



Sentier botanique

de Clermont-Le-Fort

Livret pédagogique



Réserve Naturelle Régionale
CONFLUENCE
GARONNE-ARIEGE



J'entre dans un espace naturel fragile et protégé,
je respecte la réglementation.



Sentier botanique de Clermont-le-Fort

À l'aval d'un important méandre de l'Ariège, le hameau des Fraysses se niche au pied d'une falaise terreuse sur laquelle vient buter la rivière. La superposition de milieux humides en bord de rivière et de milieux secs sur les coteaux permet l'expression d'une diversité végétale et animale tout à fait remarquable et originale sur une surface restreinte.

Le sentier botanique de Clermont est le plus ancien des trois sur le territoire du Sicoval. Il vous fera découvrir des plantes avec les anecdotes qui s'y rapportent, mais aussi l'histoire d'une relation entre les hommes et leur environnement fragile et en constante évolution.



Légende

— Sentiers autorisés

— Sentier botanique

..... Périmètre de la Réserve naturelle

☀ Floraison

🍄 Fructification

🌿 Utilisation

⚠ Danger

🍯 Flore mellifère

☑ Berges ouvertes au public

P Parking

🗺 Table d'orientation



Armoise

4

Artemisa. Erba de Sant Joan

Artemisia vulgaris

Mon nom rappelle Artémis, déesse de la chasse et protectrice des femmes. Mes feuilles vert foncé en-dessus, argentées et poilues en dessous, peuvent être récoltées en août. Elles sont antispasmodiques et toniques. J'étais utilisée pour les retards de menstruations, retards seulement. « Si las femnas conneissán l'artemisa, totjorn en auriàn penjada a la camisa » (Si les femmes connaissaient l'armoise, elles l'auraient toujours accrochée à leur chemise). À forte dose, je peux être toxique comme l'est l'Armoise absinthe.



✿ ✨ Floraison : juillet - septembre

🌿 Utilisations : médecine

Arroche halime

Blanqueta



Atriplex halimus

Originaire du pourtour méditerranéen, je suis insensible aux milieux salés, au vent, à la poussière et aux sols pauvres en eau. Je retiens les dunes en bord de mer et, ici, la terre des coteaux. On m'appelle également fessecul ou épinards de mer : certains me mangent.



☀ Floraison : août - septembre

💚 Utilisation : cuisine, horticole



Arum d'Italie

Rasim de sèrp

6

Arum italicum

Je suis une plante originale car mon inflorescence est enveloppée dans une bractée en forme de cornet que l'on nomme spathe. Mes fleurs dégagent une odeur fétide qui attire les mouches assurant ma pollinisation. Mes baies sont d'abord vertes puis rouges ; on les appelle « raisins de serpent » pour dissuader les enfants de s'en approcher car elles sont extrêmement toxiques. Autrefois, on me considérait comme une plante magique qui servait à protéger contre les mauvais esprits. Par temps de disette, on a essayé de consommer mon tubercule (que les sangliers adorent!).



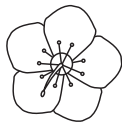
☀ Floraison : avril – mai ♡ Utilisations : ornement

⚠ Plante entièrement toxique dont l'ingestion des fruits peut être mortelle

Aubépine

Boisson blanc

(prononcer bouissou blank)



Crataegus monogyna

Depuis l'antiquité, un pouvoir protecteur m'est attribué : mes fleurs blanches, symbole de pureté, décoraient les tables de mariage et ornaient le berceau des nouveaux nés. Chantée par les troubadours, on dit que la foudre ne tombe jamais sur moi, et même que les fées et les Vierges apparaissent dans mes branches. Particulièrement mellifère, mon miel a un goût délicat qui me caractérise. Connue comme « plante tranquille », je suis recommandée aux surmenés. Mes fleurs et fruits aident à combattre l'hyper ou l'hypo-tension de façon remarquable.

Les baies (cenelles) ou « poires à Bon Dieu » deviennent rouges, mûres et comestibles dès septembre. Les oiseaux les adorent. Elles sont insipides, sèches et farineuses mais elles ont sauvé de la famine des familles irlandaises aux siècles passés. Pour mon malheur, je transmets le feu bactérien et je ne peux plus être commercialisée.



🌸 Floraison : mai

🌿 Utilisations : médecine



Aulne glutineux

Vèrnhe

8

Alnus glutinosa

Le plus souvent au bord de l'eau, je possède un système racinaire important qui permet de soutenir les talus des rives. Grâce à des bactéries symbiotiques, je peux fixer l'azote atmosphérique et ainsi enrichir les sols en azote.

Les pêcheurs à la ligne n'aiment pas mes strobiles secs qui ressemblent à des pommes de pin: ils accrochent leur crin quand ils lancent la ligne vers la rivière. Par contre, les Tarins se régaleront des minuscules graines contenues à l'intérieur. On me surnomme aussi «vergne» ou «vernhe», mot d'origine gauloise, qui a donné de nombreux toponymes (Le Vernet, Lavernose) et anthroponymes (Bernède, Vernier). Il aurait la même étymologie que le mot vermine; par le passé, on mettait mes feuilles dans les maisons pour attirer les insectes indésirables; rassemblés, il était plus facile de s'en débarrasser.

Imputrescible, léger et facile à travailler, mon bois servait à la confection de sabots et surtout de pieux et pontons comme ceux qui soutiennent la Ville de Venise. Je suis utilisé aujourd'hui pour la caisserie, la fabrication de palettes, de jouets, crayons et bardages. Les qualités de mon bois sont dénigrées dans l'expression «surtout ne pas prendre l'aulne pour frêne».

Mon écorce est utilisée pour soigner les angines.



✿ ✿ Floraison : février - mars

🌿 Utilisations : bois d'œuvre, médecine

Bardane

Tirapels, rapalassa, lamporda



Arctium lappa / minus

Du fait de leurs aiguillons crochus, mes fruits, appelés rapassous ou tignous, de l'occitan tenhós car résistant comme une teigne, s'accrochent aux vêtements et à la toison des animaux, ce qui permet de disperser mes graines. Ils sont à l'origine de l'invention du Velcro.

Je suis aussi une plante médicinale ; ma racine est utilisée pour les problèmes de peau. En tisane, ma racine est diurétique, sudorifique et dépurative. Au Japon, je suis consommée en soupe et je suis considérée comme plante potagère. Je suis la gourmandise des limaces du potager. On raconte que j'aurais guéri Henri III d'une maladie de peau.



✧ Floraison : juillet - août

♥ Utilisations : médecine, cuisine (racines et jeunes feuilles)



Molène, Bouillon blanc

Candèla de Sant-Joan

10

Verbascum thapsus / Densiflorum

Mon feuillage étalé en grande rosette est épais et duveteux, d'un vert clair argenté. La seconde année, vers la Saint Jean, j'élève ma hampe florale jaune à plus d'un mètre de haut. Une fois fanée, et sèche, enduite de graisse, cette hampe servait de flambeau lors des processions du 15 août. On fait infuser mes fleurs (bouillon) pour combattre les difficultés respiratoires avec une efficacité reconnue.

J'ai un papillon rien que pour moi ! La Cucullie du bouillon blanc dont la chenille mange mes feuilles. Saint Fiacre guérissait avec de la Molène, il est devenu le saint patron des jardiniers.



✿ ✿ Floraison : juin

♥ Utilisations : médecine

Bryone dioïque

Nap del diable



Bryonia dioica

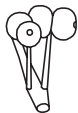
Je suis dioïque, c'est-à-dire que mes fleurs mâles et femelles sont sur des pieds différents. Entièrement toxique (quinze baies peuvent tuer un enfant), je fus pourtant longtemps utilisée pour traiter les parasites intestinaux, mais je provoquais des vomissements importants. D'après certaines croyances, les hommes me consumaient lorsqu'ils avaient des problèmes de fertilité. Mon nom occitan « Navet du diable » vient de ma racine (tubercule) qui peut devenir plus grosse qu'une tête d'homme et longue comme le bras.

Mon nom scientifique vient du grec et signifie « je pousse avec force », car je suis difficile à arracher. De ce fait, on me surnomme le « désespoir des jardiniers ». Les lianes peuvent mesurer cinq mètres de long, les vrilles ressemblent à des ressorts et « tournent » dans les deux sens pour ne pas rater l'accrochage aux moindres tuteurs possibles du voisinage. Il y a quelques décennies, on trouvait sur les marchés du Roussillon des bouquets de très jeunes pousses de Bryone appelées carbacines.



✂ ✨ Floraison : mai - août

⚠ Plante entièrement toxique



Camérisier

Escobièr

12

Lonicera xylosteum

Je suis un arbrisseau des sous-bois au feuillage aéré, caduc. On me nommait Chamérisier dans le calendrier républicain, fêté le 14^e jour de Floréal. Et si je m'appelle Escobièr en occitan, c'est que mes branches, une fois liées en petites gerbes, peuvent servir de balai (escoba en espagnol). Mes baies deviennent rouges mais sont vomitives !



✿ ✨ Floraison : mai - juin
△ Baies toxiques

Chardon Marie

Caucida saladère



Silybum marianum

Les marbrures blanches de mes feuilles épineuses et luisantes ont fait penser, au Moyen Âge, aux gouttes de lait de la Vierge qui étaient tombées lorsqu'elle nourrissait son fils, cachés sous mon feuillage fuyant le perfide Hérode. Mon réceptacle charnu rappelle celui de l'artichaut et peut être consommé. Mes fruits contiennent de la silymarine, utilisée comme lotion tonique ou pour traiter des troubles hépatiques et biliaires.



✿ Floraison : juin - août

🍵 Utilisations : médecine, cuisine



Chélidoine

ou Grande éclairé
ou Herbe de Sainte Claire

Erba de las verrugas

14

Chelidonium majus

Lorsque l'on casse ma tige, il s'échappe un latex de couleur orangée qui contient de la coptisine, un alcaloïde utilisé pour traiter les verrues, d'où mon surnom d'herbe aux verrues. Mon nom vient du grec et signifie « hirondelle », est-ce à cause de la forme de mes feuilles ou parce que ma floraison coïnciderait avec l'arrivée de ces oiseaux migrateurs ? Je fane à leur départ. On dit que la femelle hirondelle utilise le latex de ma tige pour ouvrir les yeux de ses petits oisillons. Au Moyen Âge, on m'utilisait pour soigner les maladies des yeux, d'où mon nom de Grande éclairé ou d'Herbe de Sainte Claire. Les clarisses m'ont choisie comme fleur emblématique de leur ordre. Selon la théorie des signatures, je servais à soigner les maladies du foie et de la vésicule (mon latex rappelle la bile). La science a confirmé mon pouvoir cholagogue.



✽ Floraison : mars - octobre 🌿 Utilisations : médecine

⚠ Toxique (riche en alcaloïdes), mais peut être utilisée en homéopathie

Chêne pubescent

Casse



Quercus pubescens

Je suis un symbole de puissance et de pérennité : « Zeus et Hermès déguisés en vagabonds veulent voir si les hommes sont généreux. Ils frappent à toutes les portes. Seuls deux vieillards Philémon et Beaucis les invitent à partager leur maigre repas. Avant leur mort, ils seront transformés en deux grands arbres, le chêne pour le mari et le tilleul pour sa femme ».

Du fait de ma croissance lente, mon bois est apprécié pour le chauffage et aussi pour la fabrication de charbon de bois. Je résiste assez bien au feu, ce qui fait que je suis souvent utilisé lors des reboisements artificiels. Un de mes autres noms est chêne truffier et je suis, de fait, très utilisé en trufficulture. Aux XVII^e et XVIII^e siècle, en France, on utilisait mon bois pour construire la coque des navires (2 000 troncs pour un grand voilier).



✳ Floraison : avril - mai

🍷 Utilisations : bois d'œuvre, chauffage, cuisine



Clématite blanche

Vidaula, vridoula

16

Clematis vitalba

Je suis une liane, grimpant sur les clôtures ou les arbres que j'envahis, jusqu'à trente mètres de haut ! Mon surnom le plus répandu est « Herbe aux gueux », car les mendiants écrasaient mes feuilles et les appliquaient sur leur visage et leurs mains dans le but de provoquer des plaies plus ou moins profondes (brûlures et cloques) et ainsi susciter la pitié des passants.

On me surnomme aussi Vigne blanche, Joie du voyageur, Chevelure de Notre Dame (fruits plumeux qui font croire en hiver à une seconde floraison), Ornement du chemin... On me tressait en liens solides et mes torsades servaient à confectionner des ruches qui rassuraient les abeilles par leur aspect naturel. On m'attribue également des propriétés vésicatoires notoires !



✧ Floraison : juin - août

🍵 Utilisations : agrément, vannerie, corderie ⚠ Plante toxique

Cognassier

Codonhièr



Cydonia oblonga

Je suis surtout cultivé pour mes fruits, les coings. On les utilise pour préparer des compotes, gelées, liqueurs et une fameuse pâte, mais aussi des tajines. Planté aux angles des parcelles agricoles, j'indique les limites indiscutables de propriété; je suis difficilement arraché, sans doute aussi à cause de l'homonymie : coing/coin.

Dans la Grèce antique, mes fruits étaient consacrés à la déesse Aphrodite, symbole d'amour et de fertilité: c'était un cadeau rituel fait à l'occasion des mariages.



🌸 Floraison : avril - mai 🍂 Fructification : septembre
🍷 Utilisations : cuisine



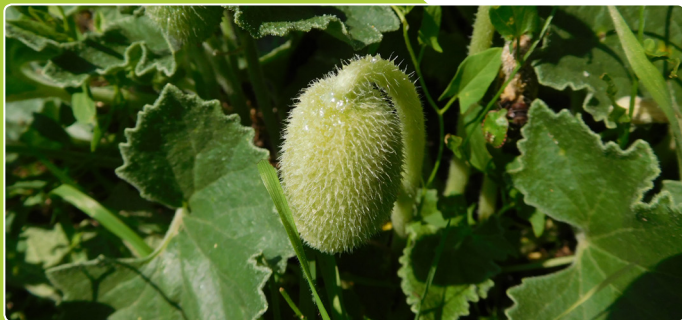
Concombre d'âne

Pet d'ase

18

Ecballium elaterium

Mon nom français décrit ma forme, tandis que mon nom occitan est Pet d'ase car, « quand on chemine derrière un âne, on reçoit les embruns de ses pets », un peu comme le jet liquide que lâchent les fruits à maturité dans le but de répandre les graines tout autour, à plusieurs mètres. Je suis de la même famille que la courgette. Mon fruit est un diurétique violent.



✧ Floraison : mai - septembre

△ Plante toxique

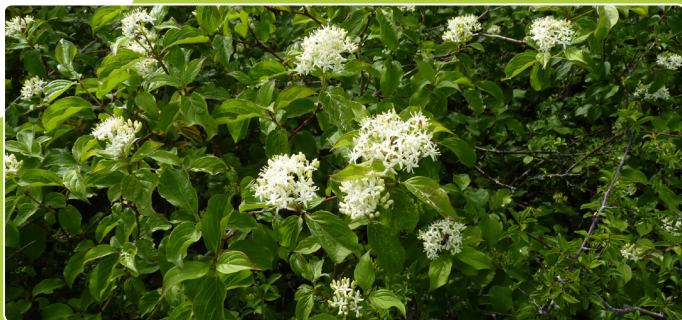
Cornouiller sanguin

Sanguin



Cornus sanguinea

Cornouiller veut dire « dur comme de la corne ». J'ai été utilisé pour faire des manches d'outils. Mes feuilles et mes tiges deviennent rouge sang à l'automne. Mes fruits, non comestibles, sont de très petites boules noires. Mes branches rouges sont appréciées en art floral et servent couramment en vannerie.



✂ ✨ Floraison : mai - juin

🍵 Utilisations : ornement, vannerie, outillage



Erable champêtre

Auseról, auseron

20

Acer campestre

En occitan, mon nom dit que mes feuilles lobées (cinq lobes arrondis) rappellent l'empreinte des pattes d'oiseaux (ausels). Certains disent que mon écorce côtelée (fendillée) permet aux gallinacées de mieux se percher dans mes branches. Mon fruit est une samare à deux ailes opposées.

Résistant aux insectes, mon bois est utilisé en ébénisterie, marqueterie et menuiserie. Je suis utilisé en cosmétique pour les peaux couperosées. Arbre de légendes, je suis cité dans l'astrologie celtique et dans la mythologie : le cheval de Troie était fait de bois d'érable lit-on dans l'Illiade.



🌸 Floraison : mai - juin

🪵 Utilisations : ébénisterie, menuiserie

Fragon

Escane-clouque



Ruscus aculeatus

On me nomme souvent Petit houx, mais il ne faut pas me confondre avec le Houx (*Ilex aquifolium*). Néanmoins, avec nos piquants et nos baies rouges, nous sommes tous les deux des symboles de protection. On m'appelle encore Épine de rat, Buis piquant, Fragonnette et, en occitan, Escane clouque car une poule couveuse (clouque) s'escane (s'étrangle) en se précipitant sur mes fruits accrochés à mes cladodes rigides et piquants.

Mes jeunes pousses peuvent être consommées comme des asperges, en salade ou en omelette, mais elles sont assez amères. Mon rhizome, riche en principes actifs de la famille des saponosides, agit sur le système veineux. Au I^{er} siècle, Dioscoride m'aurait déjà utilisé pour mes propriétés médicinales. On me trouve dans de nombreux produits pharmaceutiques prescrits pour des troubles veineux, d'où mon surnom de « plante des jambes légères ».



✧ Floraison : septembre - avril

🍵 Utilisations : médecine, cuisine

⚠ Fruits très toxiques



Frêne commun

Fraïsse

22

Fraxinus excelsior

J'aime le soleil et les bords de rivière. J'ai donné mon nom au hameau des Fraysses. Malheureusement, la Chalarose du frêne est un champignon qui attaque mes feuilles, et qui gagne la France d'est en ouest. Si je suis isolé, j'attire la foudre. Plusieurs légendes font de moi celui qui supporte la voûte céleste ou bien qui aide les impuissants, ou bien fait fuir les serpents... Le javelot d'Achille était en frêne.

Je suis l'arbre qui aide les hommes depuis longtemps. J'ai de nombreuses qualités; je suis utilisé en tannerie, teinturerie. Taillé en têtard, je sers de fourrage d'appoint pour le bétail. Mon bois dur et souple est idéal pour faire des manches de bêche, des barreaux d'échelle, des rames et les premiers skis. Je combats la cellulite et je soulage l'arthrose. On cuisine mes fruits, mes feuilles pour une boisson rafraichissante la frênette.

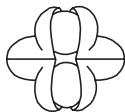


☼ Floraison : mars

🍵 Utilisations : chauffage, outillage, fourrage, ameublement, médecine, cuisine

Fusain d'Europe

Capèl d'avesque



Euonymus europaeus

Mes fruits roses et leur disposition en barrettes rappellent la mitre d'Evêque, d'où mon nom occitan. On m'appelle aussi Bonnet de ritou ou Bois carré. Après carbonisation, mon bois donne le fusain pour dessiner. Mes graines sont utilisées en teinturerie et je trouve aussi des applications dans la sculpture, comme lardoires ou fuseaux de rouet) et en horlogerie (même de nos jours!). Au mois de mai, les chenilles d'Ypomeute sont capables de dévorer toutes mes feuilles et se suspendent à un fil de soie sur le passage des randonneurs pour être transportées plus loin sur un autre fusain à déshabiller. Heureusement pour moi, les feuilles repoussent vite...

Mes fruits sont remarquables : l'arille rose vif très décoratif contient une graine rouge luisante qui reste visible longtemps au début de l'hiver.



✱ Floraison : avril - juin ♀ Utilisations : teinturerie, sculpture, horlogerie
 △ Plante entièrement toxique ♂ Fructification : septembre - octobre



Gaillet gratteron

Rapapelha

24

Galium aparine

Plante grimpante, je m'accroche aux vêtements et j'en profite pour disperser mes innombrables graines.

On récolte mes graines en septembre-octobre pour ensuite les sécher, les torréfier et les moudre dans le but de fabriquer un substitut du café. Je permettrais de soulager les douleurs dues aux calculs rénaux et aux affections cutanées. Autrefois, dans certaines régions, on se servait de mes tiges et feuilles (qui sont crochues) pour filtrer le lait après la traite. Mes jeunes pousses sont consommées en légume. Plante contre-indiquée aux diabétiques, je contiens des glucosides, de l'amidon et de la vitamine C.



✧ Floraison : mai - juin ⚙ Fructification : septembre

♥ Utilisations : médecine, cuisine

Lierre commun

Lèdra



Hedera helix

À croissance rapide, je rampe et couvre le sol quand je ne trouve pas un tuteur pour m'élever. Si j'en trouve un (un pylône, un arbre, un mur...), je grimpe vers le soleil sans lui nuire ; je pèse un peu, c'est tout, mais j'ai ma propre racine qui m'alimente. Je protège l'arbre du gel et j'abrite la petite faune (insectes, reptiles, oiseaux...). J'ai besoin de lumière pour fleurir et, des fleurs en hiver, les insectes butineurs pour faire leurs emplettes n'en trouvent pas beaucoup, sauf chez moi !

Mes feuilles sont fantaisistes : au sol, à l'ombre, elles sont triangulaires et lobées, plus haut, elles peuvent être ovales ou rondes. Mes fruits, de petites boules noires, ont un effet purgatif. Je suis utilisé contre les affections de la peau et pour les voies respiratoires. Proverbe : « Le Lierre meurt où il s'attache »



✿ Floraison : novembre - décembre

🌿 Utilisations : médecine



Merisier

Cerier salvatge

Prunus avium

On me surnomme Cerisier des oiseaux. Pour me différencier du Cerisier, il faut observer mes feuilles qui ont deux petites glandes rouges luisantes au haut du pétiole, au départ du limbe. En occitan, j'ai un autre nom pittoresque, l'Escane gous.

Avec mes fruits, on peut produire de l'eau de vie, le kirsch. En Croatie et en Italie, on en fait une liqueur, le marasquin. Mon bois, de couleur rouge foncé, est recherché par les ébénistes. Jusqu'au XVIII^e siècle, mes fruits séchés étaient consommés seuls ou dans de la soupe.



✂ ✨ Floraison : avril - mai 🍒 Fructification : juin - juillet

🍷 Utilisations : cuisine, ameublement, ébénisterie, porte - greffe de cerisier

Monnaie du Pape

Medalha de Judàs



Lunaria annua

J'embellis les sous-bois de mes abondantes fleurs violettes. Mes graines, prises entre deux membranes circulaires, translucides et nacrées, sont comparables à des pièces de monnaie, d'où mes noms de Monnaie du Pape, Herbe aux écus ou Médaille de Judas (allusion aux trente pièces d'argent que Judas a reçu pour trahir Jésus). Une fois mes fruits formés et séchés, on m'utilise pour agrémenter les bouquets secs.



✧ Floraison : mai - juin

♥ Utilisations : ornement



Nerprun alaterne

28

Aladèrn

Rhamnus alaternus

Je suis capable de vivre une centaine d'années et on me trouve plus généralement en région méditerranéenne. Mon nom vient sans doute d'une déformation du mot alterne, du fait de la disposition de mes feuilles alternées. Ne pas me confondre avec la Filaire, dont les feuilles, semblables, sont opposées.

Par le passé, on utilisait mon écorce pour ses propriétés purgatives, mais aussi pour faire de la teinture de couleur jaune.



☼ Floraison : mars - avril

♥ Utilisations : médecine, teinture végétale, tournerie, marqueterie

Noisetier

Avelanière



Corylus avellana

Mes fleurs mâles composent des chatons dès l'automne. Mon fruit peut être consommé, notamment comme ingrédient phare des pâtes à tartiner et autres pâtisseries. Mon bois est surnommé « coudrier » et sert notamment à fabriquer la baguette de sourcier (outil qui serait capable de détecter une veine d'eau souterraine). Mon genre est *Corylus*, ce qui signifie « casque » en latin, du fait des bractées frangées qui entourent mon fruit. Planté près de la maison, je garantis la sérénité du foyer.



✂ ✨ Floraison : janvier - mars

🍷 Utilisations : cuisine, vannerie



Noyer

Noguièr

30

Juglans regia

Arbre dédié à Jupiter, j'aime beaucoup la lumière : je ne peux pousser à l'ombre d'autres arbres. Je sécrète de la juglone qui rend stérile le sol en dessous. On disait même qu'on pouvait ne plus se réveiller si on faisait la sieste sous mes branches. Fleurs mâles et femelles fleurissent en décalé sur le même arbre, mais les abeilles ne s'y intéressent pas : il n'y a pas de miel de noyer.

Outre son utilisation pour la fabrication de d'huile, la noix est une illustration de la théorie des signatures : elle améliorerait la mémoire puisque les deux cerneaux ressemblent aux deux hémisphères du cerveau. Dans l'antiquité, on m'attribuait des superstitions funestes, pourtant je suis le symbole de l'abondance, de la fidélité et du bonheur dans le mariage. Ma noix est d'ailleurs aphrodisiaque. Mon bois est très recherché en ébénisterie. Mes feuilles et mon péricarpe sont utilisés dans le traitement des troubles gastriques et intestinaux.



✽ Floraison : avril - mai ♂ Fructification : septembre - octobre

♥ Utilisations : menuiserie, ébénisterie, cuisine, médecine, teinturerie

Orme champêtre

Aumè



Ulmus minor

Très apprécié, mon bois, dur et résistant à l'humidité, fut utilisé pour faire des charpentes, roues de moulin à eau, roues et essieux de chariots... Mon écorce est utilisée contre les problèmes digestifs. Henri IV et son ministre Sully encouragèrent la plantation d'ormes le long des routes et sur les places de villages. La graphiose, maladie cryptogamique due à un insecte (Scolyte) arrivée dans les années 70/80, a décimé tous les vieux spécimens de mon espèce, sans qu'on ait trouvé de remèdes. Vous pouvez observer les traces de cette maladie sur mon tronc. J'étais l'un des plus grands arbres des forêts françaises avant cette maladie.



🌸 Floraison : mars - avril

🌿 Utilisations : bois d'œuvre, ameublement



Peuplier noir

Piboul

32

Populus nigra

J'aime les sols frais et aérés, le plus souvent au bord de l'eau, mais on peut me trouver ailleurs, pourvu qu'il y ait de la lumière. Je peux atteindre plus de trente mètres de hauteur et vivre 150 à 200 ans.

On me plante pour mon bois ou comme arbre d'ornement. Les charpentes des fermes lauragaises sont en « piboul », on ne dit même pas « en peuplier ». Les amateurs de champignons recherchent les savoureuses piboulades (pholiotes) qui poussent en colonies sur mon tronc. Les grecs l'associaient à la déesse Hécate, plutôt lunaire, aux multiples pouvoirs tantôt protecteurs tantôt effrayants.



🌸 Floraison : mars - avril

🌿 Utilisations : bois d'œuvre, papier, ameublement

Prunellier

Boisson negre

(prononcer bouissou néggré)

Prunus spinosa



On me surnomme Épine noire pour me distinguer de l'aubépine appelée Épine blanche. On me plante souvent pour faire des haies plutôt défensives. Mes fruits noirs bleutés, les prunelles, sont ramassés après les premières gelées (fin novembre – début décembre) sont utilisés pour fabriquer une liqueur alcoolique très populaire dans le Nord de l'Europe, mais aussi dans le Pays Basque connue sous le nom de patxaran ou pacharan. Mon écorce contient des tanins qui peuvent être utilisés pour faire des teintures noires.



✿ Floraison : février - avril 🍷 Fructification : septembre - décembre
 🍷 Utilisations : cuisine, teinture végétale



Pulmonaire affine

Erba de palmons

34

Pulmonaria affinis

Mes fleurs, en forme de clochettes, rappellent celles de la Primevère officinale que l'on surnomme le «coucou des près». Du fait que nos floraisons se produisent en même temps, on me surnomme le «coucou bleu». Selon la «Théorie des signatures» proposée par le médecin suisse Paracelse (1493-1541), les feuilles et racines des plantes vont indiquer les parties du corps qu'elles soignent. Ainsi, comme les taches blanches sur mes feuilles rappellent un poumon malade, je suis censée soigner les maladies du poumon (selon cette théorie). Mon pouvoir de soigner les affections respiratoires est avéré depuis l'antiquité. Mes fleurs, au début de couleur rose, virent au bleu après qu'elles ont été visitées par des insectes pollinisateurs.



✧ Floraison : janvier - mai

🌿 Utilisations : médecine, alimentation

Robinier faux-acacia

Cacièr



Robinia pseudoacacia

Mon nom est un hommage à Jean Robin, botaniste d'Henri IV, qui m'importa des États-Unis pour la première fois en France en 1601. Mon bois très dur et imputrescible est utilisé pour la fabrication de barrique, de menuiserie extérieure et de piquet de vigne ou de clôture. Mes fleurs sont à l'origine d'un miel réputé et peuvent être consommées sous forme de beignet.

Du fait de ma croissance rapide et de ma grande capacité de multiplication végétative, je suis considéré comme une espèce «exotique envahissante». Champion du drageonnage, je suis en effet très compétitif, capable de remplacer les espèces locales, alors que mes graines sont trop dures et vernissées et ne germent pas facilement.



✿ Floraison : avril - mai ♡ Utilisations : bois d'œuvre, cuisine
 ⚠ Bois et feuilles toxiques



Saule blanc

Sause

36

Salix alba

Je vis au bord des cours d'eau. Mon écorce contient de l'acide salicylique, connu depuis plus de 2500 ans pour soulager les douleurs inflammatoires et faire baisser la fièvre. En 1853, un chimiste français en a extrait le principe actif qui donnera, en 1899, l'aspirine créée par un chimiste allemand.

J'améliore aussi les troubles du sommeil et je suis utilisé pour les problèmes de peau. De croissance rapide, on me taille en têtard pour la production d'osier. Mes trognes noires et tourmentées se repèrent de loin.



🌸 Floraison : avril - mai

🌿 Utilisations : médecine, cuisine

Sureau noir

Sambuc



Sambucus nigra

Ma taille arborescente et mes baies noires me distinguent du Sureau yèble, toxique, dont les rameaux herbacés disparaissent en hiver. Je suis un arbuste plein d'histoires et de légendes. En Grèce, les pâtres évadaient la moelle blanche de mon bois tendre pour en faire des flûtes nommées sambuca, d'où dérive mon nom scientifique *sambucus*. Mon nom français dérive de l'adjectif « sûr » au sens d'acide. Chez les Celtes, il était interdit de me couper car j'étais un arbuste sacré, refuge des divinités. Les chrétiens me surnommèrent « l'arbre de Judas », car je serais l'arbre sur lequel Judas se serait pendu. Dans certaines régions, je suis un porte-bonheur et on me plante près des habitations. J'ai beaucoup de propriétés médicinales. Toutes mes parties sont utilisées, notamment contre les poussées de fièvre des maladies infantiles et contre les inflammations des voies respiratoires. La tisane de mes fleurs est sudorifique et purgative, bonne aussi contre les rhumatismes.

Les familles tziganes se déplaçaient en roulotte. La nuit de la Saint Jean, les mères préparaient les beignets de mes fleurs directement sur l'arbre. A leur réveil, les enfants émerveillés venaient récolter leurs beignets. Est-ce pour cela qu'on m'appelle l'Arbre aux fées ?



- ✿ Floraison : avril - mai 🍇 Fructification : septembre
- 🍵 Utilisations : médecine, cuisine
- ⚠ Les fruits crus provoquent des diarrhées importantes



Tamier

Respouchous

38

Dioscorea communis

On m'appelle souvent « herbe aux femmes battues » car mon rhizome était utilisé autrefois pour soigner les ecchymoses, hématomes et contusions. Depuis l'Antiquité, mes jeunes pousses sont consommées au printemps en vinaigrette ou en omelette ; elles ont cependant un goût amer. Dans la région Occitanie, on appelle mes jeunes pousses des « respouchous » (repousses en français). Les amateurs ont beaucoup de mal à convaincre les autres que « c'est délicieux ! ».



☀ Floraison : avril - juillet ♀ Utilisations : médecine, cuisine
⚠ Vieilles pousses et fruits toxiques

Troène des bois

Fresilhon, Picamèrle



Ligustrum vulgare

Je supporte la sécheresse et forme des haies rustiques. Mon nom scientifique dérive du verbe ligare, qui veut dire lier à cause de mes rameaux souples que les vanniers utilisaient pour faire des corbeilles et des paniers. Mon écorce servait à la teinture des laines. Mes fleurs blanches en petites grappes sont très mellifères et dégagent un parfum agréable. Mes baies noires permettent de fabriquer de l'encre bleue ou noire et des teintures utilisées par les chapeliers et les gantiers, et quelquefois... pour colorer le vin ! L'hiver, mes fruits sont une réserve de nourriture pour les oiseaux.



✧ Floraison : mai - juillet

♥ Utilisations : vannerie, teinture végétale, porte-greffe du lilas



Viorne lantane

40

Atatièr

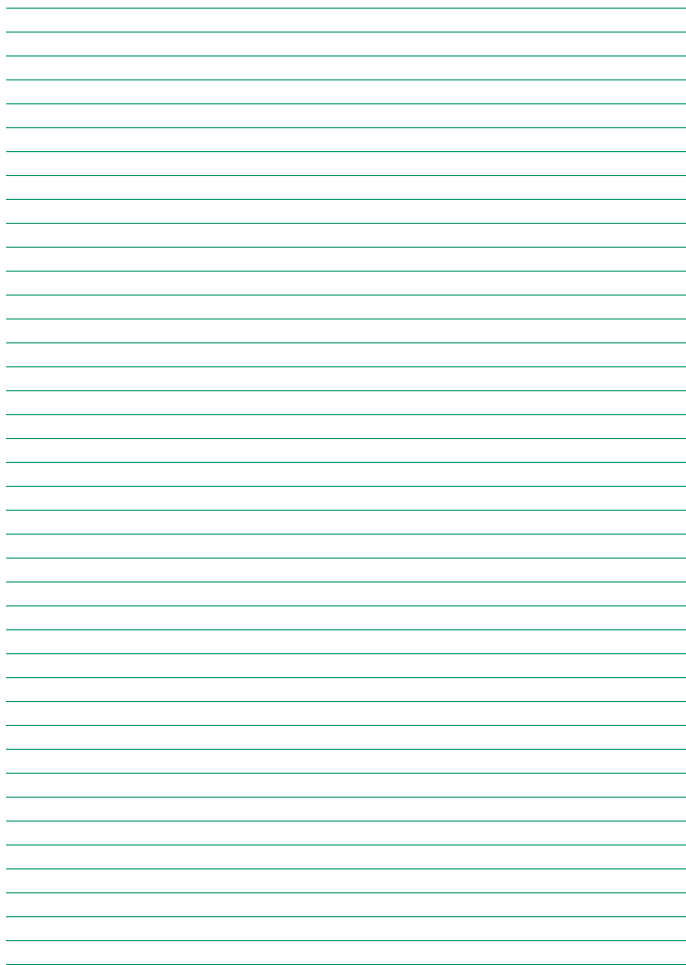
Viburnum lantana

On m'appelle aussi Mancienne ou Viorne flexible: je suis utilisée en vannerie, comme l'osier. J'affectionne les terrains calcaires. Fleurs et fruits ont des vertus médicinales. Mes fleurs blanches et mes fruits de couleur orangée puis rouge luisant sont appréciés des fleuristes qui en agrémentent souvent leurs bouquets et les oiseaux les adorent. Extrêmement robuste, je résiste autant au froid qu'aux étés secs. Je suis l'avenir des jardins de demain.



☀ Floraison : avril - juin 🍷 Fructification : août - septembre

🍷 Utilisations : médecine, vannerie, décoration



Textes rédigés par : Geneviève Sendrail (Les Amis de Clermont-le-Fort),
Christiane Brustel (Caminarem) et Mathieu Orth (Nature En Occitanie,
RNR Confluence Garonne-Ariège)

Les photographes et les relecteurs : Yann Brochec,
Arthur Ménager, Mathieu Menand, Daniel Cailhol (Nature En Occitanie),
Jean-Jacques Giachetto (Mairie de Clermont-le-Fort)
et Bertrand Mazellier (Sicoval)

Création graphique : ©Estelle Grossias

Edition juin 2022

www.rnr-confluence-garonne-ariège.fr



Les Amis
de Clermont-
le-Fort

