

Monsieur le Jardinier

TOUT LE MONDE PEUT JARDINER !



Mes 7 règles
pour des récoltes
abondantes

Avec un calendrier
mois par mois

@monsieur.lejardinier
suivi par près de 2 millions d'abonnés

■ Albin Michel

Retrouvez Monsieur le jardinier
www.monsieurlejardinier.com
Instagram : @monsieur.lejardinier

Santé, bien-être, vie quotidienne, cuisine, parentalité, psychologie,
développement personnel, nature, loisirs et plus encore...

Suivez-nous sur Instagram :
@albinmichel_et_moi

Tous droits réservés.
© Éditions Albin Michel, 2026.

Monsieur
le Jardinier

**TOUT
LE MONDE
PEUT
JARDINER !**

Les 7 règles pour récolter
légumes, herbes aromatiques
et fruits en abondance

■ Albin Michel

SOMMAIRE

Introduction	6
7 RÈGLES POUR UN JARDIN NOURRICIER TOUTE L'ANNÉE	9
RÈGLE 1 : Comprendre les plantes	11
RÈGLE 2 : Connaître son environnement	35
RÈGLE 3 : Bien choisir les plantes	55
RÈGLE 4 : Organiser son jardin	65
RÈGLE 5 : Nourrir le sol avant les plantes	81
RÈGLE 6 : Cultiver des plantes fortes	99
RÈGLE 7 : Travailler avec la nature	119

CALENDRIER MOIS PAR MOIS	133
JANVIER	135
FÉVRIER	143
MARS	151
AVRIL	157
MAI	163
JUIN	169
JUILLET	173
AOÛT	179
SEPTEMBRE	183
OCTOBRE	189
NOVEMBRE	195
DÉCEMBRE	199
Table des matières	204

INTRODUCTION

Si vous lisez ceci, ce n'est pas un hasard.

Peut-être avez-vous envie de prendre soin de vos plantes, de cultiver votre propre nourriture pour manger sainement... ou simplement de vous reconnecter à la nature. Quelle que soit votre raison, que vous soyez débutant ou déjà passionné, vous êtes au bon endroit.

Je peux bien vous l'avouer : moi aussi, j'ai commencé avec des doutes et des frustrations. J'ai enchaîné les échecs, les semis ratés, les plantes qui ne poussaient pas ou qui disparaissaient en une nuit. Je pensais, comme beaucoup, qu'il fallait un grand terrain, beaucoup de temps et cette fameuse « main verte » pour réussir à jardiner.

Puis quinze années ont passé. J'ai cultivé sous des climats différents, dans des potagers minuscules comme dans de grands jardins. J'ai appris, observé, testé et partagé avec des milliers de jardiniers.

Et aujourd'hui, j'en suis certain : tout le monde peut jardiner.

Le jardinage, ce n'est pas seulement faire pousser des plantes : c'est un véritable art de vivre. C'est améliorer sa santé en cultivant des aliments d'exception, plus frais, plus savoureux, plus nutritifs. C'est faire des économies tout en retrouvant une vraie autonomie alimentaire. Et c'est surtout la fierté et le plaisir d'offrir, de partager et de rassembler votre famille autour d'un bon plat fait maison.

Non, ce n'est pas une utopie. Vous pouvez avoir un jardin qui vous nourrit toute l'année : des salades et légumes croquantes, des tomates qui ont vraiment du goût, des herbes parfumées à portée de main, des fruits naturellement sucrés, des légumes frais pour chaque saison et même des épices précieuses comme le safran ou le gingembre.

Alors pourquoi tout le monde n'y parvient pas ? Parce que le jardinage est un art : comme la cuisine ou la musique, tout repose sur l'harmonie des bons ingrédients et des bons gestes, réalisés au bon moment. Et sans méthode, ce qui devrait être simple devient vite déroutant.

Mais lorsqu'on apprend à comprendre la nature et à travailler avec elle, elle se révèle d'une abondance incroyable.

Dans ce livre, je vous guide. Je simplifie ce qui paraît compliqué.

Je vous révèle les 7 règles essentielles qui rendent un jardin sain, productif et abondant, quel que soit le climat. Et je vous donne un calendrier pour vous aider à planifier, semer et planter, mois après mois.

Le jardinage a donné un sens à ma vie. Il m'a offert une paix intérieure que je n'avais jamais connue... et j'espère qu'il apportera, à sa manière, le même bonheur dans la vôtre.

Monsieur le Jardinier

Le cycle biologique des végétaux

Le cycle de vie d'une plante suit plusieurs étapes, de la germination à la sénescence. Chaque espèce végétale possède son propre rythme de développement : certaines complètent leur cycle en quelques semaines, tandis que d'autres peuvent vivre plusieurs siècles.

1. La germination

La graine, qui contient l'embryon de la plante, se réveille sous l'effet de conditions favorables, principalement l'humidité et la température. La racicule (racine principale) sort en premier pour ancrer la plante et absorber l'eau, tandis que la tige se développe vers la lumière avant de déployer les premières feuilles.



Jeune plant de tomate

À SAVOIR

Pour germer, chaque plante a besoin d'une température qui lui est propre. Les fèves par exemple peuvent germer à 6 °C, les tomates à partir de 15 °C et les courges ont plutôt besoin de 20 °C. Certaines graines nécessitent même une scarification (abrasion de leur surface) ou une stratification (passage par le froid) pour germer – c'est le cas de nombreux arbres.

2. La croissance et le développement

Les racines, qui se développent après la germination, explorent le sol pour y puiser de l'eau et des minéraux essentiels sous forme soluble, tels que l'azote (N), le phosphore (P) et le potassium (K). Ces éléments, mélangés à l'eau, forment la sève brute qui est transportée vers les autres parties de la plante.

Dans les feuilles, la plante capte la lumière du soleil pour réaliser la photosynthèse. Grâce à la chlorophylle, le dioxyde de carbone (CO_2) absorbé dans l'air et l'eau prélevée par les racines sont transformés en glucides, principalement du glucose, utilisé comme source d'énergie. Ce processus libère également de l'oxygène (O_2) dans l'atmosphère. Le glucose et d'autres composés sont ensuite transportés sous forme de sève qui alimente toutes les parties de la plante : racines, tiges, feuilles, fleurs et fruits en formation.



Plant de tomate en bonne santé, avec plusieurs vraies feuilles

À SAVOIR

Certaines plantes investissent beaucoup d'énergie dans leurs racines pendant les premières années de leur croissance. C'est le cas des arbres fruitiers qui mettent plus de temps à produire des fruits. En général, plus la plante est grande, plus elle met de temps à fructifier, car elle doit d'abord atteindre sa maturité sexuelle.



Organiser son jardin

« *Chi va piano, va sano.* » Ce proverbe italien – que l'on pourrait traduire par « qui va doucement, va sûrement » – résume à merveille l'état d'esprit nécessaire en jardinage. Je le répète souvent, car pour réussir un jardin il faut apprendre à observer, être patient et avancer un pas à la fois. Il est facile de s'y perdre ou de se décourager si l'on se précipite ou que l'on voit trop grand dès le départ. La tentation d'aller vite, de cultiver des dizaines de plantes ou de créer d'immenses zones de culture est forte, surtout au démarrage. Pourtant, cette approche est souvent une erreur. En voulant tout faire à la fois, on risque de manquer de temps, d'attention ou de connaissances pour répondre aux besoins des plantes. Commencer petit et avancer doucement est la clé pour faire de votre jardin une réussite et, surtout, prendre du plaisir.

Semez les tomates

Début mars est idéal pour démarrer les semis de tomates. Bien que certains jardiniers s'y prennent dès janvier ou février, si vous n'êtes pas dans le Sud cela demande une gestion minutieuse de la température et de la lumière pour éviter que les plants ne filent. Après plusieurs essais, j'ai constaté que les semis effectués début mars offrent les meilleurs résultats avec un minimum d'efforts. En effet, lorsqu'ils sont réalisés au bon moment et dans des conditions optimales, ces plants rattrapent souvent ceux semés trop tôt dans de mauvaises conditions.

Lorsque vous sélectionnez vos variétés, pensez à alterner les tomates précoces, les tomates de mi-saison et les tomates tardives afin d'échelonner les récoltes sur plusieurs mois. Ainsi, vous profiterez d'une production continue et variée tout au long de l'été.

TOMATE PRÉCOCE

Reine des Hâtives, Double Rich, Belle de Lorraine...



Tomate Indigo Rose

TOMATE MI-SAISON

1884, Noire de Crimée, Rose de Berne...



Tomate Green Zebra

TOMATE TARDIVE

Ananas, Miel du Mexique, Amana orange...



Tomate Ananas Hawaiian

Semez et plantez

C'est le moment de réaliser des semis directement en pleine terre. Les fèves, pois, navets, poireaux, laitues ou épinards peuvent être semés dès maintenant, ce qui permet d'économiser de l'espace en évitant l'utilisation de godets ou de plaques, tout en simplifiant l'entretien. Après le semis, veillez à garder le sol humide jusqu'à la germination et, si nécessaire, utilisez un voile de forçage pour accélérer la levée et protéger les jeunes pousses des variations de température.

C'est également le moment de repiquer en pleine terre les plants démarrés à l'abri plus tôt dans la saison. Laitues, choux, pois et fèves, cultivés en pot ou sous serre, peuvent être transplantés dès maintenant pour s'enraciner et profiter pleinement des conditions printanières.

Protégez vos plants du froid

En mars, selon les régions, le sol reste souvent froid, rendant les semis en pleine terre plus délicats pour les espèces sensibles aux basses températures. Sans protection, la germination peut être lente ou irrégulière. Si vous ne disposez pas de serre, plusieurs solutions existent pour maximiser la chaleur et l'ensoleillement : l'utilisation de châssis en bois avec des vitres, de voiles de forçage ou même de

simples draps. Ces protections permettent de capter la chaleur durant la journée et de limiter les écarts de température la nuit, offrant ainsi de meilleures conditions pour la levée des graines.

Voici une solution économique : les bouteilles en plastique de 5 litres coupées en deux, utilisées comme des cloches, sont idéales pour protéger les jeunes plants des coups de froid mais aussi des limaces. Peu importe la technique utilisée pour protéger vos plantes, n'oubliez pas d'aérer régulièrement pour éviter l'excès d'humidité qui favorise les maladies. En recyclant des matériaux comme les bouteilles ou des restes de chantier, vous pouvez réduire vos coûts tout en donnant une seconde vie à des objets destinés à la déchetterie.

L'avantage de la serre

La serre est une alliée précieuse pour prolonger la saison des cultures et optimiser vos récoltes. Grâce à la protection qu'elle procure, il est possible de cultiver plus tôt des légumes gélifs comme les tomates, aubergines, poivrons, concombres et courgettes. Les semis de plantes rustiques et aromatiques bénéficient également d'une germination plus rapide sous serre, tandis que les laitues, radis et épinards seront prêts à être récoltés bien avant ceux cultivés en extérieur. Au-delà des semis précoces, une serre permet aussi de retarder la fin des récoltes. En début de saison, elle offre



Récolte de septembre : pommes de terre, tomates, aubergines, poivrons, pastèques, courges

Récupérez les graines

C'est le moment idéal pour récolter les dernières graines de votre jardin ! Tomates, poivrons, aubergines, concombres, haricots, basilic... De nombreuses variétés peuvent être préservées pour vos futurs semis. Attention toutefois aux risques d'hybridation entre certaines espèces si vous souhaitez conserver des variétés fidèles. Une fois les graines récoltées, faites-les bien sécher dans un endroit sec et aéré pendant plusieurs jours afin d'éviter l'humidité et la moisissure. Ensuite, stockez-les dans des sachets en papier en prenant soin de noter leur nom et la date de récolte. Ainsi conservées, elles seront prêtes à être semées dès la saison prochaine !

Recyclez les restes de cultures

Aucune perte dans la nature ! À la fin du mois de septembre, préparez du compost avec les dernières tontes, feuilles mortes et restes de cultures. Soit vous montez un tas de compost traditionnel (voir page 95), soit vous optez pour le compostage

de surface en déposant la matière organique directement sur vos planches de culture libres. Dans ce cas, alternez les couches de matières vertes et les couches de matières brunes.

Faut-il traiter les maladies en fin de saison ?

Si vous observez des signes de maladie sur vos plantes annuelles, il n'est généralement pas nécessaire de les traiter à cette période. Des problèmes comme les taches blanches sur les feuilles des courgettes (souvent causées par l'oïdium) ou le mildiou sur les tomates sont courants en fin de saison, car les conditions d'humidité et de température favorisent leur développement. Cependant, intervenir à ce stade n'a que peu d'effet bénéfique. En septembre, de nombreuses cultures arrivent naturellement en fin de production. Les plantes sont souvent déjà affaiblies et les récoltes principales sont passées. Traiter contre le mildiou ou l'oïdium à ce moment-là ne prolongera pas de manière significative leur cycle de vie.

Vous pensez ne pas avoir la main verte ? Vous ne le savez pas encore, mais tout le monde peut jardiner !

Vous rêvez de récolter des kilos de tomates pleines de saveurs, des légumes frais en toute saison, des paniers de fruits colorés et des herbes parfumées à foison ? Grâce à Monsieur le Jardinier, vous aurez tous les outils pour que votre jardin donne le meilleur de lui-même. Avec précision, pédagogie et bon sens, il vous guide pour réussir vos cultures, que vous disposiez d'un grand jardin ou de quelques pots sur un balcon. Nourri de sa précieuse expérience, il vous accompagne pas à pas sur le terrain parfois glissant du jardinage avec ce livre tout-en-un :

- **7 règles simples et efficaces** pour cultiver avec succès autant les fruits que les légumes
- **1 calendrier mois par mois** pour savoir quoi faire tout au long de l'année

« Aujourd'hui, j'en suis certain :
tout le monde peut jardiner ! »

Expert passionné depuis de nombreuses années, Monsieur le Jardinier est suivi par près de 2 millions d'abonnés avec lesquels il partage ses conseils, dans ses vidéos et sa newsletter.

@monsieur.lejardinier



699548
ISBN : 978-2-226-50031-1
21,90 € TTC

Suivez-nous sur Instagram :
@albinmichel_et_moi