

ACCUEIL

Se promener et observer : Quelques fleurs et plantes des Alpes du Sud

Frédéric Élie, août 2008, juin 2016

CopyrightFrance.com

La reproduction des articles, images ou graphiques de ce site, pour usage collectif, y compris dans le cadre des études scolaires et supérieures, est INTERDITE. Seuls sont autorisés les extraits, pour exemple ou illustration, à la seule condition de mentionner clairement l'auteur et la référence de l'article.

Cet article n'a absolument pas pour vocation de dresser une analyse détaillée sur les plantes et les fleurs. Il restitue des images et commentaires de nature profane relatifs à quelques plantes et fleurs observées lors de randonnées dans les Alpes du Sud. Certains d'entre eux peuvent même être sujets à caution, n'étant pas spécialiste. Le but poursuivi, comme toujours dans ce site, est de susciter la curiosité et le réflexe d'observer autour de soi des choses qui donnent matière à s'interroger, même si elles semblent présenter un aspect banal auquel on ne fait plus attention... et à cause duquel nous laissons alors nous échapper la beauté et la fragilité de la nature.

Comme toujours, les remarques et la signalisation des erreurs sont les bienvenues.

NB : toutes les photos sont de Frédéric ELIE, prises en août 2008 dans la région de la vallée de l'Ubaye (département des Alpes de Haute-Provence).

AVERTISSEMENT DE SECURITE

Les indications données dans cet article ont une valeur uniquement d'information: n'étant pas spécialiste en botanique, je recommande fortement de ne pas utiliser cet article pour tenter des expériences sur la nature toxique ou médicinale des plantes. Les indications mentionnées nécessitent d'être approfondies auprès des spécialistes habilités et confirmés.

Vesce cracca



***Vesce cracca* (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute Provence)**

Autre nom : Grande Cracca, Jarosse.

Nom scientifique : *Vicia cracca*.

Genre : papilionacées

Floraison : juin-août. Hauteur : 30 cm. Plante vivace. Habitat : prairies, lisières des bois, sols argileux ou azotés.

Rhinanthe



Rhinanthe (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : *Rhinanthus minor*.

Genre : scrophulariacées.

Floraison : juin-août. Hauteur : 50 cm.

Habitats : forêts de feuillus, sols humides riches en humus.

Fleurs dans l'aisselle des feuilles ; tubes de corolle courbés vers le haut ; feuilles allongées-lancéolées.

Plante très toxique, à cause des alcaloïdes qu'elle contient, dont l'aucubine.

Remarque : je remercie en cette occasion E. Lesparre de m'avoir signalé en février 2016 les erreurs que j'avais introduites concernant cette plante.

Anémone de printemps



Anémone du printemps (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : Anemone vernalis, Pulsatilla vernalis.

Genre : Renonculacées.

Floraison : juin (la photo montre les anémones après la floraison).

Hauteur : 5 à 35 cm.

Habitats : Pelouses, forêts de conifères, alpages, sols riches en humus légèrement acides.

Plante vivace.

Centaurée ou Bleuets des montagnes



Bleuet des montagnes (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : *Centaurea montana*. Genre : Composées.

Floraison : mai-octobre. Hauteur : 30 à 60 cm.

Habitat : forêts de feuillus, à essences mixtes, alpages, sols calcaires, riches en humus. Plante vivace.

Chardon acaule



Chardon acaule (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Autre nom : Cirse acaule. Nom scientifique : *Cirsium acaulon*. Genre : Composées.

Floraison : juillet-septembre.

Hauteur : 20 cm. Habitats : pâturages, sols argileux ou calcaires. Plante vivace.

Cirse des champs



Cirse des champs (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : *Cirsium arvense*. Genre : Composées.
Floraison : juillet-septembre. Hauteur : 60 cm.
Habitats : champs, chemins, sols argileux. Plante vivace.

Gentiane jaune



Gentiane jaune (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Autre nom : Grande Gentiane printanière. Nom scientifique : *Gentiana lutea*. Genre : Gentianacées.

Floraison : juin-août (la photo de gauche montre la plante fleurie et celle de droite la plante après floraison).

Hauteur : 40 cm à plus d'un mètre.

Habitats : alpages, forêts alpines, sols calcaires, parfois humides.

La plante fleurit la première fois seulement au bout de 10 ans.

Plante médicinale (favorise la digestion et calme la fièvre) grâce aux tanins et chicotins contenus dans ses racines.

Les racines servent aussi à fabriquer la liqueur de gentiane.

Grande boucage



Grande boucage (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : Pimpinella major. Genre : Ombellifères.

Floraison : juin-octobre. Hauteur : 50 cm à 1 m.

Habitats : bords de chemins, forêts alpines, sols argileux humides et azotés.

Plante vivace.

Plante médicinale (diurétique et calmante) grâce à ses huiles essentielles, tanins et pimpinelline.

Grande ciguë



Grande ciguë (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Autre nom : ciguë tachée. Nom scientifique : *Conium maculatum*. Genre : Ombellifères.

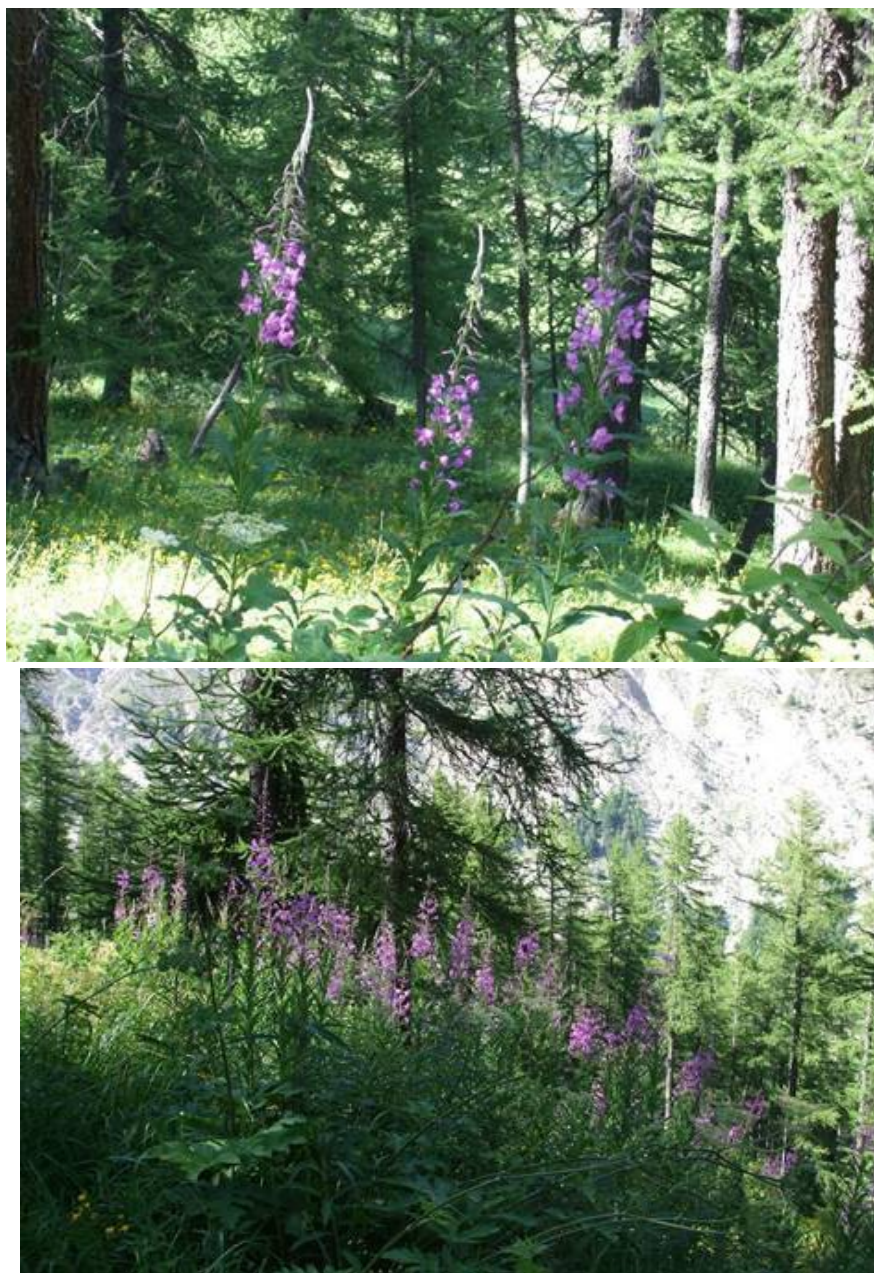
Floraison : juin-août. Hauteur : 1 m.

Habitats : champs, bords de chemins, sols argileux faiblement humides ; c'est un indicateur de présence d'azote dans le sol.

Plante toxique : les potions faites à base de ses fruits sont des poisons mortels.

Mais à très faible dose, la grande ciguë était utilisée comme calmant.

Épilobe





Epilobe (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Autre nom : Epilobe en épi, Laurier de saint Antoine, Osier fleuri. Nom scientifique : *Chamerion augustifolium*. Genre : *Chamerion*.

Floraison : juin-septembre. Hauteur : 50 cm à 1,50 m.

Habitats : rives, prairies et forêts humides, sols humides et azotés, terrains déboisés, altitude jusqu'à 2500 m.

Les jeunes feuilles peuvent être utilisées en infusion, et les fleurs sont comestibles. L'épilobe sert de support à la théorie de l'allogamie (pollinisation par les insectes) créée par le botaniste allemand **Christian Konrad Sprengel**.

Pissenlit



Pissenlit (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Autre nom : dent de lion (à cause de la forme de ses feuilles). Nom scientifique : *Taraxacum officinale*. Genre : Composées.

Floraison : avril-juin (photos prises après floraison). Hauteur : 10 à 50 cm.

Habitats : prairies, bords de chemins, champs, forêts, sols azotés.

Plante vivace.

Plante médicinale et toxique grâce au chicotin qu'elle contient dans son lait (mais toxique à haute dose) On peut manger les feuilles de pissenlit en salades.

Plantain moyen





Plantain moyen (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : *Plantago media*. Genre : Plantaginacées.

Floraison : mai-juin (sur les photos les fleurs, qui s'organisent en rosettes violacées autour des étamines allongées, ne figurent plus).

Hauteur : 15 à 30 cm. Habitats : prés, pâturages, bords de chemins, sols argileux faiblement calcaires. Plante vivace.

Plante médicinale grâce à ses mucilages (calmante et cicatrisante).

Silène enflé



Silène enflé (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : *Silene vulgaris*. Genre : Caryophyllacées.

Floraison : juin-août. Hauteur : 20 à 50 cm.

Habitats : champs, bords de chemins, zones sèches des forêts, sols calcaires ou argileux.

La plante sécrète beaucoup de nectar. Sa pollinisation est assurée par les papillons de nuit. Elle contient de la saponine.

Véronique petit chêne



Véronique petit chêne (environs de Sainte-Anne La Condamine, Alpes de Haute-Provence)

Nom scientifique : *Veronica chamaedrys*. Genre : Scrophulariacées.

Floraison : avril-juin (la floraison est en retard de plus d'un mois à l'emplacement où la photo a été prise, à cause de l'altitude et de la température).

Habitats : prairies, forêts de feuillus, forêts à essences mixtes, chemins, sols azotés. Plante vivace.

Plante toxique : contient le glucoside aucubine, de goût âpre, très vénéneux pour les insectes et même les mammifères ; c'est pourquoi la décoction de la plante était utilisée pour supprimer les poux.

Carline à tige courte



carline à tige courte (Fouillouse, chemin du Chambeyron, Alpes de Haute Provence)

Autre nom : Baromètre. Nom scientifique : *Carlina acaulis*. Genre : Composées.
Floraison : juin-septembre. Hauteur : 3 à 40 cm.
Habitats : pelouses, landes, pâturages, sols secs. Plante vivace.
En présence d'humidité les bractées blanches se referment et s'écartent par temps sec.

Gaillet vrai



Gaillet vrai (Fouillouse, chemin du Chambeyron, Alpes de Haute Provence)

Autre nom : Caille-lait jaune ou Fleur de la saint-Jean.

Nom scientifique : *Galium verum*. Genre : Rubiacées.

Floraison : juin-octobre. Hauteur : 15 à 60 cm.

Habitats : pelouses, bords de chemin.

Le Gaillet vrai contient une substance qui fait cailler le lait : la présure. On l'utilise donc pour fabriquer du fromage.

Plante médicinale : soulage les maux d'estomacs, les dermatoses, l'excitation nerveuse.

Colchique d'automne



Colchique d'automne (Fouillouse, chemin du Chambeyron, Alpes de Haute Provence)

Autre nom : Safran des prés ou Tue-chien, ou Veilleuse.

Nom scientifique : *Colchicum autumnale*. Genre : Liliacées.

Floraison : août-octobre. Traditionnellement cette fleur marque la fin de l'été dans les zones tempérées de l'hémisphère Nord.

Habitats : prairies et forêts longeant les rivières, sols azotés ou argileux.

Hauteur : 5 à 20 cm. Plante vivace.

Plante utilisée en botanique grâce à la colchicine qui est un venin empêchant la division cellulaire tout en permettant la division des chromosomes.

Oeil-de-bœuf



Oeil-de-boeuf (Route des Alpes de l'Ubaye, La Fresqui re-M  olans, Alpes de Haute Provence)

Nom scientifique : Bupthalmum salicifolium. Genre : Composées.

Floraison : juillet-août. Hauteur : 15    20 cm.

Habitats : Forêts, buissons secs, lisières des bois, sols calcaires. Plante vivace.

Angélique sauvage



Angéliques sauvages (Route des Alpes de l'Ubaye, La Fresqui re-M olans, Alpes de Haute Provence)

Autre nom : Herbe aux Anges. Nom scientifique : *Angelica sylvestris*. Genre : Ombellifères.

Floraison : juillet-septembre. Hauteur : 50 cm   2 m.

Habitats : forêts de feuillus, prairies humides, bords de rivières, sols argileux, sols argileux renfermant un écoulement d'eaux souterraines.

Plante vivace.

Plante médicinale dont les infusions soulagent les bronchites, les problèmes pulmonaires, les maux d'estomac. Elle contient des furocoumarines, ainsi que des huiles essentielles nocives aux hautes concentrations.

BIBLIOGRAPHIE POUR ALLER PLUS LOIN

Pour reconnaître les fleurs selon des critères très précis, consulter l'ouvrage de référence :

- Dietmar AICHELE : Quelle est donc cette fleur ? – éd. Fernand Nathan, Paris, 1975

Quelques compléments sur les plantes médicinales et les substances qu'elles contiennent (mucilages, tanins, etc.) :

- article : [effets bénéfiques de quelques plantes](http://fred.elie.free.fr/effets_benefiques_de_quelques_plantes), site fred.elie.free.fr.