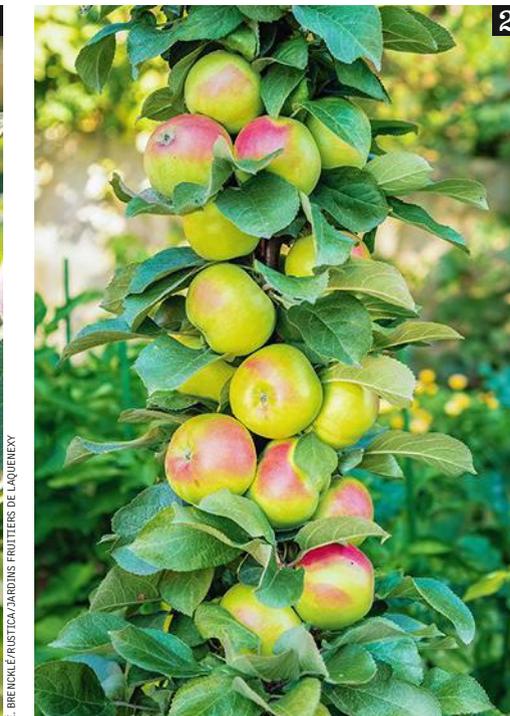
## Remplir le calendrier, accorder les variétés

Pour améliorer les rendements, opérez avec méthode. Commencez par faire un inventaire des variétés en place. Dressez un **calendrier des productions**, qui pourra aussi vous servir à ne pas rater les récoltes. Repérez les "trous", ces périodes de moindre récolte. Vous pourrez vous mettre en recherche de variétés fructifiant sur ces laps de temps. Et établissez, en même temps, **une liste de compatibilité des variétés**, pour détecter les lacunes.

## Insérer des fruitiers nains



1



2

Quand la place manque, ces formes naines ou colonnaires peu encombrantes peuvent fournir un pollen fort utile aux autres sujets. C'est le cas du pommier **'Starking'** (photo 1), qui ne dépasse pas 2 m de hauteur, et des variétés colonnaires anciennes, comme 'Bolero' alias **'Ballerina'** (photo 2). Ces formes se rencontrent aussi parmi les poiriers et les cerisiers, entre autres. Les arbres fruitiers nains sont autofertiles, mais bénéficient, eux aussi, d'une fécondation croisée. On voit donc que, si elles ne sont pas trop éloignées, formes naines et variétés de grande dimension, s'avantagent réciproquement au verger pour une meilleure fructification de chacun.

SHUTTERSTOCK

# Les variétés multiplicatrices de fruits

En introduisant dans votre verger de bons pollinisateurs, à la fois polyvalents et de longue floraison, vous augmenterez significativement la quantité de fruits, mais aussi leur qualité, car le fruit d'une fécondation croisée a plus de saveur.

## Fleur de l'un, pomme de l'autre



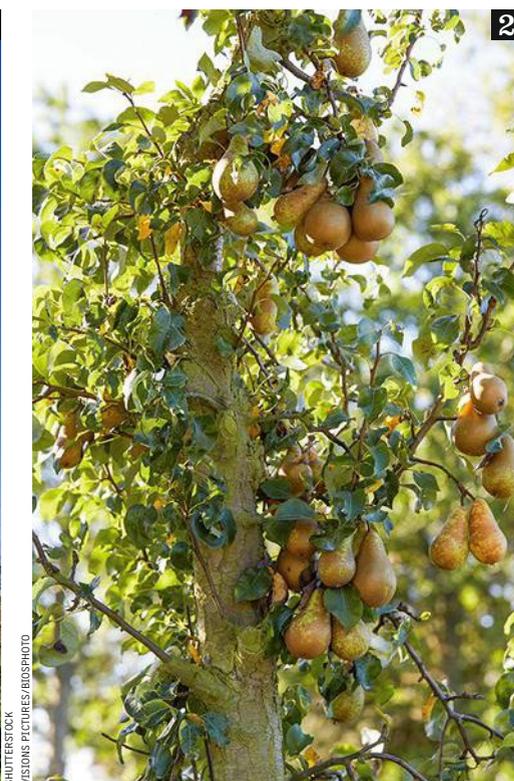
Les pommiers d'ornement font d'excellentes sources de pollen pour les variétés à fruits et sont, d'ailleurs, fréquemment plantés au milieu des vergers industriels. **'Evereste' (en photo ci-contre)** est le plus utilisé, mais toutes les variétés décoratives ont un pouvoir de fécondation intéressant. Implantez-les plutôt dans des haies ou bien dans des massifs : elles sont plus efficaces au milieu des pommiers à fruits, mais, même éloignées de plusieurs dizaines de mètres, elles leur font profiter de leurs bienfaits. Vous pouvez aussi les tailler si vous avez besoin de les limiter.

## Cerisier et C<sup>ie</sup>

Ces arbres donnent peu lorsqu'ils sont seuls, le cas extrême étant 'Burlat', qui est pratiquement autostérile (il ne produit pas s'il manque de compagnie lors de sa floraison). La productivité des cerisiers est facile à encourager car leur longue floraison leur permet de recevoir le pollen de variétés de précocité différente. Envisagez celles au pouvoir de pollinisateur universel comme 'Early Rivers' et **'Lapins' (en photo)**. Pour les variétés très hâtives comme 'Burlat', il faudra davantage miser sur la présence de cerisiers précoces, comme 'Van'.



1



2

## Poirier chargé

Contrairement aux pommiers que les variétés d'ornement fécondent efficacement, les poiriers décoratifs présentent moins d'intérêt à cet égard.

**'Chanticleerc', si ornamental (photo 1),**

constitue toutefois un pollinisateur polyvalent, à ne pas négliger. Mais, pour une production optimale, misez sur des variétés passe-partout. Pour les poiriers à floraison hâtive, 'Comtesse de Paris' sera parfaite, alors que, pour les plus tardives, 'Beurré Bosc' ou bien **'Conférence' (photo 2)** suffisent. Dans tous les cas, il en faudra plusieurs en fleur en même temps, car le poirier est majoritairement autostérile et ne produit donc pas sans compagnie au moment de la floraison.



J. BUCKLEY/FLOREA PRESS/BIOSPOTO

## Produire des fruits, mais pas de pollen...

Les pommiers triploïdes (leurs cellules possèdent des chromosomes en triples versions) ont besoin du pollen des diploïdes (double), qui constituent la grande majorité des variétés de pommier. Mais les variétés triploïdes, en retour, ne fécondent pas d'autres pommiers. C'est le cas de 'Belle de Boskoop', 'Gravenstein', '**Jonagold**' (en photo) ou encore 'Reinette grise du Canada'. Ces dernières ne comptent pas dans la fécondation croisée car leurs fleurs sont de mauvaise qualité pollinique.

## Surgreffer, la bonne idée ?

Si vous manquez de place, vous pouvez tenter de greffer une variété pollinisatrice sur un arbre déjà bien installé. Cela s'effectue **en greffant en couronne une variante pollinisatrice sur une branche de gros diamètre qui a été sectionnée (en photo : mirabellier)**. On parle de surgreffe puisque l'on vient greffer sur une essence qui est elle-même greffée. L'effet est très marqué pour l'arbre qui bénéficie de cette greffe mais s'estompe assez vite pour ceux aux alentours. Comptez au moins trois ans avant que les greffons ne produisent assez de fleurs.



F. MARRE/FRUITICAE/VERGER CONSERVATOIRE PRUNES ET MIRABELLES DE LORRAINE

## QUAND LES BUTINEUSES SE FONT CONCURRENCE

*Les abeilles domestiques, prisées pour la pollinisation des vergers, peuvent s'avérer contreproductives*

Les abeilles domestiques prélèvent jusqu'à 70 % du pollen dès l'ouverture des fleurs (photo 1), limitant ce qui est disponible pour les autres butineurs. Leur visite brève, par contacts répétés (photo 2), n'est d'ailleurs pas la plus efficace : les abeilles sauvages, notamment les bourdons, faisant vibrer les étamines, favorisent une bien meilleure pollinisation. **Quant aux mouches floricoles, comme les syrphes (photo 3)**, elles assurent à elles seules près de 30 % de la fécondation du verger.



PHOTOS: SHUTTERSTOCK



# Les variétés prolongatrices de récolte

À côté de l'avantage qu'elle apporte en termes de pollinisation, la diversité variétale permet aussi d'étendre le calendrier de dégustation des fruits du jardin. En alliant variétés précoces et tardives, gagnez six semaines de fruits, parfois plus !



## Une précoce vaut mieux que deux tu l'auras

Elles permettent de hâter la cueillette de deux semaines, mais constituent aussi une assurance-récolte si les autres échouent.

**Les pommes** le plus précoces se cueillent dès le mois d'août, comme 'Akane' (photo 1), 'Marquise de Scey' ou 'Borowitsky'. Des variétés locales, à dénicher auprès des associations d'amateurs, peuvent faire grappiller plus de temps encore.

**Les poires** précoces se caractérisent par une chair tendre et fondante, qui ne se garde pas, comme 'André Desportes', 'Précoce de Trévoux' (photo 2) ou 'Mavroclin rouge'.

**Les cerises** les plus hâtives peuvent se cueillir dès la fin mai, dans le sud de la Loire, comme 'Burlat', 'Blancalee précoce', 'Guillaume' ou encore 'Précoce de la Marche' (photo 3).



## Des supertardives, pour que ça ne s'arrête jamais

Ces variétés d'arbres, grâce à la meilleure conservation de leurs fruits, repoussent la saison de production sur une plus longue période que celle que les variétés précoces font gagner.

**Les pommes les plus tardives** comme 'Abondance de Belfort', 'Grébeussot' (photo 1), 'Réale d'Entraygues' ou 'Granny Smith' (photo 2) présentent une savoureuse chair ferme.

**Les poires de fin de saison** demandent à s'affiner, comme 'Angélyls' (photo 3) ou 'William Duchesse'.

**Les cerises les plus tardives**, quant à elles, ne s'aventurent guère au-delà de la première décennie d'août au nord de la Loire, à l'image de 'Belle magnifique'. Ces fruits ne sont en effet pas armés pour affronter les fortes chaleurs estivales.



SHUTTERSTOCK

### CHOIX ADAPTÉS À LA SITUATION

En situation défavorable, il ne sert pas à grand-chose de tenter des variétés précoces ou tardives. Par exemple, si vous cultivez en région humide, vous exposez vos pommes tardives à la **maladie de la suie (ci-contre)**. En site exposé, les variétés précoces peuvent subir les gelées tardives. À cause de températures qui sont souvent encore fraîches, la drosophile asiatique attaque peu les cerises précoces, tandis que les tardives en souffrent davantage. Étudiez la compatibilité du climat de votre verger aux variétés que vous projetez d'y planter.

## AU RAYON DES EXPÉRIENCES FRUITIÈRES À TENTER

Au royaume des fruits, il existe de nombreuses formes insolites dont beaucoup étendent la saison de récolte. Ce sont souvent des bizarreries, mais il faut garder à l'esprit que la qualité du fruit n'est pas forcément la meilleure du genre, bien qu'il y ait de sublimes surprises. Avis aux amateurs d'insolite ! La palme de la précocité revient à la **poire 'Saint Jean' (photo 1)**, de tout petit calibre, mais qui se cueille six semaines après floraison ! Pour une pomme qui se conserve longtemps, la 'Bonne Hotture' n'a pas de concurrente. Elle peut se sécher et sert à réaliser des pommes tapées, tolérant une conservation ultralongue dépassant six mois. Et si les pommiers ne comptent pas de variété remontante, certains peuvent offrir une récolte très échelonnée, sur plusieurs semaines, comme '**Citron de Casina' (photo 2)**, ressemblant en effet à un citron. Parmi ces dizaines de fruits excentriques, les cerises occupent une bonne place, comme la '**Cerise de la Toussaint' (photo 3)**, qui donne en continu jusqu'à l'automne. Le fruit est petit et acide mais se transforme bien. C'est aussi le cas du ragouminier (*Prunus tomentosa*) ou cerise de Nankin, pas tout à fait une véritable cerise, mais qui se cueille dès juin, parfois avant.



1

SHUTTERSTOCK



2

PÉPINIÈRES FOREST/SP



3

SHUTTERSTOCK



# LES FOUGÈRES

## se moquent de l'hiver

*Persistantes, elles déploient leurs frondes, caduques, elles se font discrètes, mais toujours, elles défient le froid. Ces plantes rustiques, au fil des saisons, donnent au jardin, une allure intemporelle. ❖ PATRICIA KADIJEVIC*



Les fougères résistent aux basses températures et se plaisent là où bien d'autres plantes vivaces peinent à s'implanter (sous-bois humides, talus ombragés, etc.). Leurs frondes délicates, tantôt légères et finement découpées, tantôt puissantes et dressées, composent un décor vivant du printemps à l'hiver. Réclamant peu de soins, les fougères apprécient avant tout un sol riche en humus, souple et frais, mais jamais détrempé. Une fois bien installées, elles restent en place longtemps et structurent le jardin en toute saison.

## Généreuses faciles

Certaines fougères, comme *Dryopteris erythrosora*, se distinguent par leur feuillage coloré au printemps, d'autres, telle *Anisocampium niponicum*, séduisent par leurs teintes argentées et pourpres. Elles forment un contraste subtil avec les floraisons légères des vivaces d'ombre (épimédiums, pulmonaires, anémones du Japon...) et se marient aux hostas, heuchères et autres grandes graminées. Pour une plantation réussie, travaillez la terre avec du compost bien mûr afin

d'améliorer sa structure et sa fertilité. Un paillage composé de feuilles mortes ou de broyats, renouvelé chaque année, conserve la fraîcheur de la terre et reconstitue les conditions naturelles d'un sous-bois. L'entretien est des plus simples et se limite à des arrosages ponctuels par temps sec, à la suppression des frondes sèches en fin d'hiver et, pour les variétés plus vigoureuses, à une division des touffes tous les cinq ou six ans afin de régénérer la plante.

### FOUGÈRE CUIVRÉE

Les jeunes frondes de *Dryopteris erythrosora*, cuivrées au printemps, virent au vert foncé en été.

☀️ mi-ombre 🌱 riche, humifère, drainé  
🌧️ régulier au printemps et en été

**Hauteur :** 60 à 80 cm. **Plantation :** au printemps. **Rusticité :** - 20 °C.

**Utilisations :** parfaite pour illuminer un massif sombre ou accompagner des floraisons claires.

**Notre conseil :** taillez les frondes sèches de cette persistante en fin d'hiver pour une nouvelle pousse.

VISIONS PICTURES/BIOSPHOTO

### FOUGÈRE ALLEMANDE

*Matteuccia struthiopteris*, caduque, déploie, au printemps, ses hautes frondes vert tendre.

☀️ Ombre, mi-ombre 🌱 humifère, frais à humide 🌧️ régulier en période sèche

**Hauteur :** 100 à 150 cm. **Plantation :** en automne ou au printemps.

**Rusticité :** - 25 °C. **Utilisations :** en sous-bois frais, au bord d'un bassin ou dans un massif ombragé.

**Notre conseil :** laissez sécher des frondes en place l'hiver, elles protègent le cœur de la plante.



H.R. WUELLE/MCHOTOF/PICTURE ALLIANCE

## CAPILLAIRE DU CANADA

*Adiantum pedatum* se pare d'un feuillage léger et finement découpé, s'il est placé à l'ombre.

☀️ ombre légère 🌱 acide, léger, toujours frais 🌧️ fréquent en été

**Hauteur :** 40 à 60 cm. **Plantation :** au printemps. **Rusticité :** - 25 °C.

**Utilisations :** le long d'une bordure avec des hostas et des épimédiums.

**Notre conseil :** paillez souvent, car le feuillage gracile de cette caduque craint la sécheresse estivale.

## FOUGÈRE HOUX

Les frondes persistantes et coriaces de *Cyrtomium falcatum* évoquent celles du houx.

☀️ mi-ombre 🌱 fertile, humifère, drainant 🌧️ modéré, régulier en pot

**Hauteur :** 50 à 70 cm. **Plantation :** au printemps, en sol frais. **Rusticité :** - 15 °C. **Utilisations :** en bac installé sur une terrasse ombragée ou en lisière de massif.

**Notre conseil :** rentrez ou protégez le pot sous climat très froid pour que le feuillage ne gèle pas.



SHUTTERSTOCK



M. RUCKSZDZIO/DOMAR/PICTURE ALLIANCE



SHUTTERSTOCK

## FOUGÈRE JAPONAISE

Les frondes de *Anisocampium niponicum*, argentées et veinées de pourpre, assurent le spectacle.

☀️ ombre, mi-ombre 🌱 humifère, frais, drainé 🌧️ régulier par temps sec

**Hauteur :** 40 à 50 cm.

**Plantation :** au printemps ou en automne. **Rusticité :** - 25 °C.

**Utilisations :** dans un massif ou en pot sur une terrasse.

**Notre conseil :** placez cette fougère caduque à la mi-ombre, elle capte la lumière comme aucune autre.



## DRYOPTÉRIS DE CLINTON

Plus ou moins persistant, *Dryopteris clintoniana*, robuste et vigoureux, forme de grandes touffes structurantes.

☀️ ombre 🌱 profond, riche, humide  
 🌧️ régulier les premières années

**Hauteur :** 120 à 150 cm. **Plantation :** automne ou printemps. **Rusticité :** - 30 °C. **Utilisations :** en fond d'un massif à l'ombre ou près d'un plan d'eau.

**Notre conseil :** veillez à apporter à cette imposante fougère du compost chaque année pour soutenir sa vigueur.



## FOUGÈRE SCOLOPENDRE

*Asplenium scolopendrium* 'Cristatum' porte des frondes persistantes et rubanées, d'un joli vert vif brillant.

☀️ ombre ou mi-ombre 🌱 humifère, frais, drainé 🌧️ modéré, régulier en période sèche

**Hauteur :** 30 à 45 cm. **Plantation :** au printemps ou en automne, en sol meuble et riche en matière organique. **Rusticité :** jusqu'à - 25 °C. **Utilisations :** en bordure de massif ombragé, au pied des arbres, dans une rocaille fraîche ou en pot sur terrasse abritée.

**Notre conseil :** gare aux sols détrempés en hiver ! L'été, un paillis de feuilles mortes conserve l'humidité du sol et protège également les jeunes frondes.

## POLYSTIC À SOIE

Persistant, *Polystichum setiferum* 'Dahlem' développe des frondes souples finement découpées, qui apportent du volume en hiver.

☀️ ombre ou mi-ombre 🌱 humifère, frais, souple 🌧️ léger mais régulier en été

**Hauteur :** 60 à 90 cm. **Plantation :** en automne. **Rusticité :** - 25 °C. **Utilisations :** dans une haie basse d'ombre, un massif ou encore sur un talus frais.

**Notre conseil :** laissez les jeunes frondes, fragiles, se dérouler sans intervenir.



# MIEL D'ALTITUDE

## une pure douceur

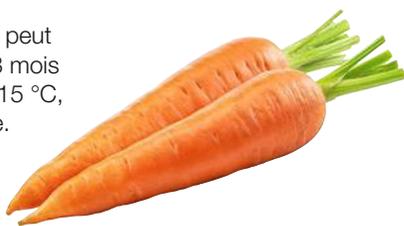
La flore sauvage des massifs de montagne est à l'origine de miels uniques et très variés, par exemple les fleurs du Jura que butinent les abeilles de Mickaël Girard.



**D**ans le Haut Doubs, l'apiculteur Mickaël Girard se réjouit de la quantité de miel de montagne récoltée cette année grâce aux 500 ruches qu'il a installées à plus de 800 m d'altitude, près du lac de Saint-Point. "La récolte varie d'une année à l'autre en fonction du climat et de la densité des floraisons. Pour produire 1 kg de miel de montagne, nos abeilles visitent environ 800 000 fleurs sauvages : framboisier, chardon, lotier, épilobe, gentiane jaune, thym serpolet, trèfle blanc, etc. D'une très grande diversité aromatique, ce miel polyfloral cristallise au bout de trois ou quatre mois. Il peut être liquéfié au bain-marie."

### Potimarron

Cette Cucurbitacée peut se conserver 2 ou 3 mois au frais, entre 10 à 15 °C, à l'abri de la lumière.



### Carotte 'De Tilques'

Originaire d'un village du Pas-de-Calais, cette variété ancienne de carotte très odorante et goûteuse atteint 20 à 30 cm de longueur.



## Feuilletés de pélardon au miel, oignons et châtaignes

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min – Cuisson : 40 min env.

• 4 cuill. à soupe de miel de montagne • 2 pélardons  
• 200 g de pâte feuilletée • poivre • 8 châtaignes (en bocal) • 2 oignons • 10 g de beurre

• **Émincez** les oignons. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6). Chauffez le beurre dans une poêle et faites-y revenir les oignons avec le miel de montagne. • **Remuez**, puis laissez cuire à feu doux environ 25 min, jusqu'à ce que les oignons soient compotés. • **Étalez** la pâte feuilletée en un rectangle de 30 x 12 cm environ. Découpez-y 4 portions de 15 x 6 cm et déposez-les sur une plaque couverte de papier cuisson. • **Répartissez** les oignons sur les 4 rectangles de pâte. Tranchez les pélardons, ensuite, parsemez-les sur les oignons. • **Enfournez** pour 15 min. Écrasez les châtaignes grossièrement et saupoudrez-en les feuilletés. • **Poursuivez** la cuisson 5 min encore. Donnez un tour de moulin à poivre et dégustez.



# L'actu gourmande

Alice Gondonneau, cheffe de rubrique maison

## BEAUJOLAIS NOUVEAU EN FÊTE

Du 19 au 23 novembre 2025, Beaujeu (69) vit au rythme de la Fête du beaujolais nouveau, événement rassemblant amateurs et curieux venus de tout le pays. L'association Les Sarmentelles de Beaujeu fait vibrer le village avec des marchés gourmands, des parcours dégustation et des salons des vins, où l'on peut découvrir les douze appellations beaujolaises ainsi que les cuvées blanc et rosé. Symbole de tradition, de fête et d'amitié, ce vin léger et fruité est célébré partout dans le monde le troisième jeudi de novembre, en date du 20, donc, cette année.



F. FERRER/SARMENTELLES/SP

## C'est nouveau!

### FROMAGE FRAIS VERSION VÉGÉTALE

Avec cette recette végétale à base d'huiles de coco et de tournesol, relevée d'ail et de fines herbes, retrouvez le goût intense et la texture fondante du célèbre Boursin original.



**Boursin. Végétal, ail et fines herbes, 150 g, 2 € env.**

### BOUILLON POULE CURCUMA

Mijoté pendant 24 h, ce bouillon bio est préparé avec 80 % d'os de poulet français et une touche de curcuma. Il se savoure chaud ou sert de base à un dahl de lentilles ou à un curry de légumes.



**Oumami. Le Bouillon, pot de 370 ml, 10 € env.**

### CHOCOLATS FÉRIQUES

Ces douze bouchées au chocolat au lait représentent des lions, gorilles, éléphants et rhinocéros. Chaque animal renferme un cœur fondant au praliné, semé d'éclats d'amandes et de noisettes.



**Merveilles du monde. Boîte de 140 g, 8 € env.**

### COCKTAIL SANS ALCOOL

Fabriqué en France, ce jus de citron, pomme, concombre et menthe ne comporte ni sucres ajoutés ni additifs alimentaires controversés.



À déguster seul ou en mocktail. **Hugo le Maraîcher. Fraîcheur de green, bouteille de 1 l, 3 € env.**



## Au menu

### SAMEDI

- Salade d'endives aux graines
- Feuilletés de pélarдон au miel, oignons et châtaignes
- Poires pochées à la cannelle

### DIMANCHE

- Carottes râpées
- Pastilla de pintade
- Chasselas de Moissac

### LUNDI

- Bouillon de légumes
- Tatin d'automne aux carottes
- Mousses exotiques et granola au miel

### MARDI

- Empanadas épinards et thon
- Lentilles et saucisses
- Faisselles de brebis au miel

### MERCREDI

- Velouté de poireaux
- Gratin de pommes de terre au morbier
- Sablés fourrés au chocolat au lait

### JEUDI

- Crème de potimarron
- Tartines de cancoillotte aux lardons
- Cake aux griottines de Fougerolles

### VENREDI

- Filets de maquereau fumé
- Mont-d'or rôti, miel et fruits secs
- Compote de pommes



## La sélection du sommelier

Antoine, membre du comité de dégustation Avenue des vins

En partenariat avec **Avenue des vins**



### Champagne Daubanton, cuvée demi-sec, AOC champagne

Ce champagne dévoile une robe jaune paille aux reflets vert amande et cuivrés. Élégant et équilibré, il sublime les instants gourmands grâce à ses notes fruitées, acidulées et florales, relevées d'une délicate touche minérale.

**Accord:** il fait merveille sur les desserts, notamment les sablés fourrés au chocolat au lait, les tartes aux fruits et les brioches. Sa fraîcheur acidulée et ses notes florales équilibrent les gourmandises sucrées. Cépages: chardonnay, pinot noir, meunier. **Prix: 25 € env.**



### Domaine Jacques Tissot, blanc brut AOC crémant-du-jura, Jura

Ce nectar, aux reflets dorés et bulles fines, arbore une robe jaune clair. Le nez frais évoque les fruits blancs. En bouche, il est vif et ample et rond, marqué par la typicité du chardonnay et une finale persistante, soulignée d'une fine acidité.

**Accord:** frais et élégant, ce crémant-du-jura blanc brut se déguste aussi bien à l'apéritif qu'avec un mont-d'or rôti, aux fruits secs et miel, des fromages affinés ou encore des desserts gourmands. Cépages: chardonnay, pinot noir. **Prix: 16 € env.**



## Pastilla de pintade

Pour 4 personnes  
Préparation : 40 min  
Cuisson : 1 h 20

- 2 cuill. à s. de miel de montagne
- 2 suprêmes de pintade
- 1 poignée de pignons de pin
- 2 oignons blancs
- 1 cuill. à c. de cannelle en poudre
- 50 g de coriandre hachée
- 2 cuill. à soupe d'huile d'olive
- 6 feuilles de pâte filo • sel
- 150 g de beurre fondu • poivre

• **Faites cuire** les oignons émincés 10 min à feu doux dans une cocotte avec l'huile d'olive. Préchauffez votre four à 200 °C (th. 6-7). • **Ajoutez** les suprêmes de pintade et un grand verre d'eau. Laissez cuire 30 min à feu moyen, en mélangeant de temps en temps.

• **Sortez** les suprêmes, retirez les os et coupez la chair en petits dés. Mettez-les dans la cocotte. • **Incorporez** le miel de montagne, les pignons, la cannelle et la coriandre. Salez, poivrez et mélangez.

• **Laissez réduire** 25 min à feu moyen. Étalez 50 g de beurre fondu sur 4 feuilles de pâte filo disposées en rosace dans un plat. • **Étalez** la farce, rabattez les bords, puis couvrez avec 2 feuilles de pâte filo badigeonnées de 50 g de beurre fondu. • **Retournez** cette pastilla dans un moule à tarte, badigeonnez le reste de beurre et enfournez durant 15 min.



## Tatin d'automne aux carottes

Pour 4 personnes  
Préparation : 20 min  
Cuisson : 35 min

- 4 cuill. à c. de miel de montagne
- 700 g de carottes 'De Tilques'
- 250 g de pâte feuilletée
- 2 branches de thym
- 30 g de fromage de chèvre, de roquefort ou de comté
- 2 cuill. à soupe d'huile d'olive
- sel • poivre du moulin

• **Portez** à ébullition une grande casserole d'eau. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6). • **Pelez**, lavez et taillez les carottes 'De Tilques' en deux dans le sens de la longueur. Plongez-les dans l'eau bouillante, baissez le feu et laissez-les frémir durant environ 15 min.

• **Égouttez-les** et réservez. Huilez soigneusement un grand plat à tarte, puis étalez-y le miel de montagne.

• **Effeuillez** les branches de thym et parsemez-le sur le miel. Disposez les demi-carottes bien égouttées les unes à côté des autres, face plane contre le fond du plat. • **Salez** légèrement les carottes et poivrez-les au moulin. Abaissez la pâte feuilletée et déposez-la délicatement sur les carottes.

• **Rabattez** les bords de la pâte vers l'intérieur et piquez-la à l'aide d'une fourchette. Enfournez pour 20 min.

• **Éteignez** le four et laissez la tarte Tatin baisser en température quelques minutes avant de la démouler sur un plat de service. • **Émiettez** sur la tarte, pour plus de saveur, le fromage de chèvre, le roquefort ou encore le comté. Parsemez un peu de thym émietté sur le plat. • **Servez** et dégustez cette tarte Tatin bien chaude accompagnée d'une salade de cresson ou de roquette.



## Mousses exotiques et granola au miel

Pour 4 personnes  
Préparation : 20 min  
Cuisson : 15 min – Réfrigération : 2 h

- 2 cuill. à s. de miel de montagne
- 80 g de flocons d'avoine • sel
- 40 g de cerneaux de noix ou d'amandes concassées • 6 fruits de la passion • 1 cuill. à s. d'huile de coco
- 20 cl de crème liquide entière froide • 2 cuill. à s. de sucre glace
- 1 cuill. à s. de jus de citron

• **Préchauffez** votre four à 180 °C (th. 6). Mélangez les flocons d'avoine, les noix concassées, le miel, l'huile de coco et une pincée de sel dans un saladier. • **Étalez** ce mélange sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfournez pendant 15 min, en remuant à mi-cuisson pour que le granola soit doré et croustillant. Laissez refroidir. • **Mixez** la pulpe de 4 fruits de la passion avec le jus de citron, puis passez au tamis pour retirer les graines. • **Montez**, dans un bol, la crème liquide entière bien froide en chantilly avec le sucre glace.

• **Incorporez** à la chantilly la pulpe de fruits filtrée pour obtenir une mousse. Répartissez une couche de granola au fond de 4 verrines. • **Ajoutez** la mousse par-dessus et terminez avec un demi-fruit de la passion pour chaque verrine. • **Placez** les verrines au réfrigérateur pour une durée de 2 h.



## Mont-d'or rôti, miel et fruits secs

**Pour 4 personnes**

**Préparation : 5 min**

**Cuisson : 50 min env.**

- 4 cuill. à s. de miel de montagne
  - 1 mont-d'or fermier de 1 kg
  - 1 kg de petites pommes de terre à chair ferme (type 'Charlotte')
  - 1 cuill. à soupe de noix de pécan
  - 1 cuill. à soupe de noisettes
  - 1 cuill. à soupe de cranberries
  - 3 branches de thym
  - pain de campagne grillé
- **Brossez** les petites pommes de terre sous l'eau. Rincez-les, puis plongez-les, avec la peau, dans une grande casserole d'eau froide. • **Couvrez**, portez à ébullition, baissez le feu et laissez frémir les pommes de terre pendant 20 min. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6). • **Ouvrez** la boîte de mont-d'or et placez le couvercle dessous. Tracez une croix au centre de la croûte à l'aide d'un couteau bien aiguisé. • **Répartissez** tous les fruits secs sur la croûte fendue du fromage. Effeuillez le thym et parsemez-le sur les fruits secs. • **Arrosez** de miel de montagne. Enfouissez le mont-d'or pour une durée de 30 min environ. • **Servez** le fromage fondu à cœur dans sa boîte chaude, accompagné des pommes de terre égouttées et de tranches de pain de campagne grillé.



## Crème de potimarron

**Pour 4 personnes**

**Préparation : 35 min**

**Cuisson : 35 min env.**

- 1 potimarron
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 4 cuill. à s. de graines de courge
- 75 cl de bouillon de légumes
- 20 cl de lait de coco (ou de crème fraîche liquide entière)
- huile d'olive
- sel • poivre

- **Coupez** grossièrement le potimarron, réservez les graines et débarrassez-le des filaments. Pelez les morceaux de potimarron et découpez la chair en dés. Épluchez l'oignon et les gousses d'ail, émincez-les finement. • **Ajoutez** un filet d'huile d'olive dans une cocotte, faites revenir l'émincé d'oignon et d'ail 2 min, puis ajoutez les morceaux de potimarron pour les faire légèrement dorer. • **Versez** le bouillon de légumes, portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez mijoter à couvert pendant environ 30 min, jusqu'à ce que le potimarron soit bien tendre. • **Torréfiez** les graines de courge dans une poêle sans matière grasse quelques minutes, en les remuant souvent, jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes et dégagent une odeur de noisette. • **Réservez.** Incorporez la moitié du lait de coco (ou de la crème fraîche liquide entière) au bouillon et, à l'aide d'un mixeur plongeant, réduisez jusqu'à obtenir une crème veloutée onctueuse. • **Salez** et poivrez. Servez la soupe dans des bols ou des assiettes creuses. • **Napez** d'un filet de lait de coco ou de crème fraîche liquide entière et parsemez de graines de courge torrifiées.



## Sablés fourrés au chocolat au lait

**Pour 20 sablés**

**Préparation : 30 min**

**Réfrigération : 1 h**

**Cuisson : 15 min env.**

- 1 cuill. à café de miel de montagne • 400 g de farine
  - 180 g de beurre doux ramolli
  - 100 g de sucre glace • 2 œufs
  - 200 g de chocolat au lait
  - 100 g de crème liquide entière
  - 1 cuill. à soupe de pâte à tartiner à la noisette • sel
- **Mélangez** le beurre mou, le sucre glace et 1 pincée de sel, puis incorporez les œufs et la farine. Formez une boule et réservez-la 1 h au réfrigérateur. • **Préchauffez** votre four à 180 °C (th.6). Étalez la pâte sur un plan fariné en un rectangle de 30 x 36 cm environ sur 0,5 cm d'épaisseur. Découpez 20 sablés à l'emporte-pièce de ø 6 cm. • **Disposez-les** sur une plaque garnie de papier cuisson, piquez-les et enfouissez pendant 15 min. Laissez les sablés refroidir sur une grille. • **Concassez** le chocolat, mettez-le dans un saladier avec la pâte à tartiner. Faites bouillir la crème et le miel, versez sur le chocolat, attendez 30 s puis mélangez jusqu'à obtenir une texture lisse. • **Réservez** 1 h au frais. Tartinez 10 sablés de cette pâte épaisse et refermez avec les 10 sablés restants.

# ROUTINE OCULAIRE en un clin d'œil

Le Dr Romain Nicolau, chirurgien ophtalmologue à Paris (75), nous présente les trois gestes de la bonne santé oculaire au quotidien.



## SHAMPOOING SEC AU ROMARIN

Dans une saupoudreuse, mettez 25 g de poudre de racine d'iris et 25 g de poudre d'arrow-root (une racine tropicale appelée aussi marante). Ajoutez 10 gouttes d'huile essentielle (HE) de romarin et 10 gouttes d'HE d'orange douce. Refermez la saupoudreuse puis secouez-la afin que l'huile essentielle se répartisse bien. Répandez la poudre obtenue sur votre cuir chevelu puis massez-le délicatement. Brossez vos cheveux la tête en bas pour éliminer le surplus.

## UNE ÉTUDE DE L'INSTITUT CURIE

Selon une recherche menée par l'Institut Curie sur les femmes de plus de 70 ans atteintes d'un cancer du sein hormonodépendant à haut risque, la chimiothérapie n'apporterait pas de bénéfice. Ce traitement s'ajoute généralement à l'hormonothérapie et à la chirurgie, or, il comporte de lourds effets secondaires qui dégradent les conditions de vie des patientes, voire s'avère toxique. Cette étude invite à prendre mieux en compte le rapport bénéfice/risque dans la thérapie (*The Lancet* 406/10502).

Nous passons plus de 5 h par jour devant un écran, obligeant nos yeux à travailler sans relâche. Il en découle un risque accru de myopie, sécheresse oculaire... alerte le Dr Romain Nicolau. Ce dernier propose, tout d'abord, de faire des pauses visuelles toutes les 20 min. Fixez un point à plus de 6 m pendant 20 s afin de permettre à vos muscles oculaires de se relâcher.

## Larmes préventives

En second lieu, hydratez vos yeux comme votre peau : si vous passez vos journées dans un bureau climatisé, dans un intérieur surchauffé ou collé à un écran, pensez aux larmes artificielles (préférez des formules de collyres dépourvues d'agents conservateurs). Enfin, ne négligez pas votre correction : portez des lunettes ou des lentilles adaptées, et pour cela, réalisez un bilan visuel au maximum tous les deux ans. Car les



Larmes artificielles, solution aux sécheresses oculaires.

autodiagnostic (à partir de recherches sur internet) sont fortement déconseillés. En cas de picotements, douleurs, rougeurs ou baisse soudaine de la vision, consultez un

ophtalmologue, car seuls des examens précis peuvent détecter une pathologie grave : glaucome, décollement de rétine, dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)...

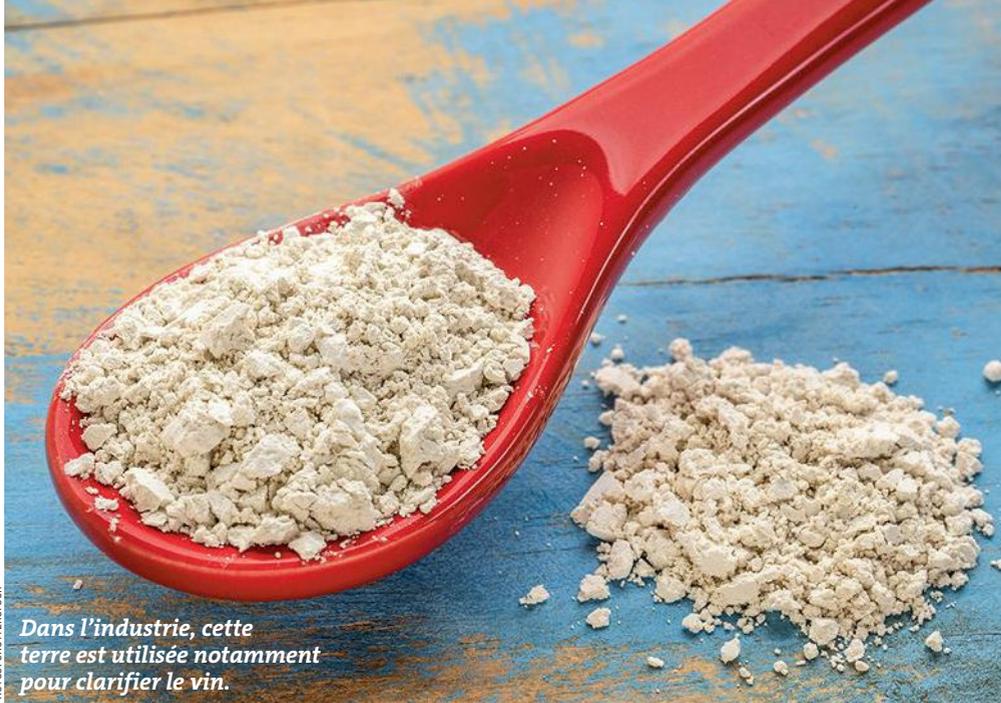
## Une racine pour l'immunité



La jolie échinacée semble utile en phytothérapie. Elle est traditionnellement considérée comme capable de soutenir les défenses immunitaires. Ses effets sur les globules blancs sont confirmés par la recherche moderne. Dès à présent, envisagez une cure, pour autant que l'échinacée ne vous soit pas contre-indiquée en cas de polyarthrite rhumatoïde, de psoriasis ou de lupus notamment, interrogez votre médecin. Plongez 1 cuillerée à soupe de racines d'échinacée séchées dans 1 l d'eau, portez à ébullition et laissez frémir 10 min. Buvez 3 ou 4 tasses/jour pendant trois semaines.

## SAISIE SUR SALAIRE DÉJUDICIARISÉE

Un créancier peut solliciter une saisie sur salaire pour obtenir un remboursement. Une retenue sera alors appliquée par l'employeur sur le traitement net du salarié. Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2025, cette procédure est mise en œuvre par un commissaire de justice qui consigne les prélèvements dans un registre numérique. Leur montant dépend des revenus et de la composition du foyer. Le contrôle du juge est maintenu mais a posteriori. Un commissaire répartiteur reçoit les sommes prélevées et les redistribue aux créanciers selon les priorités légales. Simulateur sur [www.justice.fr/simulateurs/saisie-salaire](http://www.justice.fr/simulateurs/saisie-salaire)



PHOTOS: SHUTTERSTOCK

Dans l'industrie, cette terre est utilisée notamment pour clarifier le vin.

## RENDEZ-VOUS en terre de diatomée

*Antiparasitaire et insectifuge utilisé par les jardiniers, cette poudre, dans sa version alimentaire, possède des usages ménagers.*

**L**a terre de diatomée provient d'une roche issue d'anciens fonds marins, où une sorte d'algue s'est fossilisée. Elle est extrêmement poreuse et absorbe efficacement graisses, liquides et odeurs. Cette poudre permet, par exemple, d'éliminer une tache d'huile : versez une généreuse quantité de poudre, laissez agir toute une nuit, puis retirez-la à l'aide d'une brosse ou d'un aspirateur. Renouvelez

l'opération si nécessaire et complétez par un nettoyage à l'eau et au savon noir.

### Superdésodorisant

Pour désodoriser le fond de vos poubelles et absorber l'humidité, versez une demi-tasse de terre de diatomée à chaque changement de sac. Une fois par mois, lavez la poubelle à l'eau chaude additionnée de savon noir, puis séchez-la. Elle est aussi utile pour la litière du

chat : saupoudrez-en une fine couche sous et au-dessus des granulés afin de renforcer le pouvoir absorbant. Naturelle, cette poudre reste toutefois abrasive. En l'employant, ne formez pas de nuage de poussière : il pourrait irriter vos yeux et poumons, et ceux de vos animaux. Seule la terre de diatomée alimentaire (c'est-à-dire non calcinée) convient aux usages domestiques et n'est pas nocive pour les animaux.



## PLUS-VALUE RÉNO

Après une rénovation énergétique, un logement prend de la valeur. Sur le site Mes aides réno, la calculatrice Ma plus-value réno permet gratuitement de le vérifier. Il suffit d'indiquer la localisation du bien, l'estimation de sa valeur actuelle ainsi que l'étiquette du diagnostic de performance énergétique avant et après l'intervention. Cette information est utile aux propriétaires, aux futurs vendeurs et aux potentiels acquéreurs. Site : [mesaidesreno.beta.gouv.fr/module/plus-value](http://mesaidesreno.beta.gouv.fr/module/plus-value)

## Tombée du ciel, mais pas perdue

L'eau de pluie reste une ressource précieuse et gratuite. Mais sa qualité peut être altérée : en zones urbaines ou industrielles, par des métaux lourds, des solvants, des hydrocarbures et en zones agricoles, par des pesticides, des nitrates... De plus, celle récoltée sur les toitures peut se charger de débris d'animaux ou de végétaux et micro-organismes. Pour limiter les risques de contamination, les usages en sont donc restreints. Pour les emplois domestiques,

l'eau de pluie sans traitement peut servir à irriguer le jardin, laver les sols ou la voiture et alimenter les chasses d'eau. On peut y ajouter le lavage du linge à condition d'utiliser un dispositif de traitement assurant notamment la désinfection (filtre à charbon actif sous forme de cartouche). À noter que l'usage d'eaux non potables à l'intérieur des logements nécessite un réseau distinct de celui de l'eau de ville et une déclaration en mairie.



Les radiateurs à inertie (sèche, ici) sont plébiscités pour la douceur de la chaleur qu'ils diffusent.

# CHAUFFAGE ÉLECTRIQUE, un choix réfléchi

Facilité d'installation, faible investissement de départ, montée rapide en température, entretien minime, avancées technologiques... ce type de chauffage possède de multiples atouts. Reste le coût de l'électricité, qui implique un logement adapté à son usage. ❖ MICHEL BERKOWICZ

**L**e chauffage représente 66 % de la dépense d'énergie des ménages, révèle l'édition de juillet 2025 des *Chiffres clés du logement* (ministère de la Transition écologique et de la Cohésion des territoires). Le Service des données et études statistiques (SDES) précise que 31 % des logements utilisent l'électricité en chauffage principal. Or, celle du réseau est chère, qu'elle soit d'origine hydraulique, nucléaire, éolienne... Pour assurer un bon niveau de confort sans se ruiner, la maison doit être parfaitement isolée, équipée d'appareils performants et bien dimensionnés, couplez-les avec un système de programmation qualitatif.

## Une meilleure chaleur en 4 points

Pour chauffer au mieux tout votre logement à l'électricité, suivez les innovations.

### 1. L'INERTIE : CONFORT ET ÉCONOMIE

En chauffage principal, l'installation se réalise avec des radiateurs muraux raccordés à un circuit spécialisé. Parmi tous les types de radiateurs muraux, ce sont les appareils à inertie qui délivrent la chaleur la plus confortable (car ils ont la capacité de la stocker). Reposant sur deux technologies différentes (l'inertie sèche des plaques de fonte, de la céramique ou de roches volcaniques ou bien celle d'un fluide caloporteur), ils emplissent uniformément la pièce d'une douce chaleur.



SELON LA TECHNOLOGIE UTILISÉE, on parle de radiateurs à inertie "fluide" ou "sèche".

CI-CONTRE : ACOVA - CI-DESSUS : SAUTER

## 2. LE SÈCHE-SERVIETTES

Comme son nom l'indique, ce radiateur particulier est configuré pour que l'on puisse y mettre à poser le linge de toilette. À inertie, panneau rayonnant, avec soufflerie... les modèles électriques fonctionnent en toute indépendance et en toute saison. On les installe également dans la cuisine pour y suspendre essuie-mains et torchons.

**L'EMPLACEMENT DU SÈCHE-SERVIETTES** doit répondre aux règles de sécurité dans la salle de bains.



ATLANTIC - DELTACALOR

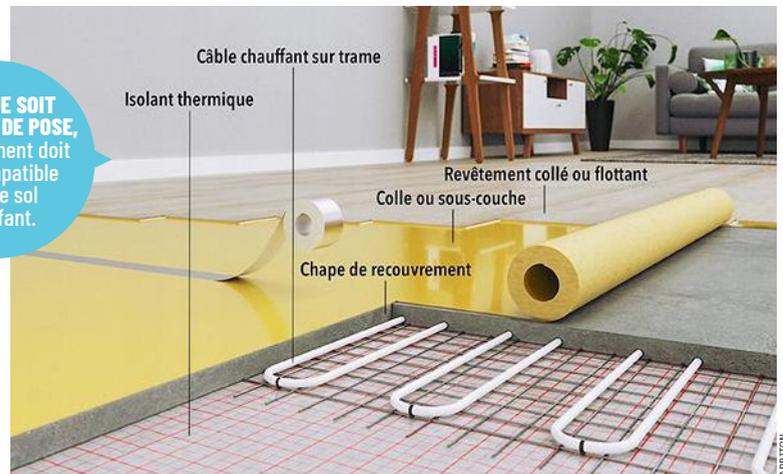
**LA FONCTION SOUFFLERIE** accélère la diffusion de chaleur dans la pièce et optimise le séchage du linge.



## 3. LE PRE POUR UNE CHALEUR RAYONNANTE

Intégrant un câble chauffant, à dérouler ou fixé sur trame, le plancher électrique rayonnant (PRE) occupe toute la surface du sol. Le câble prend place sur un isolant thermique, posé au préalable. Celui-ci se complète de bandes périphériques chargées de désolidariser le plancher chauffant des murs de la pièce. Une chape humide ou sèche vient recouvrir le tout. Son épaisseur se calcule de manière à minimiser l'inertie qui, pour le coup, tend à ralentir la diffusion de chaleur.

**QUEL QUE SOIT SON MODE DE POSE,** le revêtement doit être compatible avec le sol chauffant.



ARBETTON

Le plancher chauffant n'excède jamais cette température, afin d'éviter la sensation de "jambes lourdes".

**28°C**

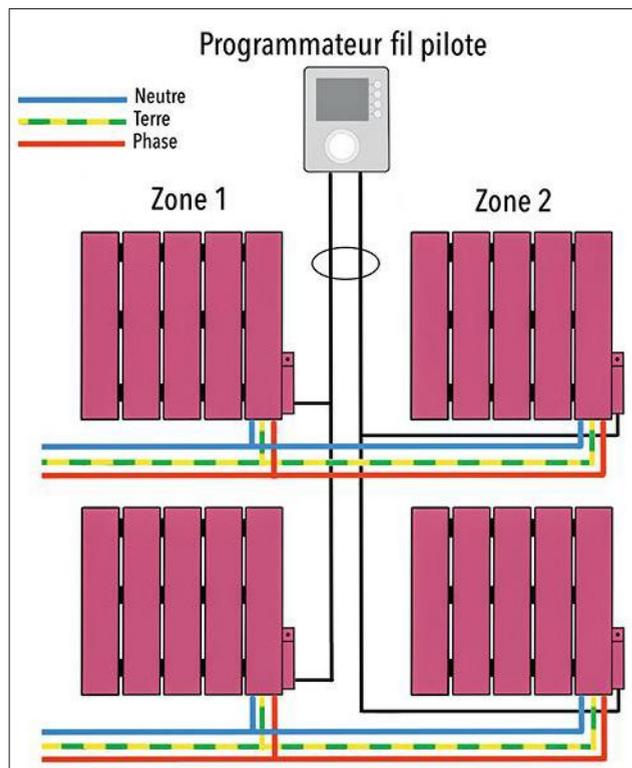
## 4. LA RÉGULATION, POUR MAÎTRISER LA CONSOMMATION

Les radiateurs électriques embarquent un thermostat mécanique, électronique ou numérique selon leur niveau de perfectionnement. La plupart des appareils récents peuvent, en plus, se raccorder par fil pilote à une programmation centralisée, qui permet de réaliser de substantielles économies d'énergie. Si l'on veut s'épargner un travail de câblage supplémentaire (du fil pilote), on peut utiliser à la place un dispositif sans fil ou par courant porteur en ligne (CPL).



**“ Les radiateurs muraux proposent une plage de puissances de 500 à 2500 W. Prévoyez de 70 à 100 W/m². À noter, dans une grande pièce, il est plus efficace et économique d'installer deux appareils de 1000 ou 1250 W qu'un seul de 2000 ou 2500 W. ”**

MICHEL BERKOWICZ  
JOURNALISTE À SYSTÈME D



# Principaux types de radiateurs muraux

1. Convecteur



2. Rayonnant



3. Inertie fluide



4. Inertie sèche



**1. L'air aspiré à la base du convecteur** est chauffé par une résistance blindée avant de ressortir en partie haute.

- Souvent très bon marché, cet appareil présente l'inconvénient d'assécher l'air ambiant. Sa chaleur s'élève et brasse les poussières en suspension. De faible performance énergétique, il est de nos jours délaissé.

- À éviter dans les chambres.

**À partir de 60 €.**

**2. Dans un panneau rayonnant**, une résistance occupe l'intégralité de la plaque intérieure (arrière). La chaleur, irradiée par la façade (perforée ou pleine), se transmet aux surfaces environnantes.

- Température homogène, sans assèchement. Convient à toutes les pièces. Existe avec détecteur d'absence et de fenêtre ouverte.

**À partir de 65 €.**

**3. Une résistance plongée** dans un liquide caloporteur (huile minérale, végétale, glycol...) stocke la chaleur des appareils à inertie fluide.

- Sa surface de chauffe est importante. Il emmagasine les calories et les restitue lentement en diffusant une chaleur agréable, non asséchante, uniformément répartie. Un appareil disponible en mode détection et objet connecté.

**À partir de 80 €.**

**4. Le cœur de chauffe du radiateur à inertie sèche** est constitué d'un matériau réfractaire (céramique, pierre ollaire...) ou en métal (aluminium, fonte active...).

- Connectable comme le précédent, mais encore plus performant, avec une mise en action rapide. Peut combiner les propriétés de l'inertie avec une surface rayonnante.

**À partir de 90 €.**

## 3 QUESTIONS À...



**Erwan Morvan,**  
responsable du pôle  
conseils en rénovation  
énergétique chez Engie.

### Quelles sont les conditions recommandées pour installer un chauffage électrique permanent ?

Avant toute chose, il est essentiel de s'assurer que le logement est bien isolé : murs, combles, fenêtres, planchers... Une bonne isolation limite les pertes de chaleur et permet au chauffage électrique d'être réellement efficace. Sans cela, même les meilleurs radiateurs ne pourront compenser les déperditions. Côté équipements, privilégiez des radiateurs performants qui diffusent une chaleur douce et homogène. Afin d'optimiser leur fonctionnement, optez pour des modèles programmables ou associez-les à des thermostats intelligents. Cela vous permet d'ajuster la température pièce par pièce, selon les moments de la journée et vos besoins réels.

### Comment gérer son chauffage électrique pour faire des économies sans sacrifier le confort ?

Quelques gestes simples permettent de réduire sa facture sans renoncer au confort :

- Programmer la température selon les moments de la journée : 19 à 21 °C en présence, 16 à 17 °C la nuit ou en cas d'absence.

- Chauffer uniquement les pièces utilisées, et éviter de surchauffer : selon l'Ademe, chaque degré en moins, c'est jusqu'à 7 % d'économie sur la facture.

- Utiliser des thermostats connectés afin de pouvoir piloter les appareils à distance et affiner les réglages.

- Suivre sa consommation régulièrement. Le service gratuit Ma Conso d'Engie permet d'analyser ses usages poste par poste. Les utilisateurs qui le consultent ont réduit leur consommation d'électricité de 12 % en moyenne.

### Quelle formule d'abonnement privilégier pour une résidence principale chauffée à l'électricité ?

Le choix de l'abonnement dépend de plusieurs critères : composition du foyer, surface du logement, qualité de l'isolation, nombre d'appareils électriques, etc. Il est surtout important de bien dimensionner la puissance souscrite. Pour une résidence principale chauffée à l'électricité, il est important de choisir une offre adaptée à votre consommation et à vos habitudes. Par exemple, notre offre "Élec Référence 3 ans". La tarification heures pleines/heures creuses est également intéressante si vous pouvez programmer vos appareils (chauffe-eau, radiateurs, lave-vaisselle, etc.) pendant les heures les plus avantageuses, souvent la nuit.

# Abonnez-vous à

## Rustica + Rustica PRATIQUE



Chaque semaine recevez *Rustica* et obtenez les meilleurs conseils pour semer, planter, et tous les 3 mois *Rustica Pratique*, votre compagnon jardin, cuisine, nature et bien être !

1 AN - 50 N° + 4 N°  
**109,60 €**  
au lieu de 188,60€\* en kiosque

**41% de réduction**

Recevez chaque semaine Rustica



PAPIER



NUMÉRIQUE



CARNETS THÉMATIQUES

+ chaque trimestre Rustica Pratique



PAPIER



NUMÉRIQUE

### BULLETIN D'ABONNEMENT

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :  
**Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex**

+ SIMPLE + RAPIDE

Par internet sur [abo.rustica.fr/ABORU2916](http://abo.rustica.fr/ABORU2916)

0 806 000 465 Service gratuit \* prix appel indiquez le code **PRU2916T**

**Oui**, je m'abonne 1 an à  
Rustica et Rustica Pratique

**109,60 €**

au lieu de 188,60 €\* en kiosque  
soit plus de **41% de réduction**

Je recevrai pendant 1 an Rustica (50 numéros dont 2 numéros doubles + 14 carnets thématiques) et Rustica Pratique (4 numéros) en versions papier et numérique.

Mon abonnement annuel sera renouvelé à date anniversaire

#### JE CHOISIS MON MODE DE PAIEMENT :

- Chèque bancaire à l'ordre de **Rustica**
- Carte bancaire ou PayPal sur le site internet [abo.rustica.fr/ABORU2916](http://abo.rustica.fr/ABORU2916) (4x sans frais possible avec **PayPal**)

Mes coordonnées : M  Mme

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :  Ville :

Tél. fixe :  Mobile :

E - mail :

**Oui**, Je souhaite recevoir les newsletters du site **Rustica.fr** et les meilleures offres du moment.

**Oui**, Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica

#### VOS AVANTAGES ABONNÉS



Version numérique incluse



Accès illimité aux anciens numéros numériques sur 3 ans pour Rustica



Frais de port offerts en France métropolitaine



Gestion de votre abonnement en ligne à tout moment



## Nouveautés tout électriques

Les radiateurs électriques offrent désormais une grande souplesse d'utilisation. Faciles à régler et assurant une diffusion homogène de la chaleur, ils s'adaptent aux attentes de consommation, rivalisant d'innovations techniques et esthétiques.



### 1. Artisanal

Fabriqué à la main, le radiateur à inertie VD4608 à ailettes hélicoïdales de 60 cm à 6 m, à installer à l'horizontale ou à la verticale.

**Puissances :** de 400 à 2300 W.

**Varela Design. 1 500 € env.**

### 2. Full Black

Avec sa technologie 3 CS brevetée, Asama chauffe la salle de bains et les serviettes. Un boîtier digital grand écran simplifie l'accès aux fonctions.

**Puissances :** de 500 à 1 750 W.

**Sauter. 400 € env.**

### 3. Nomade

Parfait pour circuler d'une pièce à l'autre, Dragon 4 Pro est un radiateur bain d'huile doté d'une fonction cheminée qui augmente la surface radiante jusqu'à 25 %.

**Puissance max :** 2 500 W.

**De Longhi. 250 € env.**

### 4. Asymétrique

Le sèche-serviettes Ashtanga possède neuf programmes, un mode vacances, un indicateur comportemental à LED et la détection fenêtre ouverte.

**Puissances :** de 500 à 1 000 W.

**Finimétal. 600 € env.**

### 5. Point chaud

La façade rayonnante avec éléments chauffants surfaciques intégrés du modèle Fusion 3 offre un point chaud constant.

**Puissances :** 1 500 et 2 000 W en version verticale.

**Noirot. À partir de 550 €.**

### 6. Connecté

Pour un confort constant, Équateur 5 intègre des capteurs qui analysent le rythme de vie afin d'ajuster la température. Pilotable à distance via l'appli Cozytouch.

**Puissances :** De 750 à 2 000 W.

**À partir de 760 €. Thermor.**

# ESPÈCES EN HIVER

## des histoires à dormir debout

*Hibernation, diapause, adaptation métabolique, migration... L'hiver, les animaux adoptent des comportements de survie fascinants.*

**F**ace à l'hiver, chaque animal a sa technique ! Des oiseaux troquent leur menu d'insectes pour des graines, d'autres migrent partiellement... Le métabolisme des mammifères hibernants plonge dans le silence. Une étude suggère qu'un mécanisme universel de régulation de la température corporelle serait commun aux chauves-souris, ours et rongeurs. Les ectothermes (ne produisant pas de chaleur, notamment les reptiles et amphibiens) suivent une autre voie : leur température chute avec l'air et leur consommation énergétique se réduit au minimum.

### Ne pas déranger

Les insectes, eux, confient l'avenir à leurs œufs, larves ou nymphes. Ceux-ci entrent alors en diapause, une dormance génétiquement programmée, parfois renforcée par des cryoprotecteurs comme le glycérol, qui empêchent les cellules de geler.



Le lérot entre en complète léthargie d'octobre à avril.

J.-F. NOBLE/ETIOPHOTO

Dernière découverte : l'hibernation mimétique. Des chercheurs sont parvenus à induire artificiellement un état proche de l'hibernation chez des mammifères qui

n'hibernent pas (*Current Biology* 35,1). Ce phénomène pourrait inspirer de futures applications médicales, allant de la chirurgie d'urgence à la médecine spatiale.

## Deux assoupis que d'un œil !

Les hérissons et musaraignes, deux animaux solitaires et nocturnes anciennement classés parmi les insectivores, jouent un rôle écologique essentiel en régulant aussi les populations de limaces, escargots... Si les premiers entrent en hibernation après une phase d'alimentation intense, les secondes, plus petites, restent partiellement actives grâce à leur métabolisme rapide. Leur survie hivernale dépend d'abris thermiquement protecteurs. La préservation de la litière

forestière, feuilles mortes et branchages, leur permet de construire leurs nids isolants. Tandis que les hérissons forment un nid d'hibernation dense, souvent sous un tas de bois ou de pierres, les musaraignes exploitent des refuges similaires ou pénètrent les habitations en quête d'insectes hivernants. Ces comportements représentent des adaptations clés face au froid et à la prédation grâce auxquels ces animaux subsistent dans les écosystèmes périurbains.

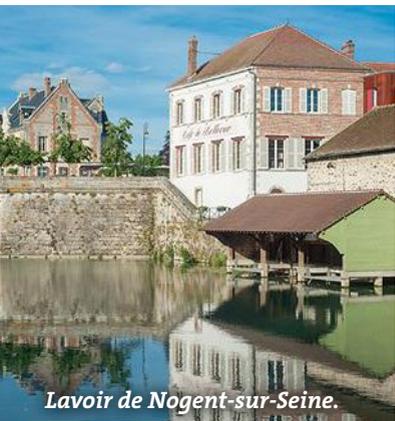


M. FREUDENBERG/FLORA PRESS/ISTOCKPHOTO

Mésange charbonnière.

### RESTO SÉLECT POUR EMPLUMÉS

Quand les insectes, graines et baies se font rares en hiver, il convient de nourrir les oiseaux des jardins, mais il faut le faire sans nuire à leur santé. Bien alimentés durant l'hiver, les oiseaux ont des dates de ponte avancées et, au printemps des nichées plus nombreuses (*Biology Letters*, 2008, 4). Ce bénéfice persiste même après l'arrêt du nourrissage. Mais pensez à leur épargner ce qui, pour eux, constitue une malbouffe : reliefs de table, pain, miettes de gâteau, gras de viande, croûtes de fromage ou lait. Trop salés, gras, sucrés ou épicés, ils sont susceptibles de provoquer infections ou troubles digestifs. Privilégiez les graines de tournesol noir, le maïs concassé, le millet, les cacahouètes fraîches et décortiquées, les fruits secs (enfilés en collier, comme sur la photo), ainsi que les fruits de saison mûrs ou blets. Les boules de graisse, sans filets, constituent une source d'énergie idéale, pouvant être enrichies de margarine ou de saindoux et placées à l'abri des prédateurs. Enfin, mettez de l'eau à disposition toute l'année pour qu'ils s'abreuvent et se baignent, un entretien indispensable de leur plumage qui leur permet de résister au froid.



Lavoir de Nogent-sur-Seine.

D. THIERRY/PHOTONOSTOP

## CITÉS D'EAU ET DE PIERRE

Autour de la réserve de la Seine champenoise, les villages de l'Aube dévoilent une Champagne dessinée par l'eau et le travail des hommes. Tous ne sont pas situés dans le périmètre protégé, mais chacun en prolonge l'esprit. À Nogent-sur-Seine, les quais bordent un fleuve tranquille, reflétant moulins et lavoirs. Y plane encore le souvenir de Camille Claudel, un musée étant consacré à l'artiste. Les façades de Romilly-sur-Seine, deuxième ville française de la bonneterie au XIX<sup>e</sup> siècle après Troyes, gardent les traces de son passé ouvrier. Plus à l'est, à Marnay-sur-Seine, le Jardin botanique, classé Jardin remarquable, abrite plus de 2 500 espèces végétales, dont celles des prairies humides. En marge de la réserve, Mussy-sur-Seine, village labellisé Petite Cité de caractère, offre des paysages de coteaux et de vieilles maisons en pierre blonde et recèle des merveilles, comme la collégiale Saint-Pierre-ès-Liens, datant du XIII<sup>e</sup> siècle. Aux Riceys, les maisons de vigneron, toits bruns et pierres blanches, témoignent de l'activité viticole du village depuis des décennies.



Les méandres de la Seine ont façonné un milieu naturel exceptionnel.

DREUIL GRAND EST/SP

# SEINE CHAMPENOISE pour que l'eau vive

*Entre Aube et Marne, une nouvelle réserve s'étire le long du fleuve entre prairies et marais, refuge d'une flore et d'une faune rares.*

**E**n juillet 2025, est née la réserve naturelle nationale de la Seine champenoise. Zone humide d'importance, elle s'étend sur 2 462 ha, entre Nogent-sur-Seine et Romilly-sur-Seine, à la lisière de l'Aube et de la Marne. C'est un ruban vivant, long de plus de 30 km, où la Seine s'abandonne encore à ses caprices. Ses prairies inondables, ses marais discrets, ses forêts alluviales forment

un paysage d'eau et de lumière, vestige des grandes plaines humides de la Bassée (voir ci-dessous).

### Un poumon vert

Dans les anses, la gesse des marais trace ses vrilles bleutées, l'ail anguleux embaume les berges et la violette élevée ponctue les clairières. Hérons, courlis, tritons et libellules s'y croisent. Ce havre protège moins un décor qu'un

mouvement : celui du fleuve qui déborde, se retire, nourrit les sols. L'enjeu est là : préserver le fonctionnement hydraulique du territoire, sa capacité à absorber les crues, atténuer les sécheresses et à régénérer la nappe phréatique. Car ces zones humides, longtemps remblayées ou drainées, ont perdu leur souffle. Ici, la Seine retrouve un peu de son ancienne liberté, et la Champagne son visage d'eau.

## La Bassée : le fin du foin



AGREMIABASP

La réserve de la Bassée, plaine inondable entre Montereau-Fault-Yonne (77) et Romilly-sur-Seine (10), est contiguë à celle de la Seine champenoise, mais côté Seine-et-Marne. Le foin qui y est produit a gardé le goût du temps long. Jadis vendu dans les marchés parisiens pour nourrir les chevaux, il pousse encore dans les prairies du vieux lit de la Seine. Les crues d'hiver y déposent les alluvions qui nourrissent fléole, lotier, trèfle des prés, etc. Quand le foin est valorisé, c'est localement, en élevage raisonné (bœuf Highland, en photo).



Chaumont-sur-Loire (41).

## Istres (13)

Renouez avec la tradition à la Fête des bergers **jusqu'au 30 novembre**. Journée pastorale au Deven le 23, messe provençale au domaine de Sulauze le 30, suivie du grand défilé de la transhumance. Gratuit. Rens. : [www.istres-tourisme.com](http://www.istres-tourisme.com)

## Brive-la-Gaillarde (19)

Ne manquez pas l'ouverture de la Foire grasse, **le 22 novembre**, sous

la halle Georges-Brassens. De 8 h à 12 h 30. L'entrée est gratuite. Rens. : [www.brive-tourisme.com](http://www.brive-tourisme.com)

## Chaumont-sur-Loire (41)

Le Centre d'arts et de nature expose, **du 23 novembre au 22 février**, les photographies de six artistes, dont Vincent Fournier (voir affiche ci-contre), à l'occasion de la 8<sup>e</sup> édition de Chaumont-Photo-sur-Loire. De 10 h à 18 h. Tarif : 16 €. <https://domaine-chaumont.fr>

## Angers (49)

La foire aux vins Aux vignobles se tient, **du 21 au 24 novembre**, dans le parc des Expositions. Découvrez 130 artisans et producteurs venus de toute la France. Tarif entrée : 5 €. Rens. : [www.auxvignobles.fr](http://www.auxvignobles.fr)

## Lewarde (59)

Le Centre historique minier présente Au charbon ! **jusqu'au 26 mai 2026**. Plus de quarante œuvres de designers, architectes et plasticiens français et étrangers sont exposées sur le thème

de cette roche sédimentaire combustible. Prix entrée : 13,50 €. Rens. : [www.chm-lewarde.com](http://www.chm-lewarde.com)

## Paris (75)

Le salon Créations & Savoir-faire, **du 26 au 30 novembre**, propose à tous les passionnés du "faire soi-même" de belles inspirations et plus de 500 ateliers créatifs. Paris-Expo, porte de Versailles, de 9 h 30 à 18 h 30. Tarif : 17,50 €. [www.creations-savoir-faire.com](http://www.creations-savoir-faire.com)

## Paris (75)

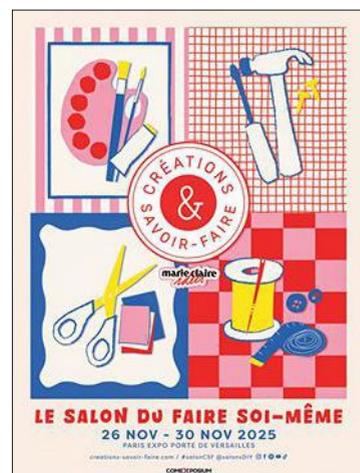
Explorez les lumières cachées du monde végétal, animal, minéral et céleste, avec En voie d'illumination : Lumières de la nature **jusqu'au 18 janvier**. Le jardin des Plantes vous accueille pour une belle balade nocturne inédite, immersive et féerique. De 18 h à 22 h (samedi jusqu'à 23 h). Tarif : 21 €. Rens. : [www.jardindesplantesdeparis.fr](http://www.jardindesplantesdeparis.fr)

## Le Thillay (95)

Les pépinières Chatelain organisent, **le 22 novembre**, un stage de taille d'arbres fruitiers de plein vent et de forme palissée, en présence de Sylvain Drocourt, pomologue de l'association Les Croqueurs de pommes. Scéances de 9 h 30 à 12 h 30 ou de 14 h à 17 h. Le stage est gratuit. Inscriptions au tél. : 01 39 88 50 88 ou sur [www.pepinieres-chatelain.com](http://www.pepinieres-chatelain.com)

## Alsace

Les incontournables marchés de Noël sont de retour ! Gourmandises, accessoires et artisanat, petits chalets de bois et joyeuse ambiance au programme. **Du 28 au 30 nov.** à Kaysersberg, **du 21 nov. au 23 déc.** à Mulhouse, **du 25 nov. au 29 déc.** à Colmar et **du 26 nov. au 24 déc.** à Strasbourg. Renseignements. : [www.noel.alsace](http://www.noel.alsace)



Paris (75).



Pauline Feschet (à g.), Adrien Michel au centre et Laurence Vesper (à d.), à qui l'on doit les compositions ci-contre et ci-dessus, se revendiquent paysans-fleuristes. "Cultiver le beau" est leur devise.

## 3 questions à LAURENCE VESPER

Horticultrice passionnée, Laurence Vesper a transformé l'exploitation familiale de Colmar en ferme florale. Elle est spécialisée dans la fleur coupée.



**L**a ferme florale Buema ("fleurs" en alsacien) a été créée en 2024 à Colmar (68). Elle est née de la rencontre entre Laurence Vesper, en charge de la confection florale, Adrien Michel et Pauline Feschet, qui s'occupent de la production. Leur objectif : produire sur 1 ha des fleurs de saison, coupées, fraîches ou séchées, "selon le bon sens paysan".

### **Rustica. Aujourd'hui, pourquoi privilégier la fleur coupée française ?**

**Laurence Vesper.** Actuellement, une multiplicité de fermes florales émaille l'Hexagone et la production de fleurs françaises et locales se développe. Comme ces exploitations, nous maîtrisons la totalité du cycle de production, de la graine au bouquet. Pour le consommateur, c'est la garantie d'avoir une offre élargie de fleurs de saison produites localement. Ainsi, outre l'assortiment classique, nous proposons des fleurs originales par leur forme, leur couleur ou leur texture. Très souvent, ces espèces – comme le zinnia, le dahlia et bien d'autres – sont fragiles, et donc plus difficiles ou coûteuses à transporter

lorsqu'elles sont produites à l'autre bout de la France, voire du monde. Enfin, opter pour une production locale, c'est la certitude d'avoir des fleurs ultra-fraîches. Chez nous, par exemple, nous vendons des fleurs cueillies la veille afin de garantir une excellente tenue en vase.

### **R. Quelles fleurs conseillez-vous de choisir en automne ?**

**L. V.** Les automnes se faisant de plus en plus doux, nous suggérons d'adopter les derniers dahlias, bien que désuets. Ce sont des fleurs que les particuliers comme les fleuristes se plaisent à utiliser en raison de leur très bonne tenue en bouquet. Toutefois, à cette saison, nous mettons surtout en avant les chrysanthèmes. Démodés et injustement associés à la Toussaint, ils revêtent des aspects variés et tiennent très bien et longtemps – une quinzaine de jours – dans un vase.

### **R. Justement, que suggérez-vous pour conserver un bouquet le plus longtemps possible ?**

**L. V.** Comme je le disais, les fleurs coupées aujourd'hui dans notre ferme seront demain chez nos clients. Cela

nous permet de garantir, selon les espèces, une tenue en vase de 12 à 15 jours. Dès réception des fleurs, je conseille de recouper la base des tiges en biseau et d'écraser légèrement celles qui sont plus épaisses et coriaces. L'eau est à renouveler tous les 2 jours environ. Enfin, j'utilise toujours des feuillages qui peuvent sécher, comme ceux du statice, du fenouil et de la carotte sauvage. Lorsque les fleurs les plus éphémères et fanées auront disparu, ils prolongeront l'effet décoratif du bouquet.

## Portes ouvertes

Les 29 et 30 novembre 2025, Buema ouvre ses portes de 10h à 18h pour un marché de Noël.

Y seront proposés des bouquets de fleurs fraîches ou séchées, des produits du terroir et des créations florales éphémères et originales, dont Laurence Vesper et ses associés ont le secret.



# Petites annonces Rustica

THOMAS REGAL : tél. 01 53 26 32 52 • t.regal@cambium-media.com

## VOTRE ALLIÉ AU JARDIN



En vente dans votre rayon presse  
et sur [www.laboutiquejardinmaison.fr](http://www.laboutiquejardinmaison.fr)



Ou scannez ce QR code

124  
PAGES  
DE CONSEILS

**65. 3 km de Lourdes** loue gîte  
2/4 pers. calme, tout confort,  
Wifi, TV, LL., terrain ombragé,  
salon de jardin, barbecue,  
garage, lits faits, 225 € à 325 €  
la semaine.

Tél : 07 70 21 36 65

**65 Lourdes 5 km.**

Loue gîte pour 2/4 personnes  
Parking, jardin, vue imprenable  
**Sept à juin : 250 € la semaine**  
**Juillet-août : 310 € la semaine**  
Tél : 05 62 42 93 02

**46 Lot loue gîte** 4 pers. avec  
petit enclos pêche et rando.  
20 km Rocamadour et Padirac.  
Tél. : 05 65 40 51 62.  
Port : 06 80 33 72 23.

**Périgord vert.** Loue à partir  
du 1<sup>er</sup> avril 2025 petit studio tout  
confort pour 1 ou 2 personnes  
à 2 km d'un lac avec pêche.  
Animaux acceptés. **250 € la**  
**semaine.** Tél : 06 38 46 30 74.

**Dpt 56 Loue maison de**  
**campagne.** Avec enclos. Pour  
4 personnes, 2 chambres. Libre

de juin à septembre.

Tél : 02 97 51 60 88 ou  
06 48 39 81 82.

**55 - Loue gîte proche de**

**Verdun et Côtes de Meuse**  
2 à 4 pers. plain-pied et petit  
village calme Juil Août 340 € /  
sem. Sept-Oct 290 € / s.  
Tél : 03 29 87 13 52. H. R.

**Achète** objets anciens,  
horlogerie, jouets, objets  
militaires, bronze, meubles,  
médailles, insignes, toutes  
collections monnaies  
Tél : 06 08 00 58 14

**Recherche pour propriété**  
**Centre homme à tout faire**  
entretien jardin conduite engins  
agricoles logement fourni  
salaire selon compétences  
écrire [alamottelouin@wanadoo.fr](mailto:alamottelouin@wanadoo.fr)

**Dans le Cantal.** Producteur  
fromages cantal fermier AOP  
Le Montagnard. Liste et tarifs  
sur demande à :  
[www.lafermedescochonsdor.com](http://www.lafermedescochonsdor.com)  
ou tél : 04 71 62 27 50.

**Recherche** garde-chasse  
confirmé pour propriété Centre  
petit et gros gibier  
connaissances agricoles  
logement salaire envoyer cv  
[alamottelouin@wanadoo.fr](mailto:alamottelouin@wanadoo.fr)

**Loiret. Achète pièces** de 5 F,  
10 F, 20 F, 50 F, 100 F or ou  
argent. Tél. : 06 10 12 25 12.

## Komat

### Serre de jardin



Serres tunnels  
Serre en verre et polycarbonate  
Accessoires de serre- Volières  
**CATALOGUES GRATUITS**

38 av . F. Mitterrand - RU - BP 10015  
59494 PETITE FORET  
Tél : 03 27 42 96 95 -  
mail : [contact@komat.fr](mailto:contact@komat.fr)

[www.komat.fr](http://www.komat.fr)

## Rendez-vous sur le site Rustica.fr



Le site n°1 pour votre jardin  
[www.rustica.fr](http://www.rustica.fr)



## Jardivigne

Le Spécialiste de la vigne  
à raisins de table :  
Près de 60 variétés anciennes,  
nouvelles, sans traitement.

Tél. 05 53 01 30 80  
E-mail : [contact@jardivigne.com](mailto:contact@jardivigne.com)

Boutique en ligne : [www.jardivigne.com](http://www.jardivigne.com)

## PARTICULIERS, votre petite annonce dans cette rubrique

### POUR PASSER VOTRE ANNONCE

Par courrier à RUSTICA PETITES ANNONCES  
Service ADV. 32 avenue Pierre Grenier. 92100 Boulogne-Billancourt.  
Libeller votre annonce sur papier libre en écrivant  
en majuscule (35 caractères par lignes, espaces compris).

### TARIF (5 LIGNES)

**1 PARUTION 45 € OU 2 PARUTIONS 75 €**

Joindre à votre courrier

le règlement par chèque à l'ordre de Rustica

CONTACTEZ THOMAS REGAL : TÉL. 01 53 26 32 52 • [t.regal@cambium-media.com](mailto:t.regal@cambium-media.com)

Vous vous heurtez à un problème jardinier, il vous manque une information ? Vous voulez faire connaître une de vos réussites, de vos trouvailles ? N'attendez plus pour échanger avec nous : écrivez-nous !



Éric Costan



Patricia Kadijevic



Hubert Fontaine



NOUVEAU PHOTO

## Aubergines amères

**“Mes aubergines cultivées sous serre sont très amères et ne peuvent pas être consommées. Pourquoi ?”**  
Josette S., Cellettes (41)

Cette amertume est liée à la présence de solanine. Les aubergines en renferment naturellement, en quantité variable selon les variétés et le stress auquel elles sont soumises. Cultivés sous serre, ces légumes peuvent en effet subir une chaleur intense, un manque ou, au contraire, un excès d'arrosage, ce qui peut entraîner une accumulation de solanine. Cette molécule, légèrement toxique et au goût amer, constitue une protection naturelle contre les insectes et les herbivores. Par ailleurs, sous une serre, où les rayons UV sont intenses, la solanine agit comme un filtre protecteur. Pour limiter

l'amertume des fruits, récoltez-les jeunes, épluchez-les et salez-les avant la cuisson. À la prochaine saison, privilégiez des variétés douces, qui sont adaptées à la culture sous serre : 'De Barbentane', 'Bonica F1', 'Clara F1', 'Rania F1', 'Black Pearl F1', 'Blanche ronde à œuf'. **HF**

## Taille du pommier

**“Comment aider mon pommier à recouvrir une forme harmonieuse ?”**  
Sandrine M., Carantec (29)

En hiver, profitez de la période de repos végétatif pour équilibrer les charpentières en sélectionnant trois ou quatre branches principales. Supprimez les rameaux verticaux afin de faciliter, plus tard, la pousse de nouvelles tiges en partie basse. Raccourcissez légèrement les branches trop longues qui penchent du même côté pour rééquilibrer petit à petit sa silhouette. L'été suivant, réalisez une taille en vert : elle consiste à raccourcir les jeunes pousses trop vigoureuses qui pourraient déstabiliser le pommier. Profitez de la flexibilité des rameaux dressés pour pratiquer l'arcure : palisser avec des ficelles de façon à former idéalement un angle d'environ 45° avec le tronc. Attention, une taille trop sévère peut accentuer la pousse anarchique des nouveaux rameaux ! Enfin, proscrivez les engrais trop riches en azote (comme celui pour le gazon), qui favorisent également les pousses désordonnées. **HF**

## Hivernage des agrumes

**“Vaut-il mieux abriter ses agrumes dans un garage non chauffé sans fenêtres ou un intérieur éclairé et chauffé ?”**  
Florent G., Versailles (78)

L'absence de lumière est préférable à un hivernage dans une pièce chauffée, à l'atmosphère trop sèche. Mais quand c'est possible, ces plantes se trouvent toujours mieux à l'air libre. Théoriquement, elles résistent à un gel léger et ne doivent être rentrées que lorsque les températures descendent durablement entre

- 5 et - 10 °C. Dès 0 °C, emballez-les dans un voile d'hivernage de façon que le tissu ne touche pas les feuilles et enlevez-le dès que les températures sont à nouveau régulièrement positives. La résistance d'un agrume au froid dépend de la variété et du porte-greffe, mais surtout du taux d'humidité de la motte. Quand il est cultivé en pot et à l'extérieur, n'exposez pas une motte trempée au gel, les racines en seraient endommagées. À l'inverse, la terre ne doit pas rester sèche durant plusieurs jours. **ÉC**

## Pollinisation du maïs

**“La récolte de mon maïs doux, qui forme des épis quasiment sans grains, est très aléatoire. Comment puis-je remédier à ce phénomène ?” Perrine F., Abondance (74)**

Votre maïs n'a pas été pollinisé de manière complète. Cette espèce monoïque (qui possède des fleurs mâles et femelles sur la même plante) est aussi anémophile : c'est le vent qui transporte le pollen des fleurs mâles vers les fleurs femelles. Cette partie forme un renflement, dont seules des soies émergent. Ces longs fils sont reliés chacun à un ovule. Si certaines soies ne reçoivent pas de pollen, les grains qui leur correspondent ne se développeront pas. Les causes de ce manque de pollen sont dues principalement à un éloignement des plants. Je vous conseille donc de ne pas installer vos maïs en ligne, mais plutôt en groupe et en masse pour faciliter la répartition du pollen. D'autres raisons existent, comme un vent insuffisant, de la pluie au mauvais moment ou une chaleur excessive qui dessèche les soies avant la fécondation. Enfin, le maïs ne doit pas subir de stress hydrique ou manquer de nutriments lors de la période de pollinisation. Pour remédier à ces problèmes, pensez à maintenir une irrigation régulière et à apporter un engrais équilibré avant et lors de la culture. **ÉC**



PHOTO LECTEUR



**“Quelle est cette chose gélatineuse, qui a laissé place à une poudre ?” Jean-Louis B., Guémené-Penfao (44)**

*Physarum polycephalum* est un organisme unicellulaire ou myxomycète à l'aspect perlé, situé entre le champignon et l'amibe. Souvent appelé “blob”, il se rencontre sur le bois mort, les débris végétaux et l'humus humide. C'est un cousin – moins célèbre – de la fleur de tan ou crachat-de-coucou (*Fuligo septica*), à l'aspect plus mousseux et uniforme. **ÉC**

**“Quelle bestiole dévore mes pommes de terre et comment empêcher ce fléau ?”**

**Didier D., Savigneux (42)**

Les trous profonds dans vos tubercules font penser aux dégâts provoqués par les larves de hanneton. Elles peuvent vivre dans le sol jusqu'à cinq ans. Au printemps prochain, vous binerez le terrain plusieurs fois afin qu'elles remontent à la surface et les ramasserez manuellement. Complétez en appliquant sur une terre humide des nématodes, ces vers microscopiques qui parasitent les larves. Vous les trouverez dans les jardinerie. **ÉC**



PHOTO LECTEUR

La photo des lecteurs



PHOTO LECTEUR

Dégoutée d'avoir oublié son magazine préféré en partant en vacances en Crète (Grèce), Kathryn M. l'a trouvé sur place !

### ADRESSEZ-NOUS VOS QUESTIONS, VOS ASTUCES OU VOS PHOTOS :

1. Envoyez un courriel en précisant vos nom, prénom et lieu de résidence à : [courrier@rustica-info.fr](mailto:courrier@rustica-info.fr)

Une sélection sera publiée dans notre magazine. Aucune réponse personnelle ne vous sera directement adressée.

2. Adressez votre courrier à : Rustica rédaction, Cambium Média, 32, rue Pierre-Grenier 92100 Boulogne-Billancourt.

Pour toute question sur votre abonnement, tél. : 0 806 000 465 (prix d'un appel local) [abonnements@rustica.fr](mailto:abonnements@rustica.fr)

# POUR TOUT TROUVER

## À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

### Blanc arboricole :

Gamm vert, tél. : 0 825 359 360  
ou [www.gammvert.fr](http://www.gammvert.fr)

### Comptoir des jardins,

tél. : 05 63 73 17 28  
ou [www.comptoirdesjardins.fr](http://www.comptoirdesjardins.fr)

### Pépinière Planfor,

tél. : 05 58 75 90 80  
ou [www.planfor.fr](http://www.planfor.fr)

### Échalotes 'Golden Gourmet', 'Griselle', 'Jermor', 'Longor', 'Melkior', 'Méloine', 'Mikor', 'Red Sun', 'Vigarmor' :

La Bonne Graine,

tél. : 02 41 51 79 93  
ou [www.labonnegraine.com](http://www.labonnegraine.com)

### Échalotes 'Biztro', 'Griselle', 'Hermine', 'Jermor', 'Longor', 'Melkior', 'Méloine', 'Red Sun', 'Vigarmor' :

Ferme de Sainte Marthe,  
tél. : 02 41 44 11 77 ou  
[www.fermedesaintemarte.com](http://www.fermedesaintemarte.com)

### Clématite

'Notre-Dame de Paris' :  
Javoy Plantes, tél. : 02 34 52 64 67  
ou [www.javoy-plantes.com](http://www.javoy-plantes.com)

## DOSSIER

### Cerise 'Blancale précoce' :

Conservatoire végétal  
d'Aquitaine, tél. : 05 53 47 29 14 ou  
[www.conservatoirevegetal.com](http://www.conservatoirevegetal.com)  
ou <https://domainedebarolle.fr>

### Cerise 'Belle magnifique', poire 'Comtesse de Paris' :

Georges Delbard,  
tél. : 04 70 64 87 30  
ou [www.georgesdelbard.com](http://www.georgesdelbard.com)

### Poire 'Beurré Bosc', 'Précoce de Trévoux' :

Pépin'hier, tél. : 04 75 21 28 91  
ou [www.pépinhier.fr](http://www.pépinhier.fr)

### Poire 'André Desportes' :

Magellan, tél. : 03 74 09 47 50  
ou [www.magellan-bio.fr](http://www.magellan-bio.fr)

### Pommes 'Citron de Casina', 'Abondance de Belfort', 'Grébeussot' et 'Marquise de Scey', poires 'Angély's', 'Beurré Bosc' et 'William Duchesse' ; cerises 'De la Toussaint', 'Guillaume' :

Pépinière Pierre Gaujard,  
tél. : 09 88 66 72 88  
ou [www.gaujard.fr](http://www.gaujard.fr)

### Pommes 'Akane'

et 'Mavrodin rouge' :  
Au coin du fruit, tél. : 06 89 44 61 11  
ou [www.aucoindufruit.fr](http://www.aucoindufruit.fr)

### Pommes 'Bolero'

(synonymes 'Ballerina'  
et 'Tuscan') et 'Starking' :

Plantes avenue (pépinières  
Travers), tél. : 02 38 66 13 70  
ou [www.clematite.net](http://www.clematite.net)

ou [www.pépinières-travers.fr](http://www.pépinières-travers.fr)

### Pommes 'Bonne hotture' et 'Borowitzky' :

Jeunes plants de l'Ousson,  
tél. : 06 84 10 73 31  
ou [www.pépinières-ousson.fr](http://www.pépinières-ousson.fr)

### Pomme 'Gravenstein' :

Plantes shopping,  
tél. : 03 69 55 49 04  
ou [www.plantes-shopping.fr](http://www.plantes-shopping.fr)

### Pomme 'Reale d'Entraygue' :

Pépinière Plume,  
tél. : 06 73 90 57 53  
ou [www.pépinièreplume.com](http://www.pépinièreplume.com)

### Ragouminier :

Ribanjou, tél. : 02 41 42 65 19  
ou [www.ribanjou.com](http://www.ribanjou.com)

Autres variétés en jardineries.

## DEMAIN AU JARDIN

### Fougère allemande (*Matteuccia struthiopteris*) :

Le Jardin d'Adoué,  
tél. : 03 83 22 68 12  
ou [www.jardin-adoue.com](http://www.jardin-adoue.com)

Le Jardin d'eau,  
tél. 02 96 31 33 10  
ou [www.lejardindeau.com](http://www.lejardindeau.com)

### Promesse de fleurs,

tél. : 03 61 76 08 10  
ou [www.promessedefleurs.com](http://www.promessedefleurs.com)

### Pépinières Ripaud,

tél. : 02 51 52 64 17  
ou [www.ripaudpépinières.com](http://www.ripaudpépinières.com)

### Fougère cuivrée

(*Dryopteris erythrosora*) :

Le Jardin d'eau, voir ci-contre.  
Promesse de fleurs, voir ci-dessus.

### Pépinière de Penhouët,

Penhouët, tél. : 02 97 40 20 28  
ou <https://pépinière-de-penhouët.com>

### Le Jardin d'eau, voir ci-contre.

### Capillaire du Canada

(*Adiantum pedatum*) :

Pépinières Lepage,  
tél. : 02 41 44 93 51  
ou [www.lepage-vivaces.com](http://www.lepage-vivaces.com)

### Promesse de fleurs, voir ci-dessus.

### Fougère houx (*Cyrtomium falcatum*) :

Pépinières Lepage, voir ci-dessus.  
Promesse de fleurs, voir ci-dessus.

### Le Jardin d'eau, voir ci-contre.

### Pépinières Jean Huchet,

tél. : 02 99 96 97 31  
ou [www.pépinières-huchet.com](http://www.pépinières-huchet.com)

### Fougère japonaise (*Athyrium niponicum* var. *pictum*) :

Aoba, tél. : 07 67 30 37 98  
ou [www.pépinière-aoba.com](http://www.pépinière-aoba.com)

### Promesse de fleurs, voir ci-dessus.

### Roué pépinières,

tél. : 02 98 79 11 89 ou <http://boutique.rouepépinières.com>  
ou [www.inmyfrenchgarden.com](http://www.inmyfrenchgarden.com)

### Fougère scolopendre (*Asplenium scolopendrium*) :

Pépinières Lepage, voir ci-dessus.  
Promesse de fleurs, voir ci-dessus.

### Roué pépinières, voir ci-dessus.

### Dryopteris de Clinton (*Dryopteris clintoniana*) :

Les Jardins d'écoute s'il pleut,  
tél. : 09 61 34 66 93 ou 06 49 77 60 71

ou <https://les-jardins-decoute-sil-pleut.com/web>

### Promesse de fleurs, voir ci-contre.

### Polystich à soie

(*Polystichum setiferum*) :

Le Jardin d'eau, voir ci-contre.  
Meilland-Richardier,

tél. : 04 78 34 46 52  
ou [www.meillandrighardier.com](http://www.meillandrighardier.com)

### Promesse de fleurs, voir ci-contre.

## EN CUISINE

### Michaël Girard, Le Rucher des deux lacs,

Le Moulin-de-l'Abbaye, 25160  
Labergement-Sainte-Marie. Visite  
sur réservation.

Tél. : 03 81 69 31 06  
ou [www.lerucherdes2lacs.fr](http://www.lerucherdes2lacs.fr)

### Les Sarmentelles, mairie,

52, place de l'Hôtel-de-Ville,  
69430 Beaujeu.

Tél. : 04 74 69 26 98 ou  
06 66 08 81 21.

Courriel : [contact@sarmentelles.fr](mailto:contact@sarmentelles.fr)  
ou [www.sarmentelles.fr](http://www.sarmentelles.fr)

### Fromage végétal :

Boursin, [www.boursin.be/fr](http://www.boursin.be/fr)

### Bouillon :

Oùmami,  
<https://oumambouillon.com>

### Chocolats :

Merveilles du monde,  
[www.merveilles-du-monde.fr](http://www.merveilles-du-monde.fr)

### Cocktail sans alcool :

Jus Hugo le maraicher.  
Vente en ligne sur Altershop :

<https://altershop.fr/blogs/les-producteurs-altershop/hugo-le-maraicher>

### BIEN-ÊTRE

### Tisane de racines d'échinacée :

Herboristerie Valmont, 100 g,  
11 € env. Vente en ligne au  
tél. : 03 66 89 04 29 ou sur [www.herboristerieduvalmont.com](http://www.herboristerieduvalmont.com)

## DOSSIER CHAUFFAGE

Acova, [www.acova.fr](http://www.acova.fr)

Arbiton, [www.arbiton.com](http://www.arbiton.com)

Atlantic, [www.atlantic.fr](http://www.atlantic.fr)

De'Longhi, [www.delonghi.com](http://www.delonghi.com)

Deltacolor, [www.deltacolor.com](http://www.deltacolor.com)

Finimétal, [www.finimetal.com](http://www.finimetal.com)

Intuis, <https://intuis.fr>

Noirot, [www.noirotof.com](http://www.noirotof.com)

Rointe, <https://rointe.com>

Sauter, [www.sauter-electrique.fr](http://www.sauter-electrique.fr)

Sun chauffage,  
[www.sunchauffage.com](http://www.sunchauffage.com)

Thermor, [www.thermor.fr](http://www.thermor.fr)

Varela Design,  
[www.vareladesign.com](http://www.vareladesign.com)

## L'INVITÉE DE LA SEMAINE

### Ferme florale Bluema,

3, sentier de la Bleich,  
68000 Colmar.

Tél. : 07 66 00 42 25.  
Courriel : [contact@bluema.alsace](mailto:contact@bluema.alsace)  
ou [www.bluema.alsace](http://www.bluema.alsace)

## COURRIER

### Aubergines 'De Barbentane' :

Ferme de Sainte Marthe,  
voir ci-contre.

### La Semence bio,

ZA du Verdalaï, 105, rue  
du Chemin-de-Fer, Peynier,  
13790 Rousset.

Tél. : 04 42 66 78 22  
ou [www.lasemencebio.com](http://www.lasemencebio.com)

### 'Bonica F1', 'Clara F1', 'Rania F1' :

La Bonne Graine, voir ci-contre.  
Promesse de fleurs, voir ci-contre.

### 'Black Pearl F1' :

Magellan, voir ci-contre.  
'Blanche ronde à œuf' :

Ernest Turc, tél. : 02 41 66 01 65  
ou [www.ernest-turc.com](http://www.ernest-turc.com)

La Semence bio, voir ci-dessus.

# Rustica

Média Participations, Rustica SA,  
57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19.  
Bureaux : 32 av. Pierre-Grenier, 92100 Boulogne-Bill.  
Standard : 01 53 26 33 00. Site : [www.rustica.fr](http://www.rustica.fr)

Président-directeur général  
de Rustica SA et directeur de la  
publication : Vincent Montagne.  
Directeur général : Guillaume Arnaud.

Directeur des rédactions : Alain Delavie.  
Rédactrice en chef : Corinne Beaudouin.

Directrice artistique : Aurore Nguyen.  
Rédacteur en chef adjoint jardin

(agenda, un jardin-des idées, plan-patron,  
à faire soi-même, RDV avec l'excellence,  
invité de la semaine) : Pierre Nessmann.

Chef de service (actus, animaux, terroir,  
bien-être) : Jérôme Verroust.

Cheffe de rubrique jardin (à faire au jardin  
cette semaine, 1 projet/5 plantes, demain  
au jardin, courrier) : Patricia Kadjevic.

Cheffe de rubrique maison :  
Alice Gondonneau.

Rédacteurs-graphistes :  
Aline Bahuchet (1<sup>re</sup>), Marc Béguin  
et Gérard Bahuchet.

Secrétaire générale de la rédaction :  
Véronique Gonzalez.

Secrétaires de rédaction :  
Claude Bourdel (1<sup>re</sup>)  
et Florence Blondel (2<sup>e</sup>).

Cheffe du Pôle image : Karine Israël.

Iconographes :  
Rouguy Barry-Oger, Maria Varnier.

Photographe : Frédéric Marre.

Assistante de la rédaction :  
Munereah Shamsudine,  
tél. : 01 53 26 32 82.

Publicité et contenus :  
Cambium Média Solutions,  
[www.cambium-media.com/solutions](http://www.cambium-media.com/solutions)

Directrice régie publicitaire :  
Priscilla de Gironde.

Directeur de publicité :  
Thierry Vimal de Flechac,  
[t.vimaldeflechac@cambium-media.com](mailto:t.vimaldeflechac@cambium-media.com)

Directrice de clientèle :  
Julie Foulonneau,  
[j.foulonneau@cambium-media.com](mailto:j.foulonneau@cambium-media.com)

Responsable administration  
des ventes :  
Thomas Regal,  
[t.regal@cambium-media.com](mailto:t.regal@cambium-media.com)

Directrice Marketing BtoC :  
Anne-Sophie Salamon,  
[a.salamon@cambium-media.com](mailto:a.salamon@cambium-media.com)

Responsable des ventes et contact  
diffuseurs :  
Olivier Blochet,  
[o.blochet@cambium-media.com](mailto:o.blochet@cambium-media.com)

Directeur de la fabrication :  
Claude Pedrono.

Photogravure : Key Graphic.

Impression : Maury — Malesherbes,  
56, rue du Général-Patton,  
45330 Le Malesherbois

Dépôt légal novembre 2025.

Vente au numéro MLP.  
Commission paritaire : n° 0228 K82753.

ISSN 2270-1915.

### Service abonnements,

B 200, 60643 Chantilly Cedex.

0 806 000 465 Service gratuit + prix appel

du lundi au vendredi de 9h à 18h.

Écrivez — nous à l'adresse suivante :

[abonnements@rustica.fr](mailto:abonnements@rustica.fr)

Tarif abonnement France :  
50 n°s à 89,90 €.





# MOTS FLÉCHÉS



# JEUX



## LE RAIFORT

STUPÉFAIT	↓	ÉCRIVAIN FRANÇAIS	↓	ÉVALUER	↓	ATTACHA POUR MARCHER	↓	INVENTORIA	↓	ANIMATION	↓	D'UN JAUNE ÉCLATANT	↓	FAIT SORTIR DE L'EAU
PARTIE CONSOMMÉE	↓	FRISÉ EN BOUCLES TRÈS SERRÉES	↓	NANO-SECONDE	↓	TUILE	↓	TEL QU'ON PEUT LE CONSOMMER	↓	POSSESSIF	↓	DIRECTION	↓	
→						PAYS QUI L'UTILISE POUR LE "BOLLITO MISTO"	→							
SA FAMILLE DE PLANTES	→												CONDIMENT DONT IL A LE GOÛT	
VILLE NORMANDE	→			PHASES	→						VILLE PRÈS DE COBLENCE	→		
→				VERRE DE BIÈRE	→						TUNIQUE DE L'ŒIL	→		
CELLE QUI ACCOMPAGNE LE ROAST BEEF EN CONTIENT	SUPPRIMER		FLEUVE DU MAROC	→		PRÉPOSITION	→			RÉGION DE FRANCE OÙ IL EST TRÈS CUISINÉ	→	LAC DES PYRÉNÉES	→	
→			CONIFÈRES	→										
→					NOTE	→		LA SIENNE EST POIVRÉE	→					
					LAISSES DE CÔTÉ	→		MODE D'ÉCRITURE RAPIDE	→					
UTILISÉ COMME TEL DANS CERTAINS PLATS		TROUBLE AFFECTIF OU SENSUEL	→				ASSAISONNÉ	→				INSTRUMENT À BRANCHES	→	
→							SALLE DE TEMPLE GREC	→				ROUES À GORGE	→	
→									AURA UNE EXISTENCE	→				FRAIS ET AMEUBLI EN PROFONDEUR
IL EN STIMULE LE PROCESSUS		PARTEZ !	→	PRONOM RÉFLÉCHI	→	ASSAINIT L'ATMOSPHÈRE	→					LÉGUMINEUSE	→	
→										CRASSEUX	→			
ELLES ÉCLOSENT SUR UN ARBUSTE ÉPINEUX	→					POIL DE PORC	→					CHLORURE DE SODIUM	→	

## SUDOKU

En vous aidant des chiffres déjà placés, remplissez la grille de manière que chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3 par 3 ne contienne qu'une seule fois tous les chiffres de 1 à 9.

moyen

	5	2		4				
			9	1				
	1	8	5	2		9		
6						4	5	
			3		8			
3	7							6
	6			5	9	4	8	
			8	2				
			3		7	6		

difficile

			4	6	8			
6								5
	4	7				8	2	
		3				1		
		2	5		3	4		
			7		4			
			6	9	7			
1				3				7
	6							5

## DEVINETTE

### BONNE SOUPE DE SAISON

Quelle ville française est réputée pour être la capitale du cresson ?

- Chartres
- Méréville
- Étampes

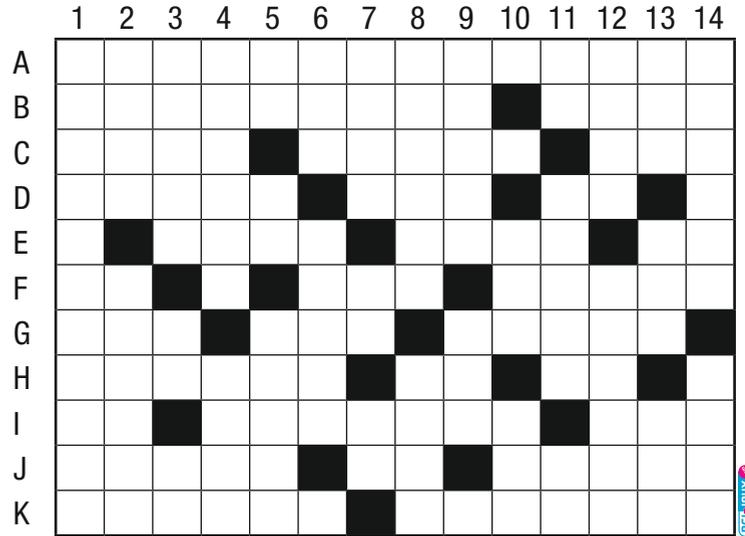


Réponse : Méréville (91).

## MOTS CROISÉS

**Horizontalement :** **A.** Malgré son nom, il s'agit bien d'une salade (trois mots). **B.** Plante d'origine exotique aux couleurs vives. La table du marchand de légumes. **C.** Petit souci. Épreuves de test. Chanteuse israélienne. **D.** Il est composé de beaucoup de gens. Résine malodorante. Note. **E.** Sont à prendre en cure. Balte. Cela vaut de l'or. **F.** *Opus* abrégé. Ses jours ne sont pas comptés. Arrive en un éclair. **G.** Terre émergée. Lopin de jardin. Bord extérieur du soleil. **H.** Romaine ou batavia. Petit pascal. Désinence verbale. **I.** Dans le coup. Plante volubile. Cours d'Alsace. **J.** Calme, pour la mer. Cale. Port de la Rome antique. **K.** Peuvent chahuter le marin-pêcheur. Rameau de vigne.

**Verticalement :** **1.** Ses fruits peuvent finir en gâteau. **2.** Devise d'Union. Elle réclame des soins de la part du jardinier. **3.** Ville du Frioul. Article espagnol. Avant le déjeuner. **4.** Ville du Nigeria. Mot au combiné. **5.** Largeur de tissu. Cité vers Le Tréport. Le mot de la fin. **6.** Chaîne d'infos en continu. Label de Cadix. **7.** Diapo. Ille vers Oléron. Proche envoi. **8.** Haussée, pour une note. Terrains pour les cheptels. **9.** Architecte américain. Langue d'Asie. **10.** Personnel. Lob ..., lac de Chine. **11.** Interjection. Maison de la culture. Symbole du samarium. **12.** Domine Catane. Placé pour l'hiver en orangerie. **13.** Cap vers les Baléares. Il change chaque année. Textile tiré d'une plante. **14.** Taillé comme un arbre. Qui n'a pas été cueilli à temps.



## PHOTOS-MYSTÈRES

### RETROUVEZ CES FLEURS SAUVAGES



SCABIEUSE  
COLOMBAIRE

OPHRYNS BOURDON

CERFEUIL SAUVAGE

CRÉPIDE  
BISANNUELLE

PHOTOS : SHUTTERSTOCK  
Réponses : 1 - Ophrys bourdon, 2 - Cerfeuil sauvage, 3 - Crépide bisannuelle, 4 - Scabieuse colombaire.

## LETTRES MÉLANGÉES

### VÉGÉTAUX PARFUMÉS

Retrouvez le nom de ces champignons  
en mettant les lettres dans le bon ordre.



- SORÉ DES RSPÉ -----
- ÈECP ----
- IONCRP EUELVHC -----
- OETELPRU -----
- IDEP ED OONTUM -----
- LLEGRIO -----

PHOTOS : SHUTTERSTOCK  
Réponses : 1 - Rose-des-prés, 2 - Cèpe (photo), 3 - Coprin chevelu, 4 - Pleurote, 5 - Pied-de-mouton, 6 - Grille.

## LES SOLUTIONS DU NUMÉRO 2915

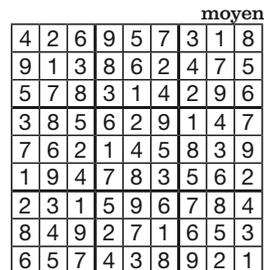
les mots fêchés



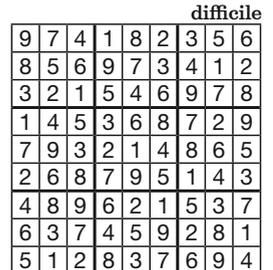
les mots croisés



sudoku



moyen



difficile

# Réveillon enchanté sur la Seine : une croisière musicale unique

 Voyages d'exception

Non contractuel, se référer à la brochure pour disposer de l'itinéraire précis et des C.V. Photos : ©Adobe Stock.



MS Renoir



Philippe Bernold

Voyages d'exception, le spécialiste des croisières et voyages avec conférenciers, vous invite à célébrer le réveillon au fil de la Seine.

De Paris à Honfleur, cette croisière vous fait voyager entre patrimoine, paysages apaisants et escales de charme. Le soir du Réveillon, un concert exceptionnel et un dîner festif vous attendent à bord, pour accueillir la nouvelle année dans une atmosphère musicale raffinée.

## La musique au fil de l'eau

À bord, règne une atmosphère chaleureuse entre mélomanes. Chaque soir, profitez d'un concert dans le salon panoramique du MS Renoir. En journée, les artistes partageront leur univers lors de répétitions ouvertes et de moments d'échange conviviaux.

## Des artistes de renom

Une exclusivité **Voyages d'exception** : **Philippe Bernold** (flûte), **Dana Ciocarlie** (piano), **Anais Gaudemard** (harpe) et **Sophie Lemonnier Wallez** (violon) vous offriront cinq concerts privés à bord.

### VOS ESCALES\* :

PARIS • ROUEN •  
CAUDEBEC EN CAUX • HONFLEUR

## DATE DE DÉPART :

DU 28 DÉCEMBRE 2025 AU 1ER JANVIER 2026

## à partir de

~~2 490 €~~ **2 365 €/pers.**

Inclus : pension complète avec boissons, visites au programme et concerts à bord.

**EXCLUSIF** -5% de remise pour les lecteurs de Rustica

scannez-moi !



## DEMANDEZ NOS BROCHURES GRATUITES

 **01 75 77 87 48**

 **contact@voyages-exception.fr**  
**voyages-exception.fr/brochures** (code PARIS)  
**et dans votre agence de voyage habituelle**