

<b>Zeitschrift:</b>	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
<b>Herausgeber:</b>	Aînés
<b>Band:</b>	16 (1986)
<b>Heft:</b>	12
<b>Rubrik:</b>	Savez-vous planter les choux ? : les élégantes de nos appartements

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

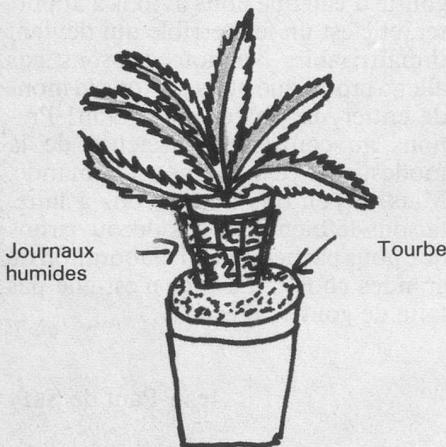
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



MICHELE SUGNAUX

## Les *élégantes* de nos appartements

Ces belles-là ont quelque quatre cent millions d'années. Elles sont le symbole de la sincérité et certaines variétés atteignent 19 mètres en Australie. Leur nom ? Les fougères.



Si elles sont particulièrement bien adaptées aux coins un peu sombres, c'est parce qu'elles craignent les rayons du soleil. Elles ont besoin d'un sol aéré, fibreux, sans calcaire. Les proportions idéales sont un quart de terre de jardin, un quart de terreau de feuilles, les deux derniers quarts étant constitués par de la tourbe et du sable. Afin de connaître le taux de calcaire contenu dans votre terre de jardin, versez un peu de vinaigre. Plus la réaction est mousseuse, plus votre terre est calcaire.

### Les dangers

Toute sécheresse peut être fatale à vos fougères, et ceci à très courte échéance. La meilleure solution consiste à entourer le pot de mousse ou de papier journal mouillé. Vous placerez ensuite ce pot dans un récipient plus grand et vous boucherez les trous avec de la tourbe. Ainsi, vous arroserez et le compost, dans lequel pousse la fougère,

re, et la tourbe. Une douche hebdomadaire à l'eau tiède est également fort appréciée des fougères. Tout comme le soleil, les apports d'engrais massifs sont mortels pour les fougères. Les engrains foliaires à vaporiser conviennent mieux à ces plantes.

### Les plus faciles

Enumérer toutes les variétés de fougères demanderait un livre entier. En voici quelques-unes parmi les plus faciles à cultiver.

Commençons par la **nephrolepis exaltata**. Elle demande si peu de soins qu'il n'y a pratiquement... rien à en dire. Tout comme le **cryptominium** à feuilles de houx, la nephrolepis prospère sans problème dans un compost et un environnement humides.

Les **adiantum**, quant à eux, sont aussi délicats que superbes. Si vous leur offrez une température de 18°, leur évitez les coups de sécheresse et de soleil et bassinez une fois par semaine leur feuillage, vous conserverez longtemps vos adiantum.



Corne-d'élan

Faites pousser votre corne-d'élan sur une branche sèche ou un morceau de tronc. Il suffit d'entourer le support de sphagnum (mousse) et d'enfouir les racines de la fougère que l'on maintient avec un fil de fer plastifié. Vous veillerez à ce que la mousse soit constamment humide. Attention : si votre eau est calcaire, ne l'utilisez pas sur les frondes de la corne-d'élan. Vous auriez très rapidement des taches blanchâtres sur le velours des feuilles.

### Un conseil

Le mélange des variétés de fougères est peu esthétique. Pour un effet décoratif réussi, préférez de grandes touffes d'une seule espèce.

M. S.

