

Les Jardins d'Olénia

Là où la nature prend racine



Le kit Olénia



www.olenia.fr

@les_jardins_dolenia

Par Gwendal, ton copilote

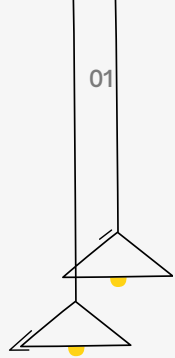


Table des matières

Bienvenue

Le Kit Olénia

Pourquoi ces plantes ?

De la plantation aux premières pousses

Transplantation des jeunes pousses

FAQ : Et si jamais ?

Besoin de plus d'informations ?

1

2

3

4

5

6

7





Bienvenue et Merci !

Tu tiens entre tes mains bien plus qu'un sachet de graines. Tu tiens le point de départ d'une promesse : celle de transformer ton espace, qu'il soit un grand jardin ou un petit balcon de ville, en un refuge pour le vivant.



Tout a commencé en 2013, quand j'ai mis pour la première fois les mains dans la terre, puis en 2016, au Lycée Pommerit, en CAPA Jardinier-Paysagiste.

À l'époque, je ne savais pas encore que ce geste allait dessiner toute une trajectoire : celle d'un homme qui voulait comprendre, lui, la nature, et les autres.

D'année en année, entre créations et entretien de jardins, rencontres avec mes clients, j'ai appris à écouter, à observer.

Ce parcours, fait de découvertes, de doutes et de petites victoires, m'a invité à regarder le monde autrement.

Mais en 2023, une pause forcée pour raisons de santé a tout changé.

Ne plus pouvoir bêcher, c'est dur.

Et pourtant, au creux de cette épreuve, une certitude a germé : je peux continuer à semer autrement.

De cette transition est née Olénia.

Olénia, c'est autant la continuité d'un chemin personnel qu'un projet tourné vers les autres.

Parce que transmettre, guider, accompagner chacun à transformer son jardin, son balcon ou son école en refuge de nature... **C'est ma façon de rester fidèle à cette première poignée de terre, reçue comme un cadeau, il y a plus de dix ans.**

Aujourd'hui, Olénia devient ce que vous cherchez :

- Un espace d'inspiration et de conseils,
- Des kits simples et accessibles,
- Un accompagnement: pour que chacun puisse faire éclore son propre coin de nature.

**Bienvenue dans le début de cette histoire.
Semons, ensemble, de nouvelles pensées.**





Le kit Olénia

2 - Que contient le kit ?



Deux variétés de 80 graines sélectionnées:

- **Le Basilic "Africain"** : Plante aromatique et médicinale parfumée, idéale pour la cuisine ou les infusions.
- **Le Cosmos "Sonata White"** : Une fleur délicate aux pétales blancs purs, parfaite pour attirer les pollinisateurs.



10 pots de semis biodégradables diamètre 8cm :

Ces pots sont très utiles en début de plantation. A défaut d'avoir une serre, vous pourrez faire le début de la pousse en intérieur, climat et températures idéales pour ces pousses. Par la suite ce pot pourra être planter sois en jardinière, soit en jardin.



30 pastilles de terreau compressé

Pratiques et propres, ces pastilles se transforment en quelques instants en terreau aéré dès qu'on y ajoute de l'eau. Elles offrent un support idéal pour faire germer vos graines avant la mise en pot ou en pleine terre





3 - Pourquoi avoir choisis ces plantes ?

Avec ce kit, l'idée n'est pas seulement de "faire pousser des plantes", mais de les **vivre avec tes sens**. Froisse une feuille de basilic entre tes doigts, respire le parfum qui s'en dégage, goûte-la sur un plat encore tiède. Observe ensuite les grandes fleurs blanches du cosmos, la lumière qui passe dans leurs pétales, les insectes qui viennent y butiner quelques secondes avant de repartir.

Tu n'as pas besoin de tout connaître du jardinage.



Le basilic "africain"

Choisi parce qu'il est **facile à cultiver**, même en pot, et qu'il offre rapidement beaucoup de **feuilles parfumées**.

Tu peux l'utiliser en cuisine ou en infusion, et ses fleurs attirent abeilles et autres pollinisateurs gourmands de nectar.



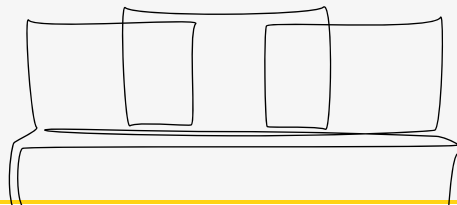
Le cosmos "Sonata White"

Le cosmos "Sonata White" est **un fleur simple et robuste**, qui pousse bien en pot comme au jardin et demande **peu d'entretien**.

Ses **grandes fleurs blanches** au cœur jaune éclairent un balcon ou un massif et offrent de la **nourriture aux insectes pollinisateurs** tout l'été. Elle peuvent même décorer tes assiettes ! (Plante non toxique)

Un duo pour débuter sereinement

Ensemble, ces deux plantes sont **faciles à réussir**, **belles** à regarder et **utiles** pour toi comme pour le vivant autour de chez toi. Elles ont été choisies pour te permettre de faire tes premiers pas au jardin (ou sur ton balcon) sans te compliquer la vie, avec des gestes **simples** et beaucoup de **plaisir**.





4 - De la plantation aux premières pousses

Ma conviction, c'est que chacun devrait pouvoir faire entrer un peu de nature chez soi, sans se sentir perdu.

Alors, quand j'ai conçu ce premier kit, je l'ai pensé comme un compagnon de route : simple, rassurant, et prêt à te guider à chaque étape.

Etape 1 : Préparation de ton petit coin

Choisis un **endroit lumineux**, près d'une fenêtre ou sur un rebord de balcon, où tes pots seront à l'**abri du vent froid et des grosses pluies**.

L'idéal, c'est une **température douce, autour de 18 à 22 degrés** : assez chaud pour que les graines se réveillent tranquillement.

Installe les pots sur une assiette ou un plateau, pour pouvoir arroser sans inonder la table ou le rebord de fenêtre.

Etape 2 : Le Terreau

Avant de placer tes pastilles de terreau dans les pots, tu vas avoir un **petit travail de préparation**.

Chaque pot va recevoir trois pastilles de terreau :

1. Prends un ciseau ou un petit couteau.
2. Coupe **délicatement** la petite lanière qui retient le terreau pour le libérer.
3. Dépose **3 pastilles dans chaque pot**.
4. Verse environ 10 cl d'eau (un petit verre) dans chaque pot **pour humidifier** le terreau. (Si tu le trouve trop dur, hésite pas à rajouter un peu d'eau)
5. Avec une cuillère, **casse** les pastilles et **mélange** jusqu'à obtenir un terreau homogène, souple et bien humide, mais sans flaques d'eau.

L'objectif, c'est que ton terreau soit comme une éponge bien essorée : humide au toucher, sans que l'eau ne coule quand tu le presses entre tes doigts.





4 - De la plantation aux premières pousses



Etape 3 : Semer le Basilic "Africain"

Avec le basilic, tout se joue **dans la douceur** :

Nivele la surface du terreau, puis dépose **3 à 5 petites graines par pot**, en les espaçant un peu.

Recouvre-les d'une très fine couche de terreau, à peine 2-3 mm : le basilic n'aime pas être enterré trop profondément.

Tasse légèrement avec le bout des doigts, puis arrose en pluie fine ou au vaporisateur si besoin, juste assez pour humidifier la surface sans créer de flaque.

Etape 4: Semer le Cosmos "Sonata White"

Prépare les pots de **la même façon**, puis place **2 à 3 graines de cosmos par pot**.

Recouvre-les d'une petite couche de terreau, environ 3 à 5 mm : **c'est suffisant** pour que la graine soit au chaud tout en gardant de l'air autour d'elle.

Arrose doucement si besoin, puis installe les pots à côté de ceux du basilic, dans le même coin lumineux





4 - De la plantation aux premières pousses

Etape 5 : Le bon rythme d'eau et de lumière

Les jours qui suivent, garde un œil sur tes pots :

la surface du terreau doit rester légèrement humide, jamais complètement sèche, ni transformée en bourbier. Pose ton doigt sur la terre : si c'est sec sur environ un centimètre, il est temps d'arroser un peu.

Place les pots au plus près de la lumière, sans soleil brûlant derrière une vitre aux heures les plus chaudes.

Si les tiges deviennent très longues et fines qui se penchent vers la fenêtre, c'est que les plantes te réclament plus de lumière.

Etape 6: Accueillir les premières pousses

Entre 5 et 10 jours, les premiers cosmos peuvent apparaître ;

Entre 7 et 14 jours, ce sera souvent le tour du basilic, surtout si la pièce est bien tempérée.

Tu verras d'abord deux petites feuilles simples, puis de nouvelles feuilles plus découpées (cosmos) ou plus parfumées (basilic) : c'est le signe que la vie a vraiment pris racine.





4 - De la plantation aux premières pousses



Etape 7 : Observe la santé de tes jeunes plants

Un plant en forme, c'est une tige droite, des feuilles bien colorées et une croissance régulière :

Chaque semaine, un peu plus de hauteur, un peu plus de feuillage.

Si les feuilles jaunissent ou deviennent molles, interroge d'abord l'eau et la lumière :

Trop d'arrosage peut fatiguer les racines, trop peu de lumière peut rendre les tiges fragiles.

Etape 8 : Le pincement pour de belles plantes

Quand ton basilic atteint **10 à 15 cm** et qu'il a au moins **trois paires de vraies feuilles**, tu peux "**pincer**" l'extrémité :

Coupe la pointe de la tige juste au-dessus d'un étage de feuilles. Cela **l'encourage** à se ramifier et à devenir plus buissonnant, donc **plus généreux en feuilles**.

Pour le cosmos, tu peux faire **la même chose quand il atteint environ 10-15 cm** :

Un pincement **léger** lui donnera souvent **plus de tiges florales** et une **floraison plus abondante**.

Et surtout, prends le temps de t'arrêter, d'observer, de sentir : chaque nouvelle feuille, chaque fleur blanche de cosmos, c'est la preuve que ton espace est en train de devenir un vrai coin de vivant.

Alors cette plantation ? Facile non ?





5 - Transplantation des jeunes pousses

Tes semis peuvent rester quelque temps dans les pots biodégradables, mais pas trop longtemps : le volume de terre est petit et les racines finissent vite à l'étroit. Dans cette partie je vais t'expliquer simplement quand et comment le repoter. Les éléments qui te seront nécessaires seront bientôt disponible en boutique, je t'enverrais un email quand ce sera dispo ! 😊

Quand savoir qu'il est temps de repoter ?

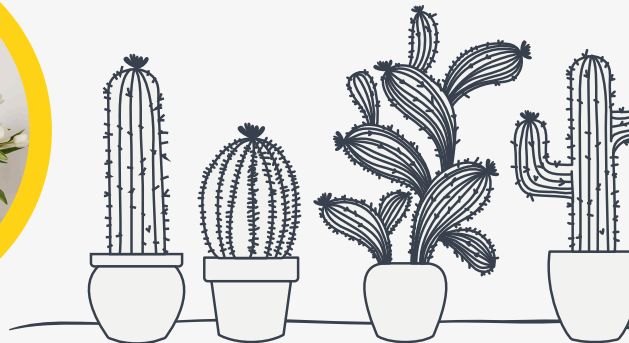
Tu peux envisager le repotage quand :

- les plants mesurent environ 8 à 15 cm,
- ils ont au moins 3-4 vraies paires de feuilles,
- le pot se remplit bien de racines (on peut parfois les deviner à travers ou au fond du pot),
- les nuits deviennent douces (plus de gel si tu comptes les mettre dehors).

Comment repoter dans un pot plus grand ?

1. Choisis un pot percé au fond (basilic : au moins 20 cm de diamètre, cosmos : idéalement 30 cm).
2. Dépose une couche de drainage (billes d'argile ou graviers), puis remplis avec un terreau léger et bien drainé : terreau pour plantes aromatiques ou potagères pour le basilic, terreau pour plantes fleuries mélangé avec un peu de sable pour le cosmos.
3. Imbibe **légèrement** le pot biodégradable pour que la motte se réhydrate bien.
4. Creuse un trou au centre du nouveau pot et place-y le pot biodégradable entier : **le haut du pot doit arriver au niveau de la surface du terreau**.
5. Rebouche autour avec du terreau, tasse **légèrement**, puis arrose au pied pour **bien coller la terre aux racines**.

Le pot biodégradable va se décomposer au fil des semaines et les racines traverseront naturellement : tu évites ainsi le stress de manipuler les jeunes racines.





5 - Transplantation des jeunes pousses



Transplanter en pleine terre ou en jardinière

Pour le basilic africain :

- Choisis une zone **ensoleillée** mais à l'abri des vents froids, dans un sol léger, riche, bien drainé.
- **Espace les plants** de 30 à 40 cm en pleine terre, ou laisse au moins 20 cm par plant en jardinière pour qu'il puisse bien s'étaler.

Pour le cosmos "Sonata White" :

- Installe-le en plein soleil, dans un sol plutôt léger et drainé, pas trop riche en azote (sinon tu auras beaucoup de tiges et moins de fleurs).
- En pleine terre, espace d'environ 30 cm en tous sens ; en pot, vise un contenant d'au moins 30 cm de diamètre, avec une bonne couche de drainage.

Les bons gestes juste après le repotage

Après chaque repotage ou plantation :

- **Arrose généreusement au pied** pour chasser les poches d'air autour des racines, puis laisse le substrat s'égoutter.
- **Garde les plants 2-3 jours à la lumière** mais **sans soleil brûlant**, le temps qu'ils se remettent du changement de maison.
- Reprends ensuite un rythme d'**arrosage régulier** : sol frais pour le basilic, plutôt modéré pour le cosmos, sans laisser d'eau stagner dans les soucoupes.

C'est quand même facile !





6 - FAQ - Et si jamais... ?

Mon basilic ne germe pas ou très peu

Il a besoin de chaleur douce (autour de 18-22 degrés), d'un terreau toujours légèrement humide et de lumière. Si rien ne bouge après 3 semaines, refais un semis léger : souvent, c'est soit un coup de froid, soit un terreau qui a séché trop fort au début.

Les tiges sont très longues et fines

Tes plants manquent de lumière : ils "filent" vers la fenêtre. Approche les pots au plus près de la lumière, ou change-les d'endroit. N'hésite pas à pincer légèrement le haut des tiges pour les rendre plus trapues ensuite.

Les feuilles de mon basilic jaunissent

Deux causes fréquentes :

- trop d'eau (terreau toujours trempé, pot qui baigne dans l'eau),
- ou au contraire manque d'eau prolongé.
- Laisse bien s'égoutter les pots après arrosage, et vérifie que le terreau ne sèche pas complètement.

Mon cosmos fait des feuilles, mais pas de fleurs

Le cosmos a besoin de beaucoup de soleil et d'un sol plutôt pauvre : s'il est dans un terreau très riche ou trop à l'ombre, il fait du feuillage au détriment des fleurs.

Mets-le au plus ensoleillé, sans engrais "boostant" : il fleurira mieux ainsi.

Mes cosmos se couchent ou penchent

C'est souvent le vent ou des tiges un peu trop hautes. Tu peux simplement les tuteurer avec un petit bâton ou une branche fine pour les aider à tenir debout.

Je vois des petites bêtes (pucerons, limaces)

- Sur jeunes pousses de cosmos : les limaces adorent, surtout dehors. Tu peux protéger avec une barrière naturelle (copeaux, coquilles d'œufs, sable) autour du pot.
- Sur les tiges/feuilles : ce sont souvent des pucerons. Un simple spray d'eau savonneuse douce (eau + une pointe de savon noir) sur les feuilles suffit généralement à les faire partir.

Et si je pars une semaine en vacances ?

En plein été, en pot, le basilic aura du mal à tenir sans eau. Tu peux :

- regrouper les pots à l'ombre lumineuse,
- arroser abondamment avant de partir,
- demander à quelqu'un de passer 1 ou 2 fois si possible.
- Le cosmos, lui, supporte un peu mieux le manque d'eau, surtout une fois bien enraciné.

Que faire quand le cosmos finit sa vie ?

Le cosmos est une plante annuelle : il vit une saison, puis s'arrête, c'est normal.

Tu peux laisser quelques fleurs fanées sécher sur pied, récolter les graines et les conserver dans une enveloppe en papier au sec... pour les ressemer l'année suivante.

Que faire des graines que je n'ai pas semées ?

Garde-les au frais, au sec et à l'abri de la lumière (petite boîte, endroit sec dans la maison). Bien stockées, elles pourront resservir pour un second semis ou pour l'année prochaine.

Cosmos "Sonata White"



Basilic "Africain"





Besoin de plus d'informations ?

[Cosmos "Sonata White"](#)



[Basilic "Africain"](#)



[Ensemble des articles](#)



[Boutique Olénia](#)



[Nous contacter](#)



www.olenia.fr

[@les_jardins_dolenia](https://www.instagram.com/les_jardins_dolenia)

Par Gwendal, ton copilote