

## Reconnaissance de quelques plantes avec Catherine Mahyeux de l'ANA.

Lieu : Laroque d'Olmes, lieu-dit « Le chalet »      Date : 23/05/24 de 9h30 à 11h30.

Présents : Anne Marie – Annick - Bernard – Eliane – Emmanuelle – Line - Michel – Michelle – Sylvaine

### Plante n°1 : *Ranunculus sp* (Bouton d'or)

De nombreuses espèces de renoncules à fleur jaune sont appelées « Bouton d'or »

**Famille :** Ranunculaceae

#### **Toxicité :**

Toutes les renoncules sont toxiques par ingestion ou contact.

Risque de démangeaisons, éruptions cutanées, cloques, blépharite, conjonctivite par contact.

Risque de brûlures, salivation, stomatite, inflammation, oesophagite, vomissements, coliques, diarrhée, hématurie, par ingestion.

Le bétail l'évite. La présence dans le foin sec n'est pas trop dangereuse.



### Plante n°2 : *Serapia vomeracea* (Sérapia à labelle allongé)

**Famille :** Orchidaceae

Le Sérapias à labelle allongé est une plante mesurant de 20 à 58 cm. La base de la tige feuillée est généralement non maculée de pourpre. Le grand labelle étroit atteint environ 37 mm de long et est garni, à sa base, de 2 lames parallèles à légèrement divergentes.

Chez les Serapias (et les Epipactis), le labelle est composé de 2 parties successives : l'hypochile (partie basale) et l'épichile (partie apicale) .

Dans le cas de *Serapias vomeracea*, la partie externe du labelle, l'épichile, est beaucoup plus long que la partie interne, l'hypochile qui est moins large que lui (étalé).



La floraison a lieu de mai à juin. Les fleurs varient de 4 à 10 par tige.

**Plante n°3 : *Plantago lanceolata* (Plantain lancéolé)**

**Famille :** Plantaginaceae

Il existe en Ariège, trois espèces de plantain (lancéolé, média et major). Il y a d'autres espèces dans les Pyrénées Orientales.

Les feuilles du plantain lancéolé sont en forme de fer de lance (lancéolées) et disposées en rosette basale ; les 3 – 5 nervures saillantes presque parallèles sont marquées.



Cela nous indique que le plantain est une espèce ancienne qui a l'apparence d'une monocotylédone. Les plantains font parties des premières dicotylédones apparues sur Terre.

Les fleurs sont disposées en épi cylindrique plus ou moins allongé au sommet d'une longue hampe.

**Comestible :**

Toute la plante est comestible (feuilles, fleurs, fruits, graines). Les jeunes feuilles tendres, au goût de champignon, se mangent crues en salade. Les feuilles plus âgées coriaces se consomment cuites en soupe ou comme légume.

**Usage médicinal :** infusion, cataplasme, jus, teintures

Contre les maladies des organes respiratoires, les piqûres (moustiques, guêpes, orties...) et les démangeaisons, frotter une ou plusieurs feuilles sur l'endroit de la piqûre jusqu'à en extraire le suc, les saignements ou soigner les ampoules.

**Plante n°4 : *Pulmonaria affinis* (Pulmonaire)**

**Famille :** Boraginaceae



**Plante n°5 : *Rubus fruticosus*** (Ronce commune)

**Famille :** Rosaceae

**Comestible :** Fruits et bourgeons.

**Usage médicinal :**

Les feuilles sont diurétiques, carminatives, antidiabétiques.

Les racines sont astringentes, dépuratives, vulnéraires.



**Plante n°6 : *Silene flos-cuculi*** (Lychnis fleur de coucou)

**Famille :** Caryophyllaceae

Feuilles caulinaires lancéolées.

**Utilisation :**

Ses feuilles et ses tiges contiennent de la saponine, servant de savon naturel.



**Plante n°7 : *Euphorbia amygdaloides*** (Euphorbe des bois ou faux amandier)

**Famille :** Euphorbiaceae

**Toxicité :**

C'est une plante vénéneuse, parfois dangereuse pour le bétail. Ses fleurs sont visitées par les abeilles. Chez l'homme, cette plante est violemment vomitive et purgative.



**Plante n°8 : *Coriaria myrtifolia*** (Corroyère à feuilles de myrte)

**Famille :** Coriariaceae

C'est une plante méditerranéenne

**Toxicité :** Plante très toxique par ingestion : convulsions.

**Utilisation** en tannerie.



**Plante n°9 : *Eupatorium cannabinum*** (Eupatoire chanvrine)

**Famille :** Asteraceae

**Utilisation :**

Troubles du foie, plante laxative, cholagogue, cholérétique.

**Toxicité :** Toxique à forte dose ou en usage prolongé.



**Plante n°10 : *Ajuga reptans*** (Bugle rampante)

**Famille :** Lamiaceae

Attire de nombreux papillons de jour.

**Utilisation :** Plante comestible et médicinale (antidiarrhéique, anti-inflammatoire, antifongique, hémostatique, cicatrisant)



**Plante n°11 : *Vicia sepium* (Vesce des haies)**

**Famille :** Fabaceae

Fixe l'azote de l'air et enrichit le sol (utilisée comme plante fourragère).

Attire les bourdons.



**Plante n°12 : *Corylus avellana* (Noisetier commun)**

**Famille :** Betulaceae



**Plante n°13 : *Dactyloriza fuchsii* (Orchis de Fuchs)**

**Famille :** Orchidaceae



**Plante n° 14 : *Rumex arifolius* (Rumex à feuille d'arum)**

**Famille :** Polygonaceae



**Plante n°15 : Geranium robertianum** (Géranium Herbe à Robert ou bec de grue)

**Famille :** Geraniaceae

**Plante comestible**

**Utilisation médicinale :**

Les extraits de cette plante contiennent des quantités importantes de vitamines A, B et C ainsi que des sels minéraux (calcium, potassium, magnésium, fer, phosphore ...)



**Plante n°16 : Geum urbanum** (Benoîte commune)

**Famille :** Rosaceae

**Plante comestible :** La racine desséchée peut remplacer le clou de girofle.

**Propriétés médicinales :** antihémorragique, antidiarrhéique, fébrifuge, styptique, pour soulager les maux de gorge ou les maux d'estomac



**Plante n°17 : Epipactis helleborine** (Epipactis à larges feuilles)

**Famille :** Orchidaceae

**Propriétés médicinales :**

Contient un opioïde (oxycodone) créé en laboratoire avant d'être identifiée naturellement. Elle est utilisée comme analgésique pour les douleurs fortes et est considérée comme stupéfiante en France.



**Plante n°18 : *Arctium lappa* (Bardane commune)**

**Famille :** Asteraceae

**La plante est comestible** (tubercule) , elle est cultivée.

**Propriétés médicinales :**

Diurétique, détoxifiant (élimination par les reins, la peau & les muqueuses), hépatoprotecteur, diaphorétique (induction de la sudation), soulagement des douleurs rhumatismales, soins des dermatoses (Racine). Vulnéraire, soins des dermatoses (Feuille).



**Plante n°19 : *Rosa canina* (Eglantier des chiens)**

**Famille :** Rosaceae



**Plante n°20 : *Cirsium eriophorum* (Cirse laineux)**

**Famille :** Asteraceae

Tous les chardons sont comestibles



**Plante n°21 : *Cirsium palustre* (Cirse des marais)**

**Famille :** Asteraceae

Tous les chardons sont comestibles

