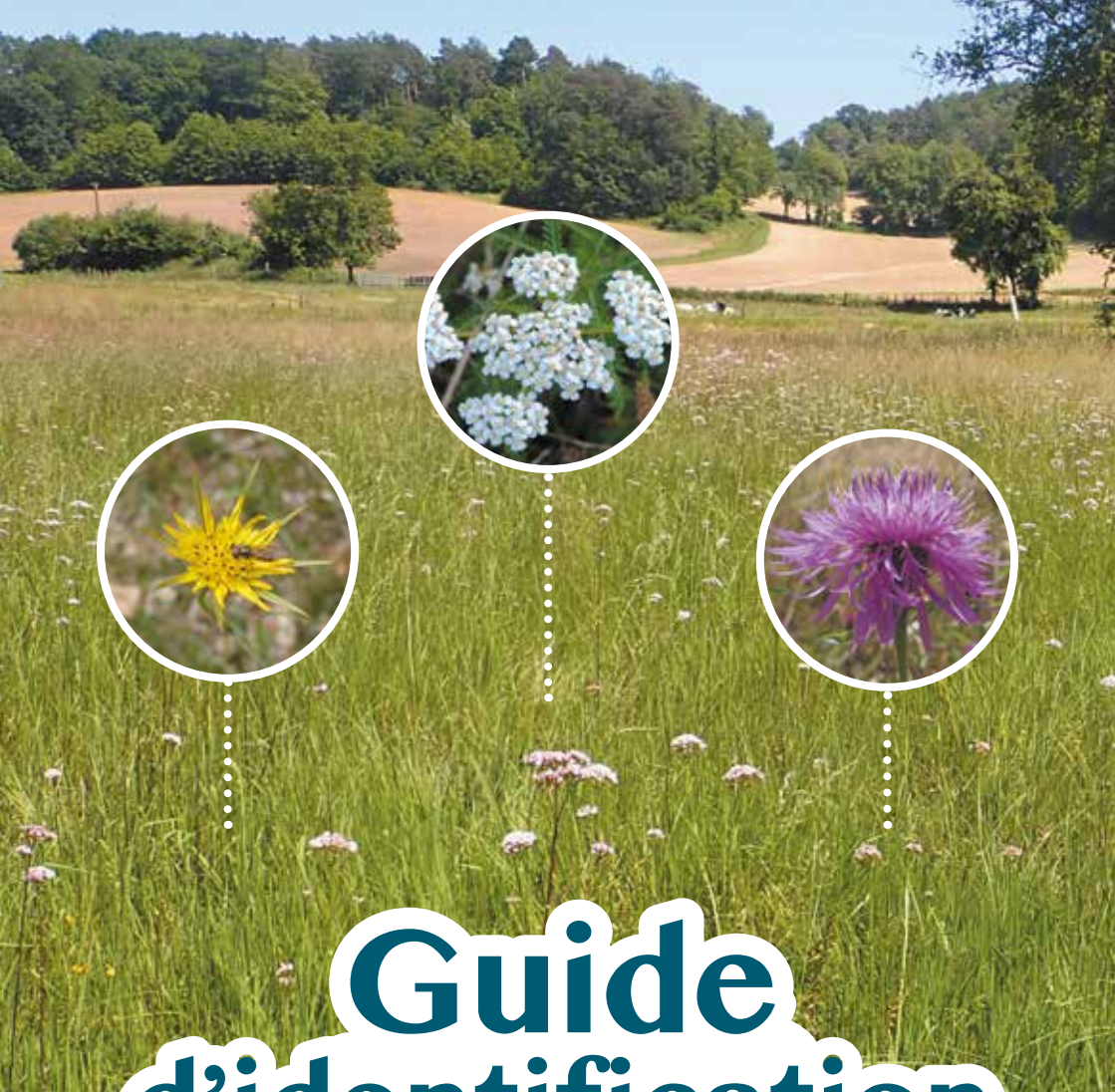




Guide d'identification

des plantes des prairies fleuries

Entre patrimoine naturel
et pratiques agricoles locales



Una altra vita s'inventa aquí

Discrètes mais omniprésentes, les prairies naturelles fleurissent en Périgord-Limousin comme autant de trésors cachés au creux de nos paysages. Bien trop souvent pourtant, nous n’y prêtons guère attention. Cependant, à qui sait s’arrêter, elles dévoilent une palette de bleus, de jaunes et de mauves, changeant au fil des saisons.

En s’approchant un peu, c’est un monde d’une incroyable diversité qui se révèle : fleurs de toutes tailles, formes variées, plantes aux usages et observations populaires multiples... Une végétation qui fait le bonheur d’une foule d’insectes pollinisateurs – abeilles sauvages, papillons, et bien d’autres – mais aussi de nos vaches limousines, qui y trouvent une alimentation de grande qualité. Car c’est bien cette richesse floristique qui donne aux fourrages leur valeur nutritive, au bénéfice direct de la santé de nos troupeaux.

Depuis de nombreuses années, le Parc naturel régional Périgord-Limousin et ses partenaires œuvrent pour la préservation de ces prairies naturelles et pour la promotion d’une agriculture extensive, respectueuse des sols, des paysages et du vivant. À nos côtés, de nombreux agriculteurs s’engagent dans cette voie, conjuguant activité économique et protection de la biodiversité, en adoptant des pratiques telles que le pâturage raisonné, la fauche tardive et la réduction des intrants, qui favorisent la biodiversité et préservent les équilibres naturels. Pour soutenir ces démarches, le Parc mobilise chaque année des financements spécifiques en faveur des exploitants engagés.

Pour le plaisir des yeux, pour la santé des animaux, pour le maintien de la biodiversité... nous avons toutes les raisons de préserver les prairies naturelles, emblématiques de notre territoire. À travers ce guide d’identification, nous avons le plaisir de vous inviter à redécouvrir la richesse floristique de ces milieux vivants, témoins d’un équilibre précieux entre nature et agriculture.



Anne Marie Almoster Rodrigues

Présidente du Parc naturel
régional Périgord-Limousin



Pascal Bourdeau

Vice-président à la biodiversité

Le Parc naturel régional Périgord-Limousin

Situé entre les départements de la Haute-Vienne et de la Dordogne, le Parc naturel régional Périgord-Limousin est un territoire rural de 1 928 km², riche d'une importante diversité naturelle. Ses paysages sont marqués par la rencontre de deux grands ensembles géologiques : le socle cristallin du Massif central pour le nord et l'est du territoire et le bassin sédimentaire aquitain pour le sud et l'ouest. L'eau y est omniprésente, avec une grande richesse en ruisseaux et rivières ainsi que de nombreuses zones humides : prairies* humides, tourbières, mares... Le climat de type atlantique présente des nuances continentales à montagnardes depuis l'est et méridionales depuis le sud-ouest.

Les prairies naturelles, richesse du territoire

Berceau de la race bovine limousine, l'agriculture - et notamment l'élevage - domine avec plus de 50 % du territoire dédié à cette activité économique, dont 40 % de prairies. Ces paysages herbagers constituent des milieux naturels d'une grande qualité écologique, riches en biodiversité. Les prairies de fauches, faiblement fertilisées et gérées de manière extensive, représentent par conséquent un enjeu majeur de préservation de la biodiversité.

La richesse de ces milieux se reflète dans leur diversité en fleurs sauvages, dont certaines présentent une valeur patrimoniale marquées comme le Saxifrage granulé, la Fritillaire pintade, le Jonc acutiflore, les Œnanthes, les orchidées.

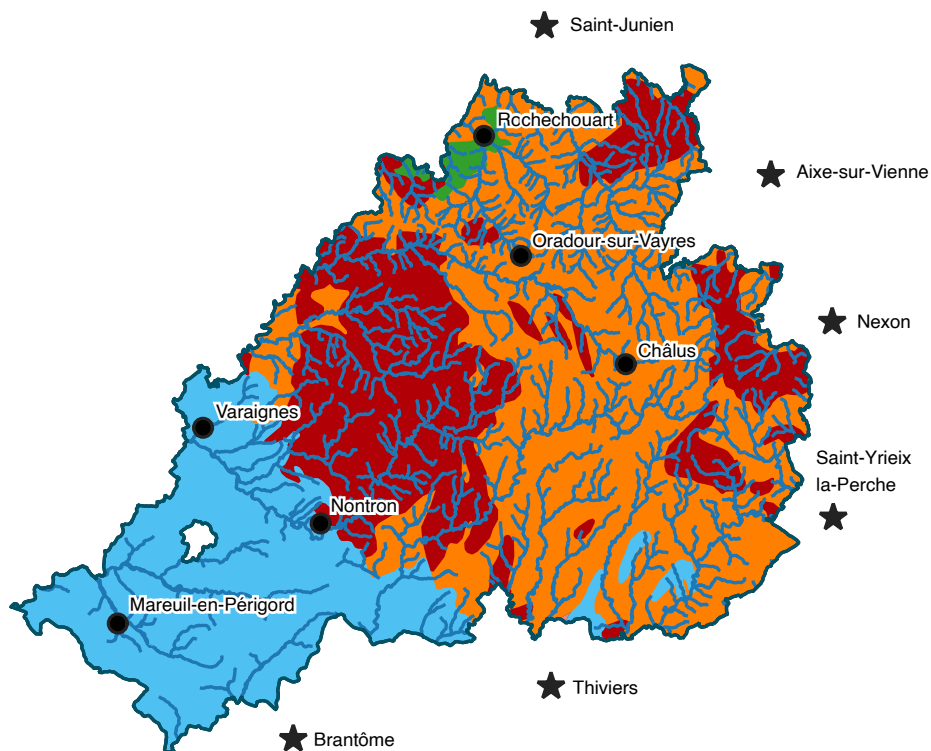
Trésors du Périgord-Limousin, ces espèces ont marqué la culture locale et la langue occitane avec des noms évocateurs : *l'erba dau charpentier*, *lu sagna-nas* pour l'Achillée millefeuilles, *lu trifolet* pour les petits trèfles jaunes, *lu cochon ou la Barba de boc* pour les Scorzonères et Salsifis des prés, *los tremblants* ou *las punaisas* pour la Brize intermédiaire ou Amourette.

* Les mots comportant un astérisque sont définis dans le glossaire, page 87.



Géologie simplifiée du territoire

 Liste des communes du Parc naturel régional : voir p.92



Le territoire

 Périmètre du Parc naturel régional

● Ville repère

★ Ville-porte

 Cours d'eau

La géologie

 Roches de type sédimentaire : calcaires, roches carbonatées, marnes

 Roches de type magmatique : granites, granodiorites, diorites

 Roches de type métamorphique : schistes, gneiss, amphibolites

 Roches terrestres modifiées par l'impact d'une météorite

Prats, pradas e peladas...

Prés, pacages et pelouses sèches...

Petite typologie des herbages en Périgord-Limousin

Nous sommes dans un pays vert : celui des feuillages et des forêts, celui des herbages omniprésents... Quelques décennies en arrière auraient pourtant offert une palette plus nuancée : les terres de labour, les champs cultivés, les landes, y auraient apporté leurs touches. C'était alors l'époque de la polyculture, on faisait de l'élevage, certes, mais on produisait aussi des céréales, des cultures fourragères, des légumes...

Les herbages se cantonnaient alors majoritairement dans les zones humides.

Dans les vallées du Mareuillais, on les retrouvait en bordure des cours d'eau, dans des zones qui étaient bien souvent inondées lors des crues hivernales. Au-dessus, sur les coteaux calcaires, là où la maigreur du sol ne permettait pas la culture, il y avait *las peladas*, les pelouses* arides, au fourrage clairsemé, qui convenait mieux au parcours des brebis qu'à l'engraissement des bovins !

Sur les plateaux limousins, où l'eau ruisselle de partout, où chaque dépression du relief recueille sources et rigoles, les prés se situaient naturellement vers « les fonds ». Pas une combe, pas un fond de vallée sans ses herbages. C'était la zone de *las molhieras*, des « mouillères » et des « prés de fond ». L'eau en excès pouvait y être légèrement drainée en surface par un réseau de petites rigoles, *las levadas*. Mais, si le fond de la combe pouvait être un peu trop marécageux, ce n'était pas toujours le

cas des versants et *daus suchauds*, des parties hautes des prés. Or l'on savait bien, selon le vieux dire limousin, que « *qu'es l'aiga que fai l'erba* », « c'est l'eau qui fait l'herbe ». Il fallait ainsi assurer l'irrigation de ces zones sèches des prairies*. L'eau était collectée en amont dans *un riu*, un *peschier* o 'na *serva*, dans un ruisseau, un lavoir ou un petit étang puis conduite par tout un réseau complexe de levadas qui suivaient les courbes de niveau et venaient ainsi arroser par débordement les pentes sèches. C'était l'art de *far banhar los prats*, de « faire baigner les prés » au printemps et, grâce à cette science hydraulique les Limousins assuraient la pousse d'une herbe grasse et drue dès la sortie de l'hiver. C'était alors le seul moyen d'avoir de bons rendements de fourrage sur des terrains maigres en des temps où les engrais étaient inexistant !



cf. *Memòria de l'aiga, enquête ethnolinguistique sur l'eau en Montagne limousine*, IEO Lemosin, 2009.

Ainsi s'étendaient en dessous des villages, *los prats e los paissers*, les prés de fauche et les pacages, puis, plus près des habitations, *los claus e las pradas*, les « clos » et les « prades » petites prairies closes où l'on pouvait fermer le bétail pour un temps court sans avoir besoin de le surveiller. Ces herbages étaient plutôt dévolus aux bovins. L'*ovelhas*, les brebis, leur domaine c'était plutôt *los brujauds e los bòscs*, les landes de bruyère et de genêts et l'herbe fine des vieilles châtaigneraies...

Et puis il y a eu la grande révolution agricole des années 1950, 1960. Dès lors, il n'y a guère que dans les larges vallées calcaires que l'on a conservé de grandes zones de culture. Sur nos collines granitiques, où la terre est souvent maigre mais la pluviométrie soutenue, on a misé sur le développement des herbages et des

« apradages », des prairies artificielles qui allaient désormais recouvrir d'anciens champs cultivés ou les reliques de vieilles landes. Là-dessus, une bonne fertilisation et voilà une belle production de fourrage, même sur des terrains parfois ingrats.

Aujourd'hui, au temps des prairies artificielles et des semences sélectionnées, on sait bien que tous les herbages ne se ressemblent pas ! On sait aussi que la valeur d'une parcelle ne se mesure pas qu'à sa capacité de production mais que bien d'autres données environnementales sont à considérer. Et à ce titre les vieux prés de fauche, les pâtures de fond, avec leurs remarquables cortèges en flore et en faune, leur richesse en biodiversité, l'histoire paysanne qu'ils racontent, méritent toute notre attention.



Les différents milieux

Milieux secs, dits « xérophiles »

Lorsque le sol est peu épais, rocheux ou drainant, la réserve en eau y est déficitaire toute l'année. Ces conditions drastiques sélectionnent des plantes adaptées qui forment des pelouses* plus ouvertes et plus basses que les prairies*. C'est là qu'on trouve bon nombre d'orchidées sauvages, curiosités naturalistes. Ces

milieux peu productifs en herbe ne sont plus exploités pour le pâturage, ce qui a conduit à un enrichissement limitant leur surface. A l'inverse, la mise en culture a pu localement générer des destructions directes, très difficilement réversibles. Ainsi, dans ce guide, cela s'apprécie dans la fréquence d'observation des plantes en milieu agricole. Les plantes des pelouses, des « tuquets » et autres « sèches » sont de plus en rarement notées dans la surface agricole des exploitations du Parc.

Milieux mésophiles

Les prairies* mésophiles* représentent le type le plus répandu dans le territoire du Parc. Elles font suite à des défrichements forestiers plus ou moins anciens, leur évolution vers le boisement étant bloquée par leur exploitation agricole.

Ces prairies se développent sur des sols ni trop secs, ni trop humides, mais jamais en déficit d'eau. La plupart d'entre elles sont dites eutrophes, c'est-à-dire croissant sur des sols riches en éléments nutritifs, avec une végétation haute et relativement dense. Cependant, certaines prairies sont plus « pauvres », « plus maigres » : gérées extensivement, elles sont en voie de disparition, et pas seulement à l'échelle du Parc. Elles conservent alors une partie du cortège floristique des pelouses*, ce qui les différencie des prairies humides.

Ainsi, la flore qui caractérise les prairies mésophiles dépend non seulement des caractéristiques

physico-chimiques du sol et de la géologie, mais aussi de la gestion perpétrée. La fauche est garante d'une diversité intéressante, sauf pour les prairies semées qui n'englobent guère plus de deux ou trois espèces...

L'action du bétail sélectionne les plantes les mieux adaptées au piétinement et à l'abroustissement. C'est dans les pâtures que l'on voit apparaître les « refus », chardons et autres espèces favorisées par les matières azotées mais délaissées par la dent sélective des animaux.

Dans le Parc naturel régional, il est fréquent que ces prairies connaissent des usages mixtes : pâturage printanier (déprimage), suivi d'une fauche estivale, et parfois d'un pâturage automnal du regain (repousse). Si cette mixité d'usage relève du bon sens agronomique, elle contrarie la typicité canonique de la prairie de fauche (qui ne devrait être que fauchée et très légèrement pâturée)..





Milieux humides, dits « hygrophiles »

Dans les fonds de vallées et lorsque les argiles favorisent la stagnation de l'eau poussent les prairies humides, où l'élément aquatique n'est jamais loin de la surface. C'est souvent la couleur vert foncé des grands joncs qui attire l'œil et permet le diagnostic, mais la réalité est bien plus complexe. Les joncs sont souvent favorisés par le piétinement du bétail, leur prolifération étant un signe de surpâturage. Dans ces milieux variés cohabitent de nombreuses plantes hygrophiles*, avec des végétations tantôt hautes lorsque le sol est riche en nutriments, tantôt basses dans les secteurs tourbeux. La moindre variation dans l'importance et la durée d'inondation modifie la flore, ce qui crée souvent des mosaïques complexes de micro-habitats au sein des prairies humides.



Liens entre prairies naturelles et élevage

Les surfaces herbeuses font partie intégrante des paysages du Parc naturel régional Périgord-Limousin. Derrière cet élément paysager se dissimule une grande diversité de milieux naturels, possédant chacun une flore particulière, parfaitement adaptée aux conditions environnementales (humidité du sol, substrat géologique, climat) et à la gestion perpétrée sur les parcelles.

Le contexte agro-pastoral est un paramètre fondamental de l'existence et du maintien de cette diversité d'habitats et de plantes. Avec l'évolution des pratiques agricoles, on constate une dégradation, voire une disparition de nombreux habitats prairiaux. Il ne s'agit pas que des zones humides, directement impactées par le drainage et l'urbanisation, mais aussi de prairies* autrefois banales, comme les prairies de fauche naturelles.

Le catalogue des végétations du Parc réalisé en 2021 par les CBN (Conservatoire botanique national) Sud-Atlantique et Massif central, montre bien d'une part une importante diversité des types de prairies et pelouses, d'autre part le fort intérêt patrimonial de certains d'entre eux. Il existe donc un enjeu biodiversité « prairies » et un enjeu socio-économique « agro-pastoral » étroitement liés, qui justifient pleinement la mise en œuvre d'actions de conservation à l'échelle du Parc (Lafon *et al.* 2021).

Ce guide présente une petite partie des plantes, parmi les plus caractéristiques, que l'on peut

rencontrer dans les milieux agricoles herbagers du Parc. Il permet à tous, curieux de nature et acteurs de la gestion des milieux, de découvrir ce patrimoine naturel par une double approche écologique et socioculturelle. Au-delà de leurs chatoyantes couleurs, les fleurs des prés ont bien des choses à vous raconter...

Si vous êtes agriculteur

Une mesure dédiée à la conservation de prairies est ouverte dans le Projet agro-environnemental et climatique (PAEC) du Parc naturel régional Périgord-Limousin, sur l'enjeu pastoralisme. Elle peut se décliner de manière localisée (à la parcelle culturale) ou sous forme de mesure système (de 90 à 100 % des prairies permanentes de la ferme).

Ces primes à l'herbe concernent les prairies permanentes déclarées comme telles à la PAC (via TéléPac), et tout particulièrement les prairies naturelles. Elles visent au maintien de bonnes pratiques agronomiques sur les prairies.

Il existe ici une obligation de résultats, contrairement aux mesures habituelles prévoyant une obligation de moyen (techniques, dates d'intervention, chargement...). L'agriculteur a liberté de travailler sa parcelle. L'obligation majeure est de conserver la diversité floristique de la parcelle, avec le maintien à minima de 4 plantes dans chaque tiers au sein de la liste des 60 plantes fixées dans le PAEC du Parc naturel régional Périgord-Limousin.

Ce guide est donc destiné à vous aider à la reconnaissance de ces plantes pour l'application de la méthode. En cas de besoin, une assistance technique peut vous être apportée par les techniciens du Parc.

Souscrire des mesures agroenvironnementales et climatiques (MAEC)

La contractualisation des mesures repose sur un autodiagnostic par l'exploitant. Il peut, sur demande, être accompagné d'un animateur du Projet agro-environnemental et climatique (PAEC) pour la réalisation de ce diagnostic.

L'inspection se fait plutôt au printemps (ou automne pour une déclaration PAC l'année suivante).

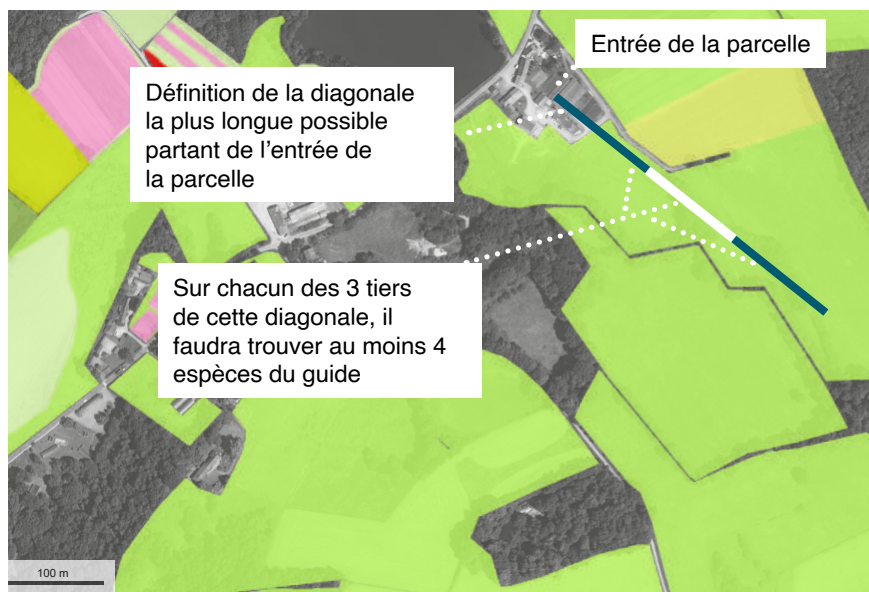
1 On identifie les parcelles à diagnostiquer, à l'aide des images du Registre Parcellaire Graphique (RPG) pour se repérer.

2 Chaque parcelle est parcourue le long d'une diagonale virtuelle qui part de l'entrée de la parcelle jusqu'à la zone la plus éloignée, de façon à rendre compte de la végétation. Les extrémités sont exclues sur 3 mètres.

3 Sur chacun des 3 tiers de cette diagonale, il faut trouver à minima 4 plantes de la liste pour que la parcelle soit éligible. Durant toute la durée de l'engagement, soit 5 ans, il est nécessaire de conserver, à minima, 4 plantes de la liste des 20 du PAEC, par tiers de parcelle.



Fiches de coche des espèces : voir p.83 à 86



Registre parcellaire graphique (RPG) 2022 - ©Géoportail



Polygala spp.

Les plantes

GUIDE D'IDENTIFICATION



Les
incontournables

p.17



Les
régulières

p.29



Les
occasionnelles

p.45



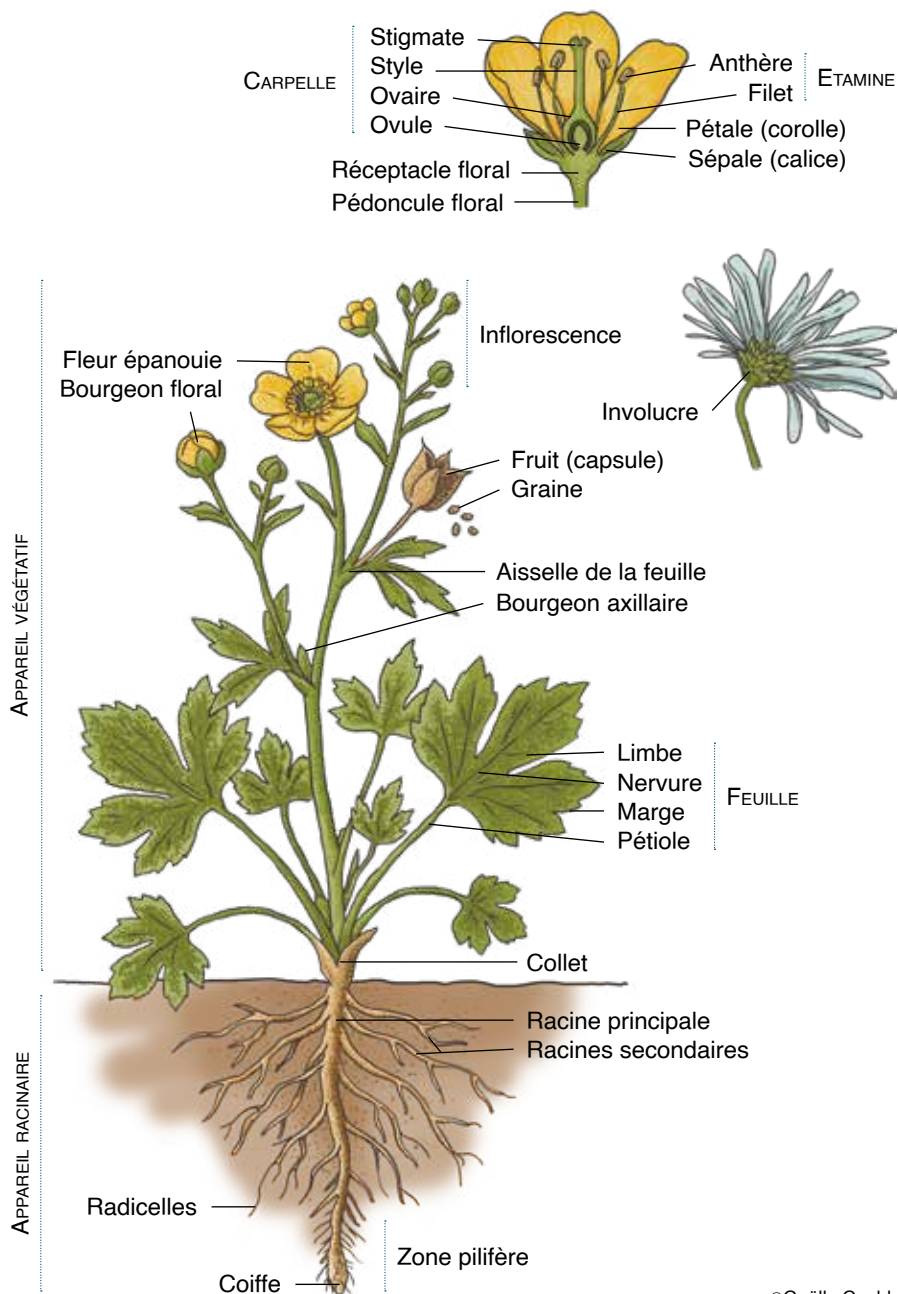
Les
raretés

p.67

👉 Index des plantes : p.15

👉 Feuille de coche : p.83

Anatomie d'une plante à fleurs



Index des plantes Feuille de coche : voir p.83

● les incontournables ● les régulières ● les occasionnelles ● les raretés

● Achillée millefeuille	18	● Liseron des monts Cantabriques	80
● Amourette commune	30	● Lotiers	24
● Anthyllide vulnérable	68	● Luzules	25
● Campanille à feuilles de lierre	69	● Lychnis fleur-de-coucou	35
● Campanule agglomérée	46	● Marguerites	26
● Cardamine des prés	19	● Mauve musquée	52
● Carum verticillé	20	● Menthe aquatique	36
● Centaurées	21	● Narcisse des poètes	81
● Coronille naine	70	● Nard raide	53
● Coucou	47	● Oenanthès	54
● Cumin des prés	48	● Orchidées	55
● Épiaire droite	71	● Petite Oseille	37
● Épiaire officinale	31	● Petite Sanguisorbe	56
● Fétuques à feuilles fines	22	● Petites Laïches	38
● Filipendule vulgaire	32	● Polygalas	39
● Fumanes	72	● Potentielle tormentille	40
● Gaillet jaune	49	● Potentille printanière	57
● Gentianes	73	● Reine des prés	41
● Germandrée des montagnes	74	● Renoncule bulbeuse	27
● Germandrée petit-chêne	33	● Renoncule flammette	28
● Gesse des prés	34	● Rhinanthès	58
● Globulaire commune	75	● Salsifis	59
● Héliantheme des chiens	76	● Saugé des prés	60
● Héliantheme des Apennins	77	● Saxifrage granulé	82
● Hippocrépis à toupet	78	● Scabieuse colombar	61
● Inule des montagnes	79	● Scorsonère humble	62
● Jonc à fleurs aiguës / Jonc à fleurs obtuses	23	● Succise des prés	63
● Knauties	50	● Thym	64
● Lins	51	● Trèfle douteux / Trèfle étalé	42
		● Valériane dioïque	65
		● Violettes	43

Fiche espèce

Pollinisation



Insectes



Vent

Auto Autogamie¹

Apo Apogamie²

Attrait pour pollinisateurs

+ Faible

++ Moyen

+++ Fort

Milieu



Hygrophile
(humide)



Mésophile



Xérophile
(sec)

Calendrier

Période de floraison

Hauteur de la plante

Catégorie

Nom vernaculaire (français)

Nom vernaculaire (occitan)

Nom scientifique (latin)

Les incontournables

Pollinisation ++

Milieu

Achillée millefeuille
L'erba dau charpentier, lu sagna-nas
Achillea millefolium

Comment la reconnaître ?

- Blanches, parfois rosées, petites et en groupe serré
- Altermes, très divisées en segments linéaires

Famille : **Astéracées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* plutôt maigres, pelouses*, sur sols faiblement acides à calcaires

Usages et observations populaires

Achille, le héros de la mythologie, s'en serait servi lors de la guerre de Troie pour soigner des plaies. Car la plante est reconnue depuis longtemps comme propre à contrôler l'écoulement du sang. Un savoir qui lui a valu les noms populaires d'herbe du charpentier ou d'herbe des soldats, deux activités sujettes aux blessures du fer !

Son nom populaire relevé du côté du Périgord atteste de la connaissance de ces bienfaits : lu sagna-nas, le « saigne-nez ». Ainsi que le souvenir lointain de certaines vieilles du pays qui pouvaient le conseiller en tisane en cas de règles douloureuses. Quelques relevés nous indiquent que certains l'intégraient dans le bouquet protecteur ramassé au petit matin de la saint Jean. D'autres avaient constaté que, bien que le bétail l'appréciait assez peu, elle avait un bon effet sur leur santé. Notons enfin que son arôme puissant parfume agréablement les fourrages.

Multiples vertus médicinales. **Antalgique** (calme les douleurs). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes). **Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations internes et externes). **Antioxydante** (lutte contre le vieillissement cellulaire). **Hémostatique** (arrêt des saignements).

15-60 cm

18



Vertus et propriétés médicinales

Description de la plante



Fleur



Feuilles et tige

¹ Fécondé par son propre pollen

² Reproduction sans fécondation



Glossaire : voir p.87

LES INCONTOURNABLES

EN CONTEXTE AGRICOLE

Las que se tròben pertot



Pollinisation  ++

Milieu 



A	M	J	J	A	S	O	N	D
								



↑ 15-60 cm

Achillée millefeuilles

L'erba dau charpentier, lu sagna-nas

Achillea millefolium

Comment la reconnaître ?

-  Blanches, parfois rosées, petites et en groupe serré
-  Alternes, très divisées en segments linéaires

Famille : **Astéracées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* plutôt maigres, pelouses*, sur sols faiblement acides à calcaires

Usages et observations populaires

Achille, le héros de la mythologie, s'en serait servi lors de la guerre de Troie pour soigner des plaies. Car la plante est reconnue depuis longtemps comme propre à contrôler l'écoulement du sang. Un savoir qui lui a valu les noms populaires d'herbe du charpentier ou d'herbe des soldats, deux activités sujettes aux blessures du fer !

Son nom populaire relevé du côté du Périgord atteste de la connaissance de ces bienfaits : *lu sagna-nas*, le « saigne-nez ». Ainsi que le souvenir lointain de certaines vieilles du pays qui pouvaient la conseiller en tisane en cas de règles douloureuses.

Quelques relevés nous indiquent que certains l'intégraient dans le bouquet protecteur ramassé au petit matin de la Saint-Jean. D'autres avaient constaté que, bien que le bétail l'appréciât assez peu, elle avait un bon effet sur leur santé. Notons enfin que son arôme puissant parfume agréablement les fourrages.



Multiples vertus médicinales : **Antalgique** (calme les douleurs). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes). **Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations). **Antioxydante** (lutte contre le vieillissement cellulaire). **Hémostatique** (arrête les saignements).

Cardamine des prés

Lu greisson de prat

Cardamine pratensis

Pollinisation  +++

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Pétales étalés rose lilas, assez grands, en groupe lâche
-  Alternes sur la tige et en rosette à la base, divisées en 7-13 folioles* (terminale plus allongée) qui s'élargissent vers le bas de la tige

Famille : **Brassicacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* et sous-bois humides, marais, sur sols basiques à un peu acides

Usages et observations populaires

Le vert tendre de son feuillage est bien une invitation à la consommation car voilà une de ces « salades des champs » que les gens pouvaient consommer dès les premiers beaux jours, dans ces difficiles temps du printemps où les greniers se vidaient et les récoltes tardaient.

D'ailleurs ses dénominations locales en occitan le rapprochent *dau greisson*, du cresson de fontaine, son cousin botanique. Ainsi sera-t-il appelé « cresson de pré », « petit cresson », « cressonnette » ... pour des usages comparables en salade ou en soupe. Son goût piquant et légèrement amer l'ont fait assimiler, à l'image de toutes ces salades sauvages du printemps, à une plante dépurative que *netia lu sang e balha de la fôrça*, qui « nettoie le sang » et donne de la force.

On a pu, en des temps anciens, tirer de l'huile de ses graines. On n'ose imaginer le temps passé à la récolte !



Diurétique (favorise la production d'urine).
Anti-scorbutique (riche en vitamine C).
Antispasmodique (lutte contre les spasmes).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 20-50 cm



Carum verticillé

Trocdaris verticillatum

Comment la reconnaître ?



Ombelles* de petites fleurs blanches



Longues feuilles à segments nombreux, étroits et disposés tout autour de l'axe de la feuille

Famille : **Apiacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres humides, sur sols siliceux

Usages et observations populaires

Rien à dire sur d'éventuels usages de cette plante dans la tradition locale. Pas même un nom référencé... Tout au plus certains l'assimileront, comme tant de petites ombellifères, à une « espèce de carotte sauvage ». On se contentera de dire que, comme toutes les plantes de ce groupe, son arôme participe au parfum et à l'appétence du foin.

Le peu d'intérêt que l'on pouvait porter à *quilhs fons de prats*, à ces « fonds de prés » humides, pacages pauvres et peu prisés par le bétail, a touché aussi bon nombre d'espèces qui y sont associées...



Propriétés similaires au Cumin ou au Carvi des prés. **Diurétique** (favorise la production d'urine). **Antioxydante** (lutte contre le vieillissement cellulaire). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes). **Détoxifiante hépatique** (détoxifie le foie).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
30-60 cm

Groupe des Centaurées

La perna, la perla, la centauréia, l'erba de la feure

Centaurea spp.

Pollinisation  +++

Milieu 

Comment les reconnaître ?

 Roses à purpurines, avec ou sans pétales rayonnants, surmontant un involucre* couvert de bractées* plus ou moins frangées

 Tige raide et ramifiée, feuilles plus ou moins larges et divisées

Famille : **Astéracées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* et pelouses* plutôt maigres, sur sols siliceux ou calcaires

Usages et observations populaires

Dans cette grande famille des centaurées, à l'exception de quelques variétés bien distinctes, bien peu étaient identifiées dans nos traditions.

Dans les prés, voici les centaurées dites « jacées » ou « trompeuses »... qui dressent leurs capitules en boule d'où le nom évocateur de *la perla*. Si leurs grandes tiges raides et carrées ne sont guère prisées du bétail, leurs fleurs sont appréciées des pollinisateurs (cf. p.88).

Pour mémoire on citera une espèce que l'on associait à cette famille, le bleuet, *la perna*, apprécié en infusion *per lu mau daus uelhs*, pour les maladies ophtalmiques et dont la présence dans le bouquet protecteur de la Saint-Jean était bienvenue. Autre espèce que l'on considérait comme apparentée et que l'on nomme ici *centauréia*, voici la petite centaurée. C'était un remède prisé par les guérisseurs pour ses qualités fébrifuges (on l'appelait communément *erba de la feure*) et dépuratives.



Anti-inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).

Astringente (favorise la cicatrisation des plaies).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
			⚙	⚙	⚙	⚙	⚙	



↑ 15-60 cm

Pollinisation 

Milieux   

Fétuques à feuilles fines

La barba de chabra, la borra de chin

Festuca spp.

Comment les reconnaître ?

-  Inflorescence verdâtre, allongée, plus ou moins dense et étalée
-  Filiformes, peu nombreuses le long de la tige mais formant une touffe plus ou moins compacte à la base

Famille : **Poacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* et pelouses* (également landes et bois), sur sols siliceux ou calcaires

Usages et observations populaires

Inutile, là encore, de vouloir se lancer dans un descriptif fin des nombreuses variétés de fétuque à partir des observations populaires du Périgord-Limousin !

Mais un fait est tenace, et les noms vernaculaires relevés en attestent, on a affaire là à une graminée peu appréciée par les faucheurs. Qu'on la nomme *barba de chabra* ou *borra de chin*, barbe de chèvre ou poil de chien, on percevra dans cette appellation la finesse et la souplesse d'un feuillage qui glisse traîtreusement sous la faux.

En fourrage, elles constituent ce que l'on appelle les pitits fens, ces « petits foins » digestes et appréciés du bétail qui « *los fan ronhar aisat* », qui facilitent leur rumination.



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Jonc à fleurs aiguës Jonc à fleurs obtuses

Los joncs, la joncalha

Juncus acutiflorus / *Juncus subnodulosus*

Pollinisation 

Milieu 

Comment les reconnaître ?

-  Glomérules de 3 à 8 fleurs brun fauve (*acutiflorus*) ou vert jaunâtre (*subnodulosus*), étalés en panicule* en haut de la tige et non semblant sortir latéralement de la tige
-  Tige dressée à longues feuilles noueuses (faire glisser la feuille entre deux doigts pour sentir les cloisons)

Famille : **Joncacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* humides maigres et marais, sur sols siliceux (*acutiflorus*) ou calcaires (*subnodulosus*)

Usages et observations populaires

Autrefois, dans les terrains gorgés d'eau où ils se multiplient, on les fauchait régulièrement et on tâchait par des petites rigoles de surfaces, *las levadas*, d'étancher l'excès d'eau pour favoriser la pousse d'une herbe plus appétente.

Même s'il ne s'agit pas des joncs décrits dans cette fiche mais plutôt des grands joncs qui renferment une moelle blanche dans leur tige, on soulignera le rôle de lien végétal qu'ils ont longtemps joué dans nos campagnes ! Véritables fils de scoubidou des packages, ils ont permis à des générations de petits bergers de tromper l'ennui de la garde en tressant bracelets ou grelots. Pour les plus grands, les tresses de cinq joncs assemblés assuraient le montage de chapeaux rustiques.

Malgré tout, on ne les aimait guère, signes trop évidents d'une pâture humide... Osons maintenant changer de regard, en nos temps d'étés caniculaires, sur ces parcelles qui affichent de manière insolente la verdure de leur capital anti-sècheresse dans les paysages roussis du mois d'août.



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation  +++

Milieux  

Lotiers

Lu trifolet, lu lotier

Lotus spp.

Comment les reconnaître ?

 Jaunes (parfois marquées de rouge), solitaires ou réunies en têtes par 2 à 12

 Trois folioles* couplées à deux stipules* semblables aux folioles* accolés à la tige

Famille : **Fabacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* plutôt maigres, pelouses* et marais sur sols siliceux ou calcaires

Usages et observations populaires

Voici une plante que le nom local de *trifolet* associe, non sans raison, au trèfle. On parle d'ailleurs de *trifolet* quand il s'agit de lotiers de petite taille. Dans le cas du lotier corniculé, légumineuse fourragère cultivée, les anciens pouvaient alors parler en occitan de *lotier* pour faire la distinction avec les variétés spontanées.

On la disait particulièrement appréciée de *l'ovelhas*, des brebis, auxquelles elle faisait, disait-on, une belle laine. C'est une légumineuse naturelle, régulière, présente aussi bien sur le sec (lotier corniculé) que l'humide (lotier des marais) dont la présence ne peut que satisfaire l'éleveur.

La pharmacopée populaire en tirait également des tisanes *per far durmir*, « pour faire dormir » qui devaient obéir à une posologie stricte : en effet l'acide cyanhydrique que la plante contient en petite quantité peut se révéler toxique. Une toxicité pour les humains qui n'est guère à craindre pour le bétail dans une prairie naturelle où *lu trifolet* est rarement dominant !



Sédative (calmante). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
5-90 cm

Luzules

Luzula spp.

Pollinisation 

Milieux 

Comment les reconnaître ?

 Inflorescences ramifiées en haut de la tige, à fleurs groupées brunes à brun-rougeâtre

 Planes, longues et velues

Famille : **Joncacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* maigres, pelouses*, landes et bois clairs

Usages et observations populaires

Nous avons beau être au chapitre des espèces incontournables, certaines plantes ne sont pas identifiées par la tradition locale en Périgord-Limousin. Pas de nom, pas d'usage relevé, aucun descriptif... Même leur poil aux pattes ne semble pas avoir été remarqué !

Au descriptif scientifique des botanistes contemporains on ne peut pas systématiquement associer la connaissance empirique qui s'est longuement établie sur nos collines. Ce qui prime dans la flore paysanne, ce sont les usages alimentaires ou curatifs qu'on tire de telle plante, la fréquence ou la nocivité de telle espèce, la symbolique et l'imaginaire construits sur telle autre. C'est l'histoire d'un rapport étroit entre les humains et le végétal depuis nos lointains ancêtres chasseurs-cueilleurs. Sans compter que depuis tout ce temps rien n'a été figé, des connaissances se sont éteintes quand d'autres observations ont été richement élaborées.

Ainsi nous n'aurons rien à dire des discrètes luzules qui sont restées dans l'anonymat de leurs prairies...



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-50 cm

Pollinisation  ++ Auto

Milieu 

Marguerites

Las margaritas, las pimpanelas

Leucanthemum spp.

Comment les reconnaître ?

 Grandes fleurs solitaires, à languettes blanches et tubes jaunes

 Tige raide à feuilles alternes, dentées à divisées, de taille décroissante de bas en haut

Famille : **Astéracées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies*, friches, ourlets* et pelouses* sur sols profonds

Usages et observations populaires

Même le premier *vilaud* (urbain) venu saura les reconnaître. Sans doute les marguerites doivent-elles beaucoup à leur beauté... Car ce ne sont pas leurs qualités fourragères qui leur assuraient une grande place dans le cœur de nos grands-parents ! Car voilà une herbe qui ne fait *gaire de fen mas beucòp de grana*, « guère de foin mais beaucoup de graines ».

Mais voilà, les marguerites sont belles. Et elles fleurissent au moment de la Saint-Jean. Deux raisons pour les associer au bouquet protecteur de la Saint-Jean ou bien pour en tresser, à la même date, des colliers à mettre autour du cou des vaches pour qu'elles aient une belle production de lait. Marcelle Delpastre, qui a relevé cette observation dans une partie du Limousin qui avoisine de trop près le Périgord-Limousin pour que nous ne la relevions pas, dit aussi qu'il était d'usage d'en faire de même avec les enfants afin qu'ils grandissent « *fins e sanciers* », « éveillés et en bonne santé ».



Expectorante (élimine les sécrétions respiratoires). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes). **Sédative** (calmante).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 15-80 cm

Renoncule bulbeuse

La pautalop

Ranunculus bulbosus

Pollinisation 

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  5 pétales jaunes, à sépales velus et réfléchis contre le pédicelle*
-  Pétiole* plus long que les feuilles velues, à trois segments trilobés et dentés, le médian avec un court pétiole

Famille : **Renonculacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres et pelouses*

Usages et observations populaires

L'appellation de *pautalop* est plus particulièrement donnée à la renoncule âcre mais elle peut plus largement désigner la plupart des renoncules dont le feuillage découpé fera penser à l'empreinte d'une patte de loup. Il nous faut nécessairement passer par ce genre d'approximation dans un Périgord-Limousin où la classification botanique à la mode paysanne se fera à l'aide de déterminants du type « un genre de... », « une espèce de... » à vous faire retourner ce pauvre Linné dans sa tombe ! En l'occurrence, la renoncule bulbeuse présentée dans cette fiche ne fait pas localement l'objet de mentions ciblées.

Si les vaches consommaient *la pautalop* parmi les autres herbes des prés, on veillait à ce qu'elles ne l'en consomment pas trop en raison de la toxicité de la plante à l'état frais. On avait soin, d'ailleurs, de limiter sa propagation dans les pâtures.



Sédative (calmante). **Antipyrétique** (combat la fièvre).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 20-60 cm

Pollinisation  ++ Auto

Milieu 

Renoncule flammette

Lu boton d'aur

Ranunculus flammula

Comment la reconnaître ?

-  Fleur assez petite à 5-6 pétales jaunes, au bout d'un long pédoncule
-  Non ou très peu dentées, ovales vers la base puis allongées vers le haut de la tige, celle-ci couchée au moins à la base

Famille : **Renonculacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* humides, marais et fossés

Usages et observations populaires

La renoncule flammette, toute renoncule qu'elle est, n'a pas un feuillage qui peut être associé à l'évocation d'une patte de loup. En revanche, le terme également en usage de *boton d'aur*, probablement influencé par le nom français, convient parfaitement à sa floraison gaie de petits soleils. On ne la retrouvera que dans les prairies humides.

Comme toutes les renoncules, aussi charmantes soient-elles, on enseignait bien aux enfants à ne pas faire des bouquets de ses fleurs : « N'y touche pas, c'est poison ! ». Et si *lu goiat*, le gamin, désobéissant, avait eu le malheur de toucher un morceau de la tige, à charge, pour lui, de bien se laver les mains et à ne pas sucer ses doigts sinon gare à l'empoisonnement et à ses atroces douleurs ! La crainte, grand principe pédagogique dans nos campagnes...



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-70 cm

LES RÉGULIÈRES

EN CONTEXTE AGRICOLE

Las que se vesen suvent





Amourette commune

Los tremlants, las punaisas

Briza media

Comment la reconnaître ?

 Épillets violacés, comprimés, pendants et très mobiles (souffler pour les faire bouger en tous sens), en panicule* ample

 Non poilues, planes, rudes sur les bords, la plupart situées vers le bas de la tige

Famille : **Poacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies*, pelouses* et bois clairs sur sols calcaires à faiblement acides

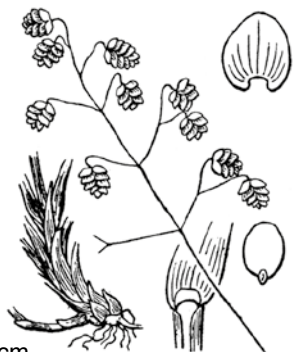
Usages et observations populaires

Si ses noms français d'amourette ou de brize évoquent poétiquement ses petits fruits graciles qui se mettent en mouvement au premier vent, localement cette graminée est bien identifiée et connue sous des noms dans un français local bien imagé, « les tremlants » ou « les punaisas », venus tout droit de l'occitan. Il faut dire que cette plante était bien appréciée de nos grands-mères qui en faisaient des bouquets secs qui prenaient la poussière durant des années sur un coin d'étagère ! Hormis cette approche décorative, aucune utilisation médicale ou symbolique ne semble lui être connue en Périgord-Limousin.

On ajoutera seulement que c'était un fourrage que l'on disait bon et prisé par le bétail mais qui n'avait pas le mérite de remplir la charrette de foin...



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 15-80 cm

Épiaire officinale

La faussa otrija

Betonica officinalis

Pollinisation



+++

Milieux



Comment la reconnaître ?



5 pétales jaunes, à sépales velus et réfléchis contre le pédicelle*



Pétiole* plus long que les feuilles velues, à trois segments trilobés et dentés, le médian avec un court pétiole

Famille : **Lamiacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres et pelouses*

Usages et observations populaires

Une fois encore, nous retrouverons localement une appellation générique, en l'occurrence celle de *faussa otrija*, fausse ortie, qui sera commune à bien des espèces de lamiacées.

Citée par Pline et plusieurs auteurs anciens, l'espèce a été largement vantée pour un chapelet de maux qui lui ont valu son qualificatif d'officinale : tisanes pour les maux de tête et les affections respiratoires, feuilles macérées dans de l'eau de vie pour la cicatrisation des plaies infectées... Autant d'applications qui ne semblent pas avoir survécu dans nos campagnes où l'espèce semble absente de la pharmacopée locale.

Les pollinisateurs sauvages l'apprécient particulièrement.



Expectorante (calme la toux, favorise l'expulsion des sécrétions des voies respiratoires). **Apéritive** (ouvre l'appétit). **Vulnéraire** (guérit les plaies et blessures).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
	✿	✿	✿	✿				



↑ 20-60 cm

Pollinisation



Auto

Milieux



Filipendule vulgaire

La pita reina daus prats

Filipendula vulgaris

Comment la reconnaître ?



Fleurs blanc jaunâtre ou teintées de rouge, assez nombreuses au sommet de la tige, voire également à l'aisselle d'une feuille



Feuilles alternes à 10-40 paires de folioles* dentées (grandes et petites alternées), avec un large stipule* denté à l'insertion

Famille : **Rosacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres, pelouses* et bois clairs sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Moins altièrre que sa cousine, la reine des prés, mais autant appréciée par les pollinisateurs, la filipendule est aussi une espèce moins commune, seulement cantonnée sur les terrains calcaires du Parc naturel régional.

Elle partage néanmoins avec elle une belle floraison vaporeuse et des propriétés médicinales comparables qui ont pu la faire utiliser en tisane pour les maux de gorge et les congestions pulmonaires.

Parmentier a relevé que sa racine, consommée grillée à la mode des marrons, a pu être un aliment appréciable en temps de disette. Aucune attestation de ce type en Périgord-Limousin ne nous est parvenue.



Analgsique (supprime ou atténue les douleurs). **Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations). **Astringente** (favorise la cicatrisation). **Fébrifuge** (combat la fièvre).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
		✿	✿	✿	✿			



↑
15-80 cm

Germandrée petit-chêne

La chamedrilha

Teucrium chamaedrys

Pollinisation  Auto

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Fleurs pourpres ou roses (rarement blanches), en une grappe peu allongée et plus ou moins tournées du même côté
-  Opposées, vert foncé et luisantes sur le dessus, ressemblant à de petites feuilles de chêne

Famille : **Lamiacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses*, rochers et bois clairs

Usages et observations populaires

On l'a largement célébrée aux temps anciens pour ses propriétés toniques et digestives, ainsi que pour ses effets, utilisée en décoction vineuse, pour guérir de la goutte. Mais sur nos collines où les substances furent longtemps misérables il faut croire qu'il n'y avait guère de goutteux et d'estomacs surchargés ! En tous cas la plante n'y est que très rarement citée et ses usages de tonique amer n'y sont pas référencés... Simple réserve face à une espèce aux effets toxiques sur le foie dont l'emploi exige un dosage étudié ?

Son nom occitan de *chamedrilha*, relevé en Dordogne et en Corrèze, est directement issu de *chamaedrys*, sa forme latine.



M	A	M	J	J	A	S	O	N
		🌸	🌸	🌸	🌸	🌸		



↑ 10-25 cm

Pollinisation  +++ Auto

Milieu 

Gesse des prés

Los peseus sauvatges, la favassòla

Lathyrus pratensis

Comment la reconnaître ?

-  Jaunes, de taille moyenne, groupées par 4-10 au bout d'un long pédoncule
-  Feuilles alternes à une paire de folioles*, terminées par une vrille*, avec deux stipules* en fer de lance au contact de la tige

Famille : **Fabacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies*, pelouses* et lisières de boisements

Usages et observations populaires

Si l'on consulte les appellations et descriptions paysannes on se rendra vite compte qu'il est bien difficile de dissocier les gesses et les vesces. À l'exception des espèces cultivées, mieux connues, les autres sont largement assimilées à des petits pois ou des fèves « sauvages ».

En dépit de leur toxicité si elles sont trop régulières dans l'alimentation humaine, les gesses - tout comme les vesces ! – font partie de ces espèces « bâtarde » que l'on utilisait comme plantes de survie en temps de disette.

Sur un plan fourrager, elles font partie de toutes ces appréciables légumineuses, toujours disséminées et jamais prédominantes dans les prés, dont la nature peut avantageusement doter certaines parcelles.



Anti-inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).

Antispasmodique (lutte contre les spasmes).

Antalgique (calme les douleurs).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 30-120 cm

Lychnis fleur-de-coucou

L'uelhet daus prats, l'uelhet de Diu

Lychnis flos-cuculi

Pollinisation  +

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Grandes fleurs roses (rarement blanches) à 5 pétales découpés en 4 lanières
-  Opposées, allongées, semblant entourer la tige vers le haut

Famille : **Caryophyllacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* plus ou moins humides, fossés et bois clairs

Usages et observations populaires

Cette belle vivace qui égaye les prés mouillés au printemps n'est pas reconnue comme une espèce médicinale. Quant à ses usages alimentaires, même si quelques auteurs la citent comme comestible, elle ne semble pas avoir été une salade champêtre particulièrement recherchée...

Mais, même sans usages reconnus, la beauté de ses pétales découpés lui a permis d'accéder au statut d'espèce nommée. Statut enviable quand on songe aux innombrables inconnues absentes des nomenclatures paysannes ! Statut d'autant plus enviable quand on vous nomme, excusez du peu, *uelhet*, « œillet des prés », quand ce n'est pas « œillet de Dieu » !



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 20-80 cm

Pollinisation  ++

Milieu 



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-75 cm

Menthe aquatique

La menta roja

Mentha aquatica

Comment la reconnaître ?

-  Petites fleurs blanc rosé, en tête globuleuse au sommet de la tige et aussi parfois groupées à l'aisselle des feuilles supérieures
-  Opposées, dentées, avec une odeur mentholée caractéristique au froissement

Famille : **Lamiacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* humides, marais, fossés, bois humides et bords de cours d'eau

Usages et observations populaires

Que l'on se méfie du parfum suave de la menthe ! Bien des grands-mères vous rappelaient qu'il avait le pouvoir de rendre amoureux... Aux côtés de la mente verte cultivée dans les jardins, au XIX^e et XX^e siècles, la pharmacopée populaire a pu aussi utiliser la menthe aquatique, « rouge » aux propriétés sensiblement comparables. Avec ses qualités aromatiques et digestives, voilà une tisane que l'on disait propre à apaiser les maux de ventre mais aussi une tonique capable de fortifier les organismes affaiblis.

Son parfum ferait, paraît-il, fuir puces et autres vermines, d'où l'habitude d'en remplir des sachets que l'on glissait dans les literies ou d'en brûler des branches sèches dans les lieux infestés.

Seul bémol parmi tant d'observations élogieuses : comme pour toutes les menthes, on évitait que les vaches allaitantes en consomment en grande quantité au risque, sinon, que le lait en retire un goût désagréable. On notera que le bétail les apprécie d'ailleurs bien davantage en foin qu'à l'état frais.



Stomachique (favorise les fonctions de l'estomac). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes).

Petite oseille

Lu vinheton

Rumex acetosella

Pollinisation 

Milieux  

Comment la reconnaître ?

 Petites fleurs mâles ou femelles selon les pieds, en inflorescence allongée fortement marquée de rouge

 Pétiolées, en fer de hallebarde, assez petites (moins de 5 cm)

Famille : **Polygonacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses*, sols dénudés dans divers milieux (landes, bois clairs, cultures...)

Usages et observations populaires

Cette plante, que l'on appelle communément en français local « le vignettou », est bien connue des jardiniers comme une adventice des cultures ou plutôt, si l'on se réfère à la terminologie traditionnelle, comme une « mauvaise » herbe.

Elle partage néanmoins avec sa grande sœur cultivée dans les jardins bien des caractéristiques communes, et on a pu l'utiliser, elle aussi, pour ses propriétés diurétiques et laxatives. Mais c'est principalement en cuisine qu'on a pu lui faire appel, aussi bien crue, en salade, que cuite : en soupe, en omelette, en sauce, comme base d'une farce végétale... Son goût aigre et acidulé était autrefois bien apprécié des gosiers paysans. Dans les temps de pénurie on a pu aussi consommer ses graines en bouillies. Mais, sans grand intérêt nutritif et gustatif, notre gastronomie locale s'est bien vite empressée de les oublier.

C'est un fourrage peu estimé, de ceux dont on dit « *qu'ilhs fan gaire alachar* », « qu'ils ne favorisent guère la production de lait ».



Anti-scorbutique (riche en vitamine C).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation 

Milieux   

Petites Laïches

Las seschas

Carex spp.

Comment les reconnaître ?

-  Épis de fleurs mâles et/ou femelles, vert jaunâtre à noirs selon les espèces, pourvues d'une écaille à la base
-  Feuilles alternes, ressemblant à celles des graminées mais souvent assez rudes sur les bords et à section plus ou moins en "V", tige plus ou moins trigone

Famille : **Cyperacées**

Où les trouve-t-on ?

Selon les espèces, prairies* sèches ou humides, pelouses*, marais, fossés, bois, landes...

Usages et observations populaires

Le terme de *seschas* est, encore une fois, une appellation générique qui va rassembler les innombrables *carex* mais qui peut s'étendre à d'autres espèces de plantes des marais aux feuilles épaisses et coupantes comme les typhas.

Il est à l'origine du nom de lieux de Sèches que l'on retrouve en plusieurs endroits du Parc et qui est à interpréter comme une zone humide où *las seschas* poussent en abondance.

Dans cette grande famille des *carex*, certains aux feuilles beaucoup plus longues et fines que les petites laïches de cette fiche, étaient recherchés pour faire l'assise en paille des chaises. D'abord fauché puis mis à sécher, le feuillage était, lors de son emploi, humidifié et torsadé en cordes. Mises en tresses, ces feuilles pouvaient également servir à confectionner chapeaux et vanneries rustiques.



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
5-60 cm

Polygalas

L'erba dau lach

Polygala spp.

Pollinisation  +

Milieux   

Comment les reconnaître ?

-  Petites fleurs bleues, roses ou blanches, en grappes, les pétales externes formant deux ailes écartées
-  Non ou très peu dentées, ovales vers la base puis allongées vers le haut de la tige, celle-ci couchée au moins à la base

Famille : **Polygalacées**

Où les trouve-t-on ?

Selon les espèces, prairies* maigres sèches (rarement humides), pelouses*, landes et bois clairs

Usages et observations populaires

Quoique commune, on trouvera bien peu de choses à dire sur cette petite plante. Ses propriétés médicinales pour les affections respiratoires et les inflammations cutanées ne semblent pas avoir été relevées en Périgord-Limousin. Seul son nom d'« herbe du lait » nous indique qu'elle favoriserait la lactation des vaches. C'est ce que nous rappelle également son nom scientifique *poly-gala* dont l'étymologie grecque signifie « beaucoup de lait ».

C'est pourtant, quand on y réfléchit, une chose bien étrange que de se dire qu'une plante comme celle-ci, inféodée exclusivement aux terrains maigres, puisse ainsi offrir l'abondance...



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation  +++

Milieux  

Potentille tormentille

Potentille erecta

Comment la reconnaître ?

-  Petite à 4 pétales jaunes échancrés
-  Tige couchée à feuilles alternes, semblant composées de 5 folioles* dentées (3 en réalité, avec 2 stipules* semblables aux folioles à l'insertion sur la tige)

Famille : **Rosacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres (souvent pâturées) plus ou moins humides, landes et pelouses*

Usages et observations populaires

Les potentilles sont nombreuses et les rares noms occitans croisés comme celui d'*erba a las cinc fuelhas*, d'« herbe aux cinq feuilles », ou de *maussier sauvatge*, de « fraisier sauvage », ne semblent ni s'appliquer à la potentille tormentille, qui n'a que quatre feuilles, ni même être connus en Périgord-Limousin.

L'espèce ne semble donc guère identifiée et ses appréciables vertus de *copa-foira*, d'atténuation de la diarrhée, n'ont visiblement guère apaisé les intestins irrités de nos anciens.



Anti-inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).
Antiulcéreuse (traite les ulcères).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
5-50 cm

Reine des prés

La reina daus prats

Filipendula ulmaria

Pollinisation  ++ Auto

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Petites fleurs blanc jaunâtre groupées, à l'odeur agréable
-  Grandes feuilles alternes, à 2-9 folioles* dentés entrecoupés de petits segments, à odeur de concombre au froissement

Famille : **Rosacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* et forêts humides, marais

Usages et observations populaires

Une reina daus prats, une reine, assurément, que celle-ci dans l'univers des simples. Une véritable « aspirine végétale » aux vertus antalgiques, diurétiques, sudorifiques...

Comme tant de plantes, il est préférable de l'employer fraîche. Seulement, au sérieux de cette observation, on objectera que la maladie frappe en toute saison. Elle était donc largement cueillie et ses fleurs, mises à sécher sur un linge, allaient embaumer quelque pièce débarras avant de rejoindre, serrées dans leur boîte, les bocaux de tilleul, de boutons de ronce ou de sureau sur l'étagère des tisanes familiales incontournables.

Sa valeur médicinale et sa floraison de fin de printemps la font naturellement figurer dans la longue liste des espèces susceptibles d' étoffer le bouquet protecteur de la Saint-Jean.

Une reine, enfin, pour tout le petit peuple « *daus brundants* », des insectes bruissants et autres pollinisateurs.

-  **Analgésique** (supprime ou atténue les douleurs). **Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations). **Astringente** (favorise la cicatrisation des plaies). **Fébrifuge** (combat et guérit la fièvre).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 50-150 cm

Pollinisation  +++

Milieux  

Trèfle douteux Trèfle étalé

La pita mineta

Trifolium dubium / *Trifolium patens*



Comment les reconnaître ?

-  Petites fleurs jaunes groupées en tête, devenant brunes ou blanchâtres en fin de floraison
-  Feuilles alternes à trois folioles* denticulées, non terminées par un mucron*

Famille : **Fabacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* fauchées et pelouses* (*T. dubium*)
Prairies humides sur calcaires (*T. patens*)

Usages et observations populaires

Ce petit trèfle est très largement confondu avec la luzerne lupuline que l'on appelait communément « *mineta* ».

On aura donc tendance à considérer les qualités de celle-ci pour parler de celles de ce petit trèfle : *un bon fen*, un bon fourrage, peu abondant mais estimé (notamment comme « herbe aux lapins »). Les mérites classiques d'une légumineuse...

M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
5-60 cm

Violettes

Las violetas, las flors de març

Viola spp.

Pollinisation  ++ Auto

Milieux   

Comment les reconnaître ?

 5 pétales bleus, violets, lilas ou blancs, les deux supérieurs dirigés vers le haut, l'inférieur prolongé en arrière par un éperon* arrondi

 Feuilles à base en cœur, crénelées, prenant toutes ou en partie naissance de la souche écailleuse

Famille : **Violacées**

Où les trouve-t-on ?

Selon les espèces, prairies*, pelouses*, marais, lisières, boisements

Usages et observations populaires

Si la grâce et le parfum des violettes vinrent enjoliver et embaumer plusieurs récits de la mythologie gréco-latine, si la fleur charma Napoléon Bonaparte (surnommé « le père la violette »), on constatera en revanche qu'elles ne semblent guère avoir marqué le symbolisme végétal du Périgord-Limousin... Quant aux qualités médicinales qui leur ont été quelquefois reconnues (contre les maux de tête, l'insomnie, la mélancolie...), elles n'ont pas plus laissé de traces dans les observations locales.

Discrète, donc, la violette... Discrète mais appréciée pour son charme et son parfum, espèce reine des premiers bouquets d'avril cueillis par les mains enfantines... Et puis messagère attendue des premiers beaux jours et, ça, ce n'est pas rien !

 **Anti-inflammatoire** des voies respiratoires (antitussif). **Sédative** (calmante).



J	F	M	A	M	J	J	A	S
								





Tragopogon sp.

LES OCCASIONNELLES

EN CONTEXTE AGRICOLE

Las que se vesen daus còps



Pollinisation  Auto

Milieu 

Campanule agglomérée

Las clochetas

Campanula glomerata

Comment la reconnaître ?

-  Grandes, bleu foncé (rarement blanches), en forme de cloche à 5 lobes, agglomérées en haut de la tige
-  Tige souvent rougeâtre à poils blancs, à feuilles crénelées, alternes, rudes, pétiolées et en cœur à la base au milieu et en bas de la tige

Famille : **Campanulacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* et bois clairs sur sols calcaires ou neutres

Usages et observations populaires

Répandues sur les terrains calcaires du Mareuillais mais beaucoup plus rares sur le reste du Parc naturel régional, *las clochetas*, les « clochettes » doivent leur distinction par la beauté de leur floraison estivale. Sans cela aucune de leurs propriétés (espèce antiseptique, rafraîchissante, vulnérable et astringente) ne semble avoir marqué la pharmacopée locale.



Antiseptique. Vulnérable (guérit les plaies et les blessures). **Astringente** (favorise la cicatrisation des plaies).



↑
15-80 cm

Coucou

Las malinas de cocut

Primula veris

Pollinisation  ++

Milieux  

Comment la reconnaître ?

 Hampe florale portant un groupe de petites fleurs jaunes à 5 taches orangées, odorantes, émergeant d'un calice* long très poilu

 Feuilles toutes à la base de la hampe florale, ovales, ridées, à pétiole* large

Famille : **Primulacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres, pelouses*, lisières et bois clairs

Usages et observations populaires

La fleur de coucou est un des symboles printaniers les plus puissants. En témoigne son nom populaire qui l'associe avec le coucou gris dont le chant annonce le renouveau d'avril.

On remarquera que, localement, le nom de la plante nous évoque *las malinas*, les culottes du coucou, en référence à la forme du calice de la fleur qui fait penser à une culotte bouffante des années 1600. Plaisante image que d'imaginer sur nos talus la garde-robe d'un coucou habillé à la mode d'un gentilhomme du ^{xvii}^e siècle !

Outre le pittoresque de son appellation, on retiendra que le coucou a des vertus reconnues de plante antispasmodique et expectorante. Ses fleurs et son rhizome séchés étaient utilisés à ces fins en tisane.

Notons enfin que l'on interdisait aux petits d'en faire des bouquets au risque, sinon, de voir les poules cesser de pondre. Pourquoi donc ? Mystère des associations symboliques...



Expectorante (calme la toux, favorise l'expulsion des sécrétions des voies respiratoires). **Diurétique** (favorise la production d'urine).



J	F	M	A	M	J	J	A	S
								



↑ 10-30 cm



Cumin des prés

Lu persilh bastard

Silaum silaus

Comment la reconnaître ?



Ombelle* de petites fleurs jaunâtres



Tige striée et anguleuse portant la plupart des feuilles vers la base, celles-ci divisées en lanières vert foncé, à nervures transparentes

Famille : **Apiacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* humides sur sols calcaires ou dans les vallées inondables

Usages et observations populaires

Il n'y a guère que son nom local de *persilh bastard*, de persil « bâtard » qui nous permette de dire que l'espèce a été identifiée localement comme un vague cousin du persil.

Sa racine, ses fleurs et ses graines ont possiblement pu être consommées et utilisées en aromatiques dans les temps anciens. Mais la mémoire des sauvages a largement été balayée par la sélection des variétés jardinières.

Reconnaissons aussi que la cuisine traditionnelle du Périgord-Limousin ne s'appuie que bien peu sur les aromatiques au parfum trop marqué. Raison supplémentaire pour que les papilles locales aient tenu le cumin à bonne distance de leurs préparations.

Les papilles animales, elles, n'ont pas la même retenue et on savait la valeur d'un foin parfumé aux aromatiques comme le cumin.



Diurétique (favorise la production d'urine).

Anti-inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).

Antispasmodique (lutte contre les spasmes).

Détoxifiante hépatique (purifie le foie).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
40-100 cm

Gaillet jaune

La calha-lach

Galium verum

Pollinisation  + Auto
Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Petites fleurs jaune vif, odorantes, en grappe allongée
-  Linéaires à une seule nervure, par groupes de 6-12 autour de la tige

Famille : **Rubiaceés**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres, pelouses*, rocailles, landes et bois clairs, plus fréquent dans la partie calcaire du Parc

Usages et observations populaires

On disait de cette plante qu'elle agissait comme une présure végétale et que, jetée dans du lait, elle avait le pouvoir de le faire cailler en le teintant légèrement de jaune. Ses fleurs, au parfum sucré, cueillies et mises à sécher, servaient à la préparation de tisanes antispasmodiques et apaisantes. En décoction, elles avaient des effets positifs sur les maladies de peau.



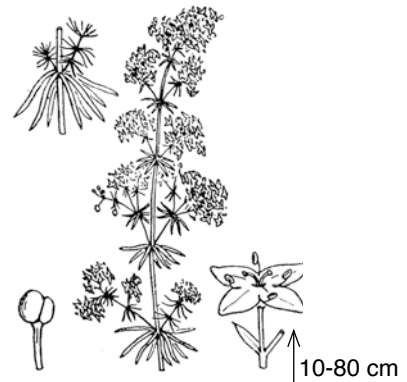
Diurétique (favorise la production d'urine).

Dépurative (favorise l'élimination des toxines et des déchets organiques). **Anti-diarrhéique** (agit contre les diarrhées).

Galactogène (favorise la sécrétion de lait).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation 

Milieu 



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								

↑
20-80 cm



Knauties

L'erba de la gala

Knautia spp.

Comment les reconnaître ?

-  Roses ou lilas, en tête hémisphérique
-  Vert grisâtre, très polymorphes (entières, dentées, divisées), tige hérissée de poils

Famille : **Caprifoliacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* maigres, pelouses* et friches, plus fréquent sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Son nom, relevé en Dordogne, d'*erba de la gala*, « d'herbe de la gale », laisse bien imaginer quelle était sa vertu reconnue. Elle est d'ailleurs communément connue en France sous le nom de scabieuse des champs, un mot dont l'étymologie nous renvoie à *scabies*, nom latin de la gale.

Elle constitue un excellent fourrage pour les bovins, et un garde-manger pour les pollinisateurs.



Astringente (favorise la cicatrisation des plaies). **Dépurative** (favorise l'élimination des toxines et déchets organiques). **Diurétique** (favorise la production d'urine). **Vulnéraire** (guérit les plaies et blessures).

Lins

Los lins, los linons

Linum spp.



Comment les reconnaître ?

 5 pétales bleu, blanc, rose clair ou lilas pâle

 Ovale à linéaires, opposées, à une seule nervure

Famille : **Linacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* fauchées ou pâturées extensivement (Lin à feuilles étroites), pelouses*, friches et landes (autres espèces)

Usages et observations populaires

On trouvera bien peu de références au lin en Périgord-Limousin. Il faut dire que ni le climat, ni la qualité des sols n'y égalent ceux des Flandres pour la réussite de sa culture. Alors, nos campagnes ont très majoritairement privilégié celle d'une autre fibre végétale, *la cherbe*, le chanvre. Le linge, ici, était de chanvre, et les rares chemises ou draps de lin étaient le reflet d'une garde robe cossue.

Malgré tout la présence d'un nom occitan, *lin*, suffixé en *linon*, (prononcé « li / linou »), démontre que la plante était clairement identifiée voire cultivée ici ou là. Trop peu, en tout cas, pour que l'usage de ses graines ou de son huile ait largement pu faire bénéficier les populations locales de leurs qualités émollientes et laxatives, si ce n'est pour ceux qui achetaient auprès des apothicaires de la farine de lin pour préparer des cataplasmes adoucissants.

Les espèces sauvages, fréquentes dans les prairies de fauche tardive, ne semblent avoir été l'objet d'aucune observation. Mais sa richesse reconnue en omega 3 pourrait bien lui assurer désormais un intérêt croissant.



Riche en Oméga 3 (prévient les maladies cardiovasculaires).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 5-80 cm

Pollinisation  +++ Auto

Milieu 



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 20-80 cm

Mauve musquée

La mauva

Malva moschata

Comment la reconnaître ?

-  5 grands pétales roses largement échancrés
-  Dentées et un peu lobées à la base de la plante, découpées en 5-7 segments redivisés le long de la tige

Famille : **Malvacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* fauchées ou pâturées extensivement, bois clairs

Usages et observations populaires

Les indications médicales de la mauve sont nombreuses : elle calme les irritations, elle adoucit la toux, elle facilite le transit...

C'est principalement pour ses qualités diurétiques et laxatives qu'elle semblait appréciée localement. Tisanes souveraines *per* «*far pissar*», ou pour combattre la constipation, la mauve tenait légitimement le haut du classement des remèdes de bords de chemins.

Ce fut une plante dont les jeunes feuilles et les pousses étaient fréquemment consommées en salades et en soupes. De nombreux auteurs romains en évoquent ces usages de même que quelques textes du Moyen-Âge. Sans doute en fut-il de même sur nos collines jusqu'à des temps peut-être pas si éloignés. Mais les sélections semencières et les progrès des productions potagères des 150 dernières années ont radicalement changé nos rapports avec les plantes sauvages.

Sa floraison tardive en fait une ressource estivale pour les pollinisateurs.



Expectorante (calme la toux, favorise l'expulsion des sécrétions des voies respiratoires). **Emolliente** (adoucit les tissus enflammés).

Nard raide

Nardus stricta

Pollinisation 

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Épi raide, violacé, portant des épillets tous tournés du même côté
-  Feuilles vert grisâtre, filiformes, piquantes, formant souvent des touffes

Famille : **Poacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* pâturées sur sols siliceux

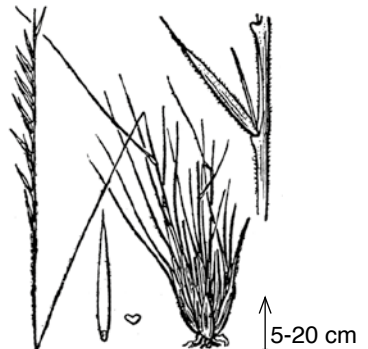
Usages et observations populaires

Voilà une herbe dont l'aspect lui permettrait d'être rangée sous les mêmes dénominations que les fétuques (cf. fétuques à feuilles fines) : *barba de chabra* ou *borra de chin*, barbe de chèvre ou poil de chien. Les distinctions botaniques de nos anciens ne s'appuyaient pas sur les mêmes critères de détermination qu'aujourd'hui ! Et là, entre ces deux espèces de graminées au feuillage fin... Soit, mais, n'ayant relevé aucun nom associé au nard raide, on se contentera simplement d'avancer cette suggestion appellative.

Quoi qu'il en soit l'absence de données sur cette espèce dénote bien le peu d'intérêt qu'elle pouvait susciter. Plante des prairies* acides et pauvres, typique des estives des hauts plateaux du Massif-Central, son fourrage est boudé par le bétail. Elle peine à trouver chez nous les conditions d'altitude qui lui sont favorables.



M	A	M	J	J	A	S	O	N
		✿	✿	✿	✿	✿		



Pollinisation



Milieux



Oenanthes

Lu fanueh sauvatge

Oenanthe spp.

Comment les reconnaître ?



Petites fleurs blanches en ombelle* à 5-12 rayons



Alternes et divisées, à segments linéaires ou moins vers le haut de la plante, et pour certaines espèces à segments plus larges et incisés vers la base de la tige

Famille : **Apiacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies* généralement fauchées, humides ou non, et marais

Usages et observations populaires

La famille des oenanthes est peu connue et identifiée dans la tradition locale. Rares du côté limousin, un peu plus répandues sur le calcaire du sud du Parc naturel régional, on les retrouve quelquefois associées, dans les quelques rares appellations relevées en Périgord, au fenouil. Une espèce de « fenouil sauvage » donc. En prenant bien garde, toutefois, à ne pas se laisser abuser par ce cousinage innocent : la plupart des oenanthes sont toxiques, voire mortelles pour certaines d'entre-elles !

Cette réputation de plante « poison », a d'ailleurs largement entaché l'appréciation portée sur la plupart des ombellifères. En dehors d'une poignée d'espèces bien identifiées, on se méfie assez largement de toute cette famille, en invitant bien les enfants à ne pas s'en approcher et encore moins à les manipuler. La terrifiante ciguë n'en est-elle pas une des représentantes ?

Mais que l'éleveur se rassure. Éparses et isolées dans les prairies naturelles du Périgord-Limousin, la présence des oenanthes représente nettement plus une bonne nouvelle sur l'état de la biodiversité de la parcelle, qu'un risque potentiel d'empoisonnement !



M	A	M	J	J	A	S	O	N
			⚙	⚙	⚙	⚙		



↑
30-80 cm

Orchidées

Las pendagosta, l'orquidéias

Anacamptis spp. / *Dactylorhiza* spp. /

Gymnadenia spp. / *Ophrys* spp. / *Orchis* spp.

Pollinisation  Auto

Milieux   

Comment les reconnaître ?

 Forme et couleur variables selon l'espèce, avec ou sans éperon*, pouvant mimer le corps poilu d'un insecte ou ressembler à un bonhomme casqué

 Ovale ou allongées, non dentées, à nervures parallèles et assez épaisses

Famille : **Orchidacées**

Où les trouve-t-on ?

Selon les espèces, prairies* maigres, pelouses*, marais, bois clairs, la plupart sur sols calcaires mais aussi sur substrats siliceux

Usages et observations populaires

Pour désigner les nombreux types d'orchidées sauvages présentes dans nos prairies (particulièrement sur terrains calcaires) les appellations sont nombreuses. Mais elles manquent souvent de précision et peuvent être interchangeables d'une espèce à une autre, d'un lieu à un autre.

Le nom qui revient le plus souvent, *la Pendagosta*, la Pentecôte, évoque leur période de floraison. L'orchis militaire, quant à lui, sera fréquemment nommé *lu Mossur*, le Monsieur, quand l'orchis à feuilles tachetées se dira *la Dama*, la Dame, et que l'orchis tacheté rose sera *la Domaisela*, la Demoiselle.

Bien des auteurs ont dit des orchidées que leurs deux petits tubercules suggestifs situés sous terre (*Orchis*, en grec, signifie testicule) leur conféraient des vertus aphrodisiaques et amoureuses. Soit que les gens de notre région n'aient eu aucun problème de cet ordre, soit que leur pudeur naturelle ait fait passer cette observation sous silence, nous n'avons rien relevé à ce sujet...



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-60 cm

Pollinisation  +

Milieux  

Petite Sanguisorbe

La pimpanela

Poterium sanguisorba

Comment la reconnaître ?

-  Inflorescences en têtes globuleuses, à fleurs sans pétales, mâles à la base, femelles au sommet et hermaphrodites au centre
-  Rosette basale et feuilles alternes à 5-25 folioles* dentées, avec stipules* foliacés dentés à l'insertion sur la tige

Famille : **Rosacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* et prairies*, plus fréquente dans la partie calcaire du Parc

Usages et observations populaires

C'est, bien souvent, sous le terme de pimprenelle que la sanguisorbe est référencée dans les flores populaires régionales. En logique le terme occitan relevé en Limousin, *la pimpanela*, l'associe à cette appellation. Fréquente sur les calcaires périgourdins, elle est, en revanche, beaucoup plus localisée sur les plateaux limousins. Pour cette raison la plante est très largement méconnue sur une grande partie du territoire, ainsi que ses qualités médicinales (traitement des diarrhées, des inflammations digestives, des hémorragies...).

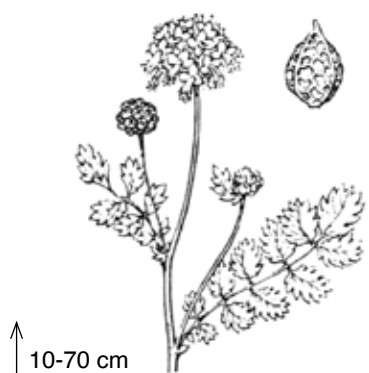
C'est, par ailleurs, une plante fourragère appréciable capable de produire un pâturage sur des terrains maigres et secs.



Astringente (favorise la cicatrisation des plaies). **Antihémorragique** (arrête les saignements).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
		⚙	⚙	⚙				



↑ 10-70 cm

Potentille printanière

Potentilla verna

Pollinisation  +++ Apo

Milieu 

Comment la reconnaître ?



5 pétales jaunes échancrés avec ou sans tache safranée à la base



Tiges couchées, feuilles plus ou moins velues naissant de la souche, à 5 ou 7 folioles* dentées

Famille : **Rosacées**

Où la trouve-t-on ?

Rocailles, pelouses* et bois clairs sur substrat calcaire

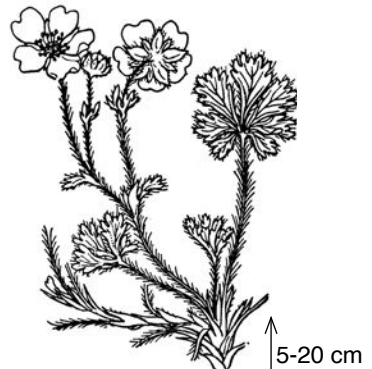
Usages et observations populaires

Seulement présente sur la partie calcaire du Parc naturel régional, cette potentille semble totalement absente des observations locales. Ni nom, ni description, ni usage...

On pourra toujours, à défaut, se reporter au paragraphe succinct consacré à l'une de ses cousines, la potentille tormentille (cf. p.40).



J	F	M	A	M	J	J	A	S



Pollinisation  +++ Auto

Milieu 



M	A	M	J	J	A	S	O	N
		✿	✿	✿	✿			



↑
5-50 cm

Rhinanthes

La tartaria, la cresta de jau

Rhinanthus spp.

Comment les reconnaître ?

 Fleurs jaunes à calice* renflé et comprimé latéralement

 Feuilles dentées, opposées

Famille : **Orobanchacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies*, pelouses* et bois clairs

Usages et observations populaires

Dans nos traditions, les plantes qui étaient nommées et référencées ne le devaient pas nécessairement aux usages et intérêts qu'en tirait la population. À preuve les variétés de rhinanthes, nommées ici *la tartaria* ou encore *la cresta de jau*, la crête de coq (en rappel de son calice très dentelé) qui étaient reconnues comme de satanées mauvaises herbes. Certaines années, ces plantes parasites des graminées, compromettaient méchamment la production d'herbe ou de blé.

Forcément, selon les critères d'appréciation de nos anciens - qui n'avaient pas toujours une vision très éclairée de la diversité végétale - une telle plante qui semble tout brûler et inhiber alentour et qui ne sert même pas de fourrage, ça a tout d'*una brava saloparia*, d'une jolie cochonnerie ! Alors, on veillait soigneusement à les arracher dans les cultures et à ne surtout pas les laisser grainer. Mais tout cela n'était pas bien méchant tant que ces choses se faisaient manuellement. Et puis est arrivée la chimie...

Notons néanmoins que les bourdons ont un avis bien plus positif sur les rhinanthes, dont ils apprécient le butinage. Et quand on sait tous les avantages de pollinisation que l'on doit aux bourdons...

Salsifis

Lu cochon, la barba de boc

Tragopogon spp.

Pollinisation  +++ Auto

Milieux  

Comment la reconnaître ?

-  Pétales jaunes, de taille variable, dépassés ou non par des folioles* vertes
-  Feuilles alternes embrassant plus ou moins la tige, longues et assez étroites

Famille : **Astéracées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* de fauche (*T. pratensis*) ou friches sèches (*T. dubius*)

Usages et observations populaires

Si un des noms locaux du salsifis des prés, lu cochon nous paraît assez énigmatique (prononcé « *lu coutsou* », il n'a aucun lien avec le porc), celui de *barba de boc* nous rappelle les aigrettes barbues qui restent sur le fruit après la floraison. Voici en tous cas une plante qui était assez bien identifiée.

Mais ne doit-on pas voir dans cette distinction, le souvenir d'un aliment sauvage ? Si l'on ne se souvient plus aujourd'hui que des pissenlits comme salades des champs, les jeunes pousses des salsifis sauvages constituaient aussi une des bases des nombreux mescluns amers du printemps. Ses racines pouvaient être également consommées bouillies. Tombé en désuétude, le salsifis a peu à peu cédé sa place à son cousin scorsonère dans nos assiettes. Beaucoup d'anciens rationnaires de cantine en gardent d'ailleurs un souvenir gustatif mitigé...

-  **Antioxydante** (lutte contre le vieillissement cellulaire). **Dépurative** (favorise l'élimination des toxines et déchets organiques).
- Diurétique** (favorise la production d'urine).
- Apéritive** (ouvre l'appétit). **Stomachique** (favorise les fonctions de l'estomac).
- Expectorante** (élimine les sécrétions respiratoires).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 25-80 cm

Pollinisation 

Milieus  



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
35-80 cm

Sauge des prés

La sàuvia, la sauja

Salvia pratensis

Comment la reconnaître ?

-  Grandes, bleues, groupées autour de l'axe des inflorescences en couronnes un peu visqueuses
-  Feuilles rugueuses, opposées, crénelées à dentées, pétiolées à la base de la tige puis sessiles*

Famille : **Lamiacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* et pelouses* sèches, sur calcaires

Usages et observations populaires

Présente exclusivement sur le calcaire, la sauge est une espèce assez peu connue du côté limousin. En témoigne son nom occitan sous une forme francisée, *la sauja*, qui dénote une plante dont la tradition était peu familière. Et le fait est, qu'en dépit de son statut reconnu de panacée dans les pays méditerranéens, la plante ne figurait pas au hit parade des simples sur nos collines granitiques. Tout au plus, pouvait-on trouver un pied de sauge officinale dans le jardin de quelques mémés tisanières. Dans le Périgord calcaire, l'appréciation était différente, et les vertus toniques, stimulantes, fébrifuges, cicatrisantes... de *la sàuvia* - de même étymologie, le latin *salvare*, que le verbe sauver ! - un peu plus largement reconnues.

La sauge des prés, dont il est question ici, partage la plupart des caractères de sa cousine officinale. Mais, la variété est beaucoup moins aromatique et ses qualités en sont nettement atténuées. Était-elle pour autant l'objet de cueillettes ?



Tonique (favorise le tonus musculaire).

Digestive (favorise la digestion). **Anti-**

inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).

Scabieuse colombarie

Scabiosa columbaria

Pollinisation 

Milieu 

Comment la reconnaître ?

-  Bleu clair, rayonnantes
-  Feuilles opposées poilues, très variables, de crénelées et divisées à la base jusqu'à découpées en lanières sur la tige

Famille : **Caprifoliacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* sèches sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Aucune indication n'a été trouvée à son sujet.
Seuls les pollinisateurs qui aiment la fréquenter pourraient nous en parler... Cf. p.88.

 **Expectorante** (élimine les sécrétions respiratoires). **Dépurative** (favorise l'élimination des toxines et déchets organiques).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation  + Auto

Milieu 

Scorsonère humble

Lu cochon, la barba de boc

Scorzonera humilis

Comment la reconnaître ?

-  Fleurs jaunes en languettes, unique au sommet de chaque tige
-  Allongées et non dentées, surtout en rosette à la base de tiges molles plus ou moins cotonneuses

Famille : **Astéracées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* (pâturées ou fauchées), landes et bois clairs humides, marais

Usages et observations populaires

Voici un exemple de télescope botanique : salsifis et scorsonère étaient totalement confondus dans nos campagnes et pas qu'en Périgord-Limousin ! Il faut bien reconnaître que les espèces sont proches tant d'apparence qu'en qualités... Seulement on parlera beaucoup plus volontiers de salsifis et on y verra la preuve que le mot scorsonère n'a dû apparaître dans notre vocabulaire qu'assez récemment. Il y a, d'ailleurs, une injustice : la plante scorsonère est bien plus commune dans nos prairies que le salsifis qui lui a pourtant volé la vedette !

Pour le reste, on l'aura compris, on se reportera avec profit au paragraphe consacré au salsifis (cf. p.59).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-50 cm

Succise des prés

Lu mørs dau diable

Succisa pratensis

Pollinisation  +++

Milieux   

Comment la reconnaître ?

-  Mauves (rarement blanches ou roses), groupées en tête hémisphérique
-  Opposées, sans poils et généralement non dentées, rétrécies en pétiole* vers la base de la tige

Famille : **Caprifoliacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies*, pelouses*, landes, marais, bois clairs, depuis les zones humides siliceuses jusqu'aux coteaux calcaires secs

Usages et observations populaires

Relativement proches des scabieuses et des knauties, elle était aussi victime de fréquentes confusions avec ces dernières (cf. p.50).

Son appellation : *lu mørs dau diable* est la version occitane du nom français « mors du diable ». Elle reflète une vieille légende qui explique pourquoi la racine principale de la succise semble coupée nette à quelques centimètres de son départ : c'est le diable qui, jaloux de ses qualités médicinales, l'aurait tranchée d'un coup de dent.

Entre cette morsure diabolique et l'ignorance quasi complète dans laquelle on la tenait ici, elle a bien du mérite, la succise, à fleurir, malgré tout, nos prairies.

On notera cependant qu'elle n'est pas dédaignée de tous les vivants. Les pollinisateurs l'apprécient et elle est intimement liée à un papillon observé régulièrement chez nous, le damier de la succise.



Expectorante (élimine les sécrétions respiratoires). **Dépurative** (favorise l'élimination des toxines et déchets organiques). **Tonique** (favorise le tonus musculaire). **Vulnéraire** (guérit les plaies et les blessures). **Vermifuge**.



M	A	M	J	J	A	S	O	N
				✿	✿	✿	✿	



↑ 3-100 cm

Pollinisation  ++

Milieux  

Thyms

Lu tim, lu tim de bargiera

Thymus spp.



Comment les reconnaître ?

-  Petites fleurs roses à rose violacé groupées en têtes terminales
-  Petites feuilles opposées, ovales ou rondes, sur une tige rampante à rameaux florifères dressés et velus sur les angles

Famille : **Lamiacées**

Où les trouve-t-on ?

Pelouses* et rocailles, sur sols siliceux (*T.pulegioides*) ou calcaires (*T. longicaulis* et *T.praecox*)

Usages et observations populaires

Le thym est ici identifié sous deux formes, une variété cultivée, *lu tim*, ou thym commun, incontournable sentinelle des bordures d'allées dans les jardins vivriers, et une autre sauvage, *lu tim de bargiera*, le « thym de bergère », autrement dit le serpolet.

Du thym commun on dira seulement que c'est une des seules aromatiques qui avait droit de cité dans la cuisine traditionnelle.

Qu'ils soient sauvages ou cultivés, les divers thyms étaient particulièrement appréciés pour leurs vertus médicinales. Leur tisane, au goût bien agréable, est conseillée lors de rhumes ou de gripes, contre la toux, pour faciliter la digestion...

On en donnait aux lapins quand ils avaient le « gros ventre » : non seulement il améliore leurs problèmes digestifs mais, en plus, il parfume agréablement la viande des futurs civets !

Rappelons-nous, enfin, l'intérêt que leur portent les pollinisateurs (cf p.88) ?



2-30 cm



Anti-infectieux par excellence (antiseptique, antibactérien, antifongique...). **Expectorante** (calme la toux, favorise l'expulsion des sécrétions des voies respiratoires). **Vermifuge**.

Valériane dioïque

La valeriana

Valeriana dioica

Pollinisation  +

Milieu 

Comment la reconnaître ?

 Petites fleurs rosées ou blanches groupées au sommet d'une tige unique

 Feuilles entières et longuement pétiolées à la base de la tige, puis divisées en 5-9 segments

Famille : **Caprifoliacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* et bois clairs humides, fossés

Usages et observations populaires

La plante se croise ponctuellement et, pourtant, elle n'était que très peu identifiée dans les campagnes du Périgord-Limousin.

Les herboristes lui reconnaissent d'efficaces qualités dans le traitement des rhumes et bronchites et comme calmant. Voilà des constatations qui semblent avoir échappé à la sagacité de nos tisaniers locaux...

 **Sédatif** (calmante). **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-50 cm



Coronilla minima

LES RARETÉS

EN CONTEXTE AGRICOLE

Las que son ralas



Pollinisation 

Milieux  

Anthyllide Vulnéraire

Anthyllis vulneraria

Comment la reconnaître ?

-  Têtes serrées de fleurs jaune rougeâtre ou blanches, calice* enflé et poilu
-  Composées de 3-13 folioles*, la terminale plus longue que les latérales

Famille : **Fabacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* sèches et rocaillies, plus fréquent sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Une autre inconnue des talus, visiblement. Il faut dire qu'elle n'est pas si commune... C'est bien dommage, la plante n'est pas sans mérites : elle soignerait plaies et brûlures et favoriserait la cicatrisation.

Cette plante est seulement présente sur les pelouses calcaires du Périgord. Des milieux qui n'ont quasiment plus d'usage agricole aujourd'hui.



Vulnéraire (guérit les plaies et les blessures).
Anti-inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).

M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Campanille à feuilles de lierre

Las pitas clochetas

Hesperocodon hederaceus

Comment la reconnaître ?

 Petites clochettes bleu pâle, solitaires et portées par un long pédicelle* fin

 Tige rampante portant des feuilles pétiolées, à contour anguleux grossièrement lobé et en forme de cœur à la base

Famille : **Campanulacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* et bois humides, marais

Usages et observations populaires

C'est une charmante petite plante, assurément, que l'on croise quelquefois avec ses petites clochettes... Mais la constatation s'arrête là. On voit ce que c'est, on connaît un coin où elle pousse, mais qu'en dire de plus ?

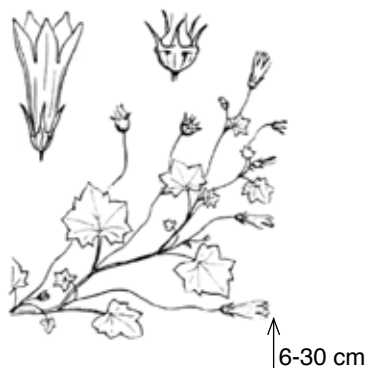
La tradition ne prend pas la peine de tout disséquer : *n'i en a talament!* Il y en a tellement de ces petites plantes sages et effacées dans leur coin de prairie...

Pollinisation  Auto

Milieu 



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation 

Milieu 

Coronille naine

Coronilla minima



Comment la reconnaître ?



5-10 fleurs jaunes en ombelle* portée par de longs pédoncules



Feuilles alternes à 7-9 folioles* assez épaisses

Famille : **Fabacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* sèches sur sols calcaires

Usages et observations populaires

La plante est rare et localisée sur quelques pelouses calcaires, milieux qui n'ont quasiment plus d'usages agricoles aujourd'hui.

Elle est totalement absente des relevés ethnographiques.

M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-30 cm

Épiaire droite

Stachys recta

Pollinisation  +++

Milieux  

Comment la reconnaître ?

-  Jaune pâle, maculées de rouge, en couronnes espacées formant un long épi interrompu
-  Opposées, crénelées ou non, à odeur peu agréable au froissement

Famille : **Lamiacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* et bois clairs secs, sur sols calcaires

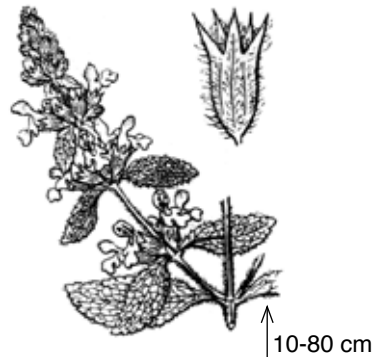
Usages et observations populaires

Assez commune sur le calcaire, la plante est digne de figurer à la meilleure place dans les herbiers des botanistes limousins tant elle est une vraie rareté sur les pentes du massif central. Aucun usage ni nom ne semble lui avoir été attribués.

-  **Antispasmodique** (lutte contre les spasmes).
- Diurétique** (favorise la production d'urine).
- Antibactérienne**.
- Antinéphrétique** (prévient les maladies des reins).
- Antioxydante** (lutte contre le vieillissement cellulaire).
- Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations internes et externes).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Pollinisation



Milieu



Fumanes

Fumana spp.

Comment les reconnaître ?



Fleurs par 1-8 au sommet des rameaux, à cinq pétales jaunes



Linéaires, alternes, sur une tige étalée à rameaux dressés ou couchés

Famille : **Cistacées**

Où les trouve-t-on ?

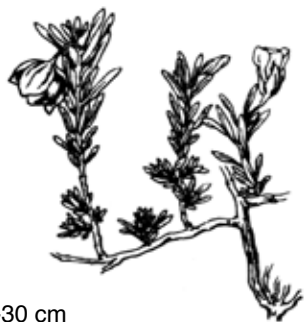
Pelouses* sèches et rocaillies sur sols calcaires

Usages et observations populaires

D'autres discrètes des pelouses calcaires qui ont visiblement complètement échappé aux remarques et dénominations populaires.



M	A	M	J	J	A	S	O	N



8-30 cm

Gentiane des marais

La genciana

Gentiana pneumonanthe

Pollinisation  Auto

Milieu 

Comment les reconnaître ?

-  Bleues, grandes et solitaires, portées par un long pédoncule à l'aisselle des feuilles
-  Opposées, étroites et à une seule nervure, plus ou moins enroulées sur les bords

Famille : **Gentianacées**

Où les trouve-t-on ?

Prairies*, landes et bois clairs humides, sur substrats siliceux ou calcaires

Usages et observations populaires

La genciana est une espèce connue. Mais quand on l'évoque on pense bien plus à la grande gentiane, celle de la montagne, celle que l'on peut célébrer à l'heure de l'apéritif, qu'à cette plante aux belles fleurs bleues qui pousse seulement *dins quauquas molhieras*, dans quelques zones tourbeuses du cœur du Parc. D'ailleurs cette gentiane-là était-elle si clairement identifiée ? Une épithète scientifique la dit pneumonanthe et l'espèce est reconnue dans plusieurs flores européennes comme propre à traiter les affections pulmonaires.

Était-ce le cas ici ? Probablement pas car l'espèce est chez nous rare, très rare, et à l'origine d'une espèce de papillons tout aussi rare, l'azurée des mouillères. Le Parc est à ce titre preneur de toute observation de cette espèce.



Traitement curatif des problèmes pulmonaires (pour *G. pneumonanthe*).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 10-60 cm

Pollinisation  +++

Milieu 

Germandrée des montagnes

Teucrium montanum



Comment la reconnaître ?

-  Blanc jaunâtre, groupées en têtes terminales hémisphériques
-  Opposées, étroites, à bords un peu enroulés, coriaces, vertes dessus et couvertes de poils blancs dessous

Famille : **Lamiacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses*, rocaillles et bois clairs secs, sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Espèce très localisée sur des pelouses calcaires et qui ne semble pas être identifiée dans la flore populaire locale.



Antispasmodique (lutte contre les spasmes, notamment digestifs ou urinaires). **Tonique** (favorise le tonus musculaire).

M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
5-25 cm

Globulaire commune

Globularia bisnagarica

Pollinisation



Milieu



Comment la reconnaître ?



Bleues, en pompon terminal



Rosette basale de feuilles échancrées au sommet, à pétiole* allongé, feuilles de la tige sessiles*, alternes, plus petites et aiguës

Famille : **Plantaginacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres et pelouses*

Usages et observations populaires

Assez commune sur les pelouses* calcaires, elle n'en reste pas moins absente des observations locales.



Astringente (favorise la cicatrisation des plaies). **Purgative** (favorise les éliminations intestinales).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
	✿	✿	✿	✿				



↑
5-40 cm

Pollinisation 

Milieu 

Hélianthème des chiens

L'erba d'aur

Helianthemum canum



Comment la reconnaître ?

-  Grappe de fleurs à 5 pétales jaunes
-  Opposées, à une nervure, couvertes de poils blancs au moins sur le dessous, comme les rameaux

Famille : **Cistacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* sèches sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Espèce très localisée sur des pelouses calcaires et qui ne semble pas être identifiée dans la flore populaire locale. Une variété voisine, l'hélianthème nummulaire, est connue sous le nom d'*erba d'aur*, d'herbe d'or, en certains lieux de la Dordogne en référence à sa floraison dorée.

On peut imaginer que la dénomination puisse s'appliquer à l'une ou l'autre espèce.

M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



Astringente (favorise la cicatrisation des plaies). **Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations internes et externes).

Antioxydante (lutte contre le vieillissement cellulaire).



↑
5-20 cm

Hélianthème des Apennins

Helianthemum apenninum

Pollinisation



Milieu



Comment la reconnaître ?



Grappe de fleurs à 5 pétales blancs à base jaune



Opposées, à une nervure, plus ou moins enroulées sur les bords, couvertes d'un duvet blanc, comme les rameaux

Famille : **Cistacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* et rocaillies sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Espèce très localisée sur des pelouses calcaires et qui ne semble pas être identifiée dans la flore populaire locale.



Astringente (favorise la cicatrisation des plaies). **Anti-inflammatoire** (soulage les inflammations internes et externes).

Antispasmodique (lutte contre les spasmes).

Antioxydante (combat les radicaux libres et le vieillissement cellulaire).

Immunostimulante (renforce les défenses naturelles de l'organisme).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
		🌸	🌸	🌸				



↑ 15-50 cm

Pollinisation 

Milieux  



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
8-30 cm

Hippocrépis à toupet

Hippocrepis comosa

Comment la reconnaître ?

 5-12 fleurs jaunes réunies au bout d'un long pédoncule, pétale supérieur (étendard) veiné de brun

 Tige raide à feuilles alternes, dentées à divisées, de taille décroissante de bas en haut

Famille : **Fabacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses*, rocailles et bois clairs secs, sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Plante commune des pelouses calcaires, elle n'en reste pas moins absente des observations locales.

Inule des montagnes

Inula montana

Pollinisation



Milieu



Comment la reconnaître ?



Jaune, rayonnante



Feuilles allongées, non dentées, couvertes de poils blancs comme la tige

Famille : **Astéracées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* sèches sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Espèce très localisée sur des pelouses calcaires et qui ne semble pas être identifiée dans la flore populaire locale. Dans la région de Brive elle était identifiée sous le nom énigmatique d'*esporcion borrut*, l'adjectif *borrut* faisant référence aux poils qui la recouvrent.

La plante a des propriétés anti-inflammatoires.



Anti-inflammatoire (soulage les inflammations internes et externes).

Vulnéraire (guérit les plaies et blessures).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
			🌸	🌸				



↑ 15-35 cm

Pollinisation  +++

Milieu 

Liseron des monts Cantabriques

Convolvulus cantabrica



Comment la reconnaître ?

 Grandes fleurs roses en cornets, solitaires ou groupées par 2-4

 Alternes, allongées et velues comme la tige

Famille : **Convolvulacées**

Où la trouve-t-on ?

Pelouses* sèches et rocailles sur sols calcaires

Usages et observations populaires

Le liseron, ça, on sait malheureusement trop bien ce que c'est ! Mais celui des monts Cantabriques, là, on sèche un peu sur le sujet... D'autant plus que cette petite plante des pelouses calcaires ne partage pas grand-chose en commun, hormis la fleur, avec le liseron mal aimé des cultures qu'on nomme ici en occitan *la corriada*. La feuille est fort différente et, surtout, il ne s'agrippe pas à tout ce qu'il trouve à proximité ! Il s'étale mollement dans les lieux rocaillieux et si sa discrétion ne lui aura pas permis d'accéder à l'honneur d'avoir un nom local, elle lui aura néanmoins fait échapper à la détestation que les jardiniers entretiennent à l'égard de ses cousins des champs et des haies !

M	A	M	J	J	A	S	O	N
								

↑ 20-50 cm



Narcisse des poètes

La jonquilla blanca

Narcissus poeticus

Pollinisation 

Milieu 

Comment la reconnaître ?

 Grandes, odorantes, solitaires, penchées, à larges pétales blancs et couronne centrale jaune à bord rouge

 3-5, linéaires, dressées

Famille : **Amaryllidacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* gérées extensivement, plutôt fauchées et inondables

Usages et observations populaires

Si l'espèce est bien connue, c'est bien plus par sa culture dans les bordures fleuries des jardins de nos mémés que par sa présence, ici ou là, dans quelques rares prés mouillés. Avec son cousin nommé communément jonquille, ils participaient par leurs floraisons printanières à l'annonce joyeuse du printemps.

On en faisait (et on en fait encore) des bouquets au parfum entêtant mais on tenait néanmoins une certaine méfiance dans les usages vis-à-vis de cette plante au bulbe vénéneux. La cueillette des bouquets par les enfants était soumise à de soigneuses règles d'hygiène : « lave-toi bien les mains, c'est poison ! ».

Le Parc est preneur de toute observation de cette espèce.



Antispasmodique (lutte contre les spasmes).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑ 30-60 cm



Saxifrage granulé

L'erba a la gravela

Saxifraga granulata

Comment la reconnaître ?



Blanches, en cloche, odorantes



Tige dressée à 2-5 feuilles alternes avec 3-8 lobes, rosette basale de feuilles pétiolées, arrondies et largement crénelées. Plante couverte de poils visqueux

Famille : **Saxifragacées**

Où la trouve-t-on ?

Prairies* maigres et pelouses* fauchées ou pâturées extensivement, bois clairs, plutôt sur sols siliceux

Usages et observations populaires

Entre tant de raretés botaniques aux noms tarabiscotés, quelques-unes émergent quelquefois de l'anonymat et ont été repérées par nos ancêtres. Ainsi en est-il de la saxifrage granulée, espèce rare sur une grande partie du territoire mais relativement commune en quelques endroits bien localisés.

En Dordogne l'espèce est identifiée sous le nom d'*erba a la gravela* grâce à ses propriétés pour dissoudre les gravelles, ces petits calculs biliaires ou rénaux. Ce sont les bulbilles présentes autour du collet de la plante (et qui lui valent cet adjectif de granulée) dont l'emploi en tisane serait souverain pour résorber ces calculs. Une belle illustration de la théorie traditionnelle des signatures selon laquelle l'apparence des végétaux est censée révéler un pouvoir thérapeutique ou magique. Et ici la théorie semble marcher doublement, les bulbilles ont une apparence de calculs et la feuille de saxifrage a la forme d'un rein.

Le Parc est preneur de toute observation de l'espèce.



Diurétique (favorise la production d'urine).
Expectorante (élimine les sécrétions respiratoires).



M	A	M	J	J	A	S	O	N
								



↑
15-60 cm

Feuille de coche L'avez-vous chez vous ?

● les incontournables ● les régulières ● les occasionnelles ● les raretés

Espèces de plantes indicatrices MAEC « prairies fleuries »  voir p.11



Achillée millefeuille
Achillea millefolium
p.18



Cardamine des prés
Cardamine pratensis
p.19



Carum verticillé
Trocдарis verticillatum
p.20



Centaurées
Centaurea spp.
p.21



Fétuques à feuilles fines
Festuca spp.
p.22



Jonc à fleurs aiguës /
Jonc à fleurs obtuses
Juncus spp. p.23



Lotiers
Lotus spp.
p.24



Luzules
Luzula spp.
p.25



Marguerites
Leucanthemum spp.
p.26



Renoncule bulbeuse
Ranunculus bulbosus
p.27



Renoncule flammette
Ranunculus flammula
p.28



Amourette commune
Briza media
p.30



Épiaire officinale
Betonica officinalis
p.31



Filipendule commune
Filipendula vulgaris
p.32



Germandrée petit-chêne
Teucrium chamaedrys
p.33



Gesse des prés
Lathyrus pratensis
p.34



Lychnis fleur-de-coucou
Lychnis flos-cuculi
p.35



Menthe aquatique
Mentha aquatica
p.36



Petite Oseille
Rumex acetosella
p.37



Petites Laïches
Carex spp.
p.38



Polygalas
Polygala spp.
p.39



Potentille tormentille
Potentilla erecta
p.40



Reine des prés
Filipendula ulmaria
p.41



Trèfle douteux / étalé
Trifolium spp.
p.42



Violettes
Viola spp.
p.43



Campanule agglomérée
Campanula glomerata
p.46



Coucou
Primula veris
p.47



Cumin des prés
Silaum silaus
p.48



Gaillet jaune
Galium verum
p.49



Knauties
Knautia spp.
p.50



Lins
Linum spp.
p.51



Mauve musquée
Malva moschata
p.52



Nard raide
Nardus stricta
p.53



Oenantes
Oenanthe spp.
p.54



Orchidées
p.55



Petite Sanguisorbe
Potentilla sanguisorba
p.56



Potentille printanière
Potentilla verna
p.57



Rhinantes
Rhinanthus spp.
p.58



Salsifis
Tragopogon spp.
p.59



Saug des prés
Salvia pratensis
p.60



Scabieuse colombarie
Scabiosa columbaria
p.61



Scorsonère humble
Scorzonera humilis
p.62



Succise des prés
Succisa pratensis
p.63



Thymus
Thymus spp.
p.64



Valériane dioïque
Valeriana dioica
p.65



Anthyllide **Vulnérable**
Anthyllis vulneraria
p.68



Campanille à
feuilles de lierre
H. hederaceus p.69



Coronille naine
Coronilla minima
p.70



Épiaire droite
Stachys recta
p.71



Fumanes
Fumana spp.
p.72



Gentiane des marais
G. pneumonanthe
p.73



Germandrée
des montagnes
T. montanum p.74



Globulaire commune
Globularia bisnagarica
p.75



Hélianthème blanc
Helianthemum canum
p.76



Hélianthème
des Apennins
H. apenninum p.77



Hippocrépis à toupet
Hippocrepis comosa
p.78



Inule des montagnes
Inula montana
p.79



Liseron des monts
Cantabriques
C. cantabrica p.80



Narcisse des poètes
Narcissus poeticus
p.81



Saxifrage granulé
Saxifraga granulata
p.82

Glossaire

Apogame : se dit d'un végétal capable de se propager sans recours à la fécondation

Autogame : se dit d'un végétal dont la fécondation des fleurs est assurée par son propre pollen

Bractée : petite feuille ou écaille située à la base d'une fleur ou d'une inflorescence

Calice : partie externe de la fleur, le plus souvent verte, généralement située sous les pétales

Éperon : appendice tubuleux prolongeant le calice ou la corolle

Foliole : partie d'une feuille composée

Hygrophile : se dit d'une espèce ou d'une végétation croissant sur des sols engorgés à proximité de la surface durant l'essentiel de la saison de végétation

Involucre : ensemble de bractées groupées à la base d'une ombelle ou d'une fleur

Mésophile : adjectif caractérisant les sols ne subissant pas d'engorgement temporaire de surface, ni de déficit hydrique estival, ainsi que les espèces se développant sur ces sols

Mucron : pointe courte et raide

Ombelle : inflorescence formée de fleurs pratiquement toutes situées dans un même plan et portées par des pédicelles fixés tous au même niveau

Ourlet : végétation herbacée se développant en lisière des forêts et des haies

Panicule : inflorescence dont les rameaux, de longueur décroissante de bas en haut, forment par leur ensemble une sorte de pyramide

Pédicelle : support d'une fleur dans une inflorescence

Pelouse : formation végétale herbacée basse poussant dans des conditions de milieu contraignantes

Pétiole : « queue » de la feuille

Prairie : formation végétale herbacée, fermée et dense, dominée par les graminées

Sessile : sans attache par un pétiole ou un pédicelle

Stipule : appendice foliacé ou épineux situé, par deux, à la base du pétiole de la feuille

Virille : filament pouvant s'enrouler autour d'un support

Xérophile : se dit d'une espèce ou d'une végétation pouvant s'accommoder de milieux secs, en déficit hydrique toute l'année

 **Anatomie d'une plante à fleurs : voir p.14**



Focus sur les pollinisateurs sauvages

De l'indifférence, un soupçon de crainte ou du dégoût, c'est ce que les insectes nous inspirent trop souvent alors qu'ils sont indispensables au bon fonctionnement des écosystèmes et à notre bien-être.

35% de ce que nous mangeons dépend de la pollinisation par les insectes !

Par exemple : En région Nouvelle-Aquitaine, le service de pollinisation est estimé à plus de **450 millions d'euros** de productions alimentaires à destination humaine en 2010.

Justement, les champions de la pollinisation, ce sont les abeilles et les bourdons !

Vous connaissez certainement l'Abeille domestique (*Apis mellifera*), productrice de succulents miels. Une espèce parmi de nombreuses autres ! Rien qu'en France métropolitaine, on recense près de 1 000 espèces d'abeilles sauvages et de bourdons qui assurent la pollinisation d'une vaste majorité de plantes à fleurs dont de nombreuses plantes cultivées.

Il en existe de toutes les tailles, une diversité remarquable ! Les plus petites abeilles sauvages ne dépassent généralement pas la taille d'un grain de riz, tandis que la Xylocope violette, qui est la plus grande abeille sauvage vivant en France, mesure près de 30 mm.

A la différence de l'organisation en colonie de plusieurs milliers d'individus de l'Abeille domestique, les abeilles sauvages sont majoritairement solitaires.

On peut les observer de mars à octobre entre les plus précoces et les plus tardives.



Pour qu'une population d'une espèce d'abeille sauvage puisse se maintenir durablement, l'environnement doit offrir les trois éléments suivants :

- **Des ressources alimentaires**, c'est-à-dire une offre en fleurs suffisante qualitativement et quantitativement
- **Des micro-habitats favorables** (sol à nu, bois mort ou encore des végétaux à tiges creuses ou à moëlle)
- **Des matériaux spécifiques**, pour la construction du nid de certaines espèces (poils de végétaux par exemple).

La diversité floristique des prairies a donc une importance capitale pour le maintien des abeilles sauvages et autres pollinisateurs en leur apportant la ressource alimentaire (le nectar) nécessaire à leur survie sur une amplitude saisonnière la plus grande possible.

Depuis 2022, le Parc est engagé dans un programme européen en faveur des abeilles sauvages (LIFE Wild Bees), afin de mieux les connaître et de maintenir et développer un maillage d'habitats propices à leur préservation. Les premiers suivis menés ont déjà permis d'identifier 126 espèces différentes sur le territoire Périgord-Limousin, dont 103 espèces observées en prairies*.



www.life-wild-bees.eu



Bibliographie

ACAFFA du canton de Châlus, 1989 - *Le bien manger au pays des feuillardiers*.

CHABROL L., 2006 - *Inventaire et cartographie des zones humides du Limousin (Bilan des prospections 2002 à 2005)*. Conservatoire botanique national du Massif central, Direction régionale de l'environnement Limousin, 27 p. + annexes + cédérom

DELPASTRE M. 2010 - *Lo libre de l'erbas e daus aubres*, éditions dau Chamin de sent Jaume.

Espaces naturels du Limousin, 2001 - *Plantes et végétation en Limousin, atlas de la flore vasculaire*.

GOURSAUD A., 1978 - *La société rurale traditionnelle en Limousin*, Tomes II et III, G.-P. Maisonneuve et Larose.

IEO Lemosin, 2009 - *Memòria de l'aiga, enquête ethnolinguistique sur l'eau en Montagne limousine*.

JULVE P., 2017 - *Baseflor. Index botanique, écologique et chorologique de la flore de France* [en ligne].

LABORDE J., FONTAINE S. & REIX F., 2020 - *Actualisation du diagnostic paysager du territoire du Parc naturel régional Périgord-Limousin*. La Coquille : Parc naturel régional Périgord-Limousin, 132 p.

LAFON P., MADY M., CHABROL L., HENRY E., HOVER A., LEVY W., BELAUD A. & PONTAGNIER C., 2021 - *Catalogue des végétations du Parc naturel régional Périgord-Limousin*. Audenge : Conservatoire botanique national Sud-Atlantique ; Chavaniac-Lafayette : Conservatoire botanique national du Massif central. 507 p.

LAVALADE Y., 2002 - *Guide occitan de la flore*, éditions Lucien Soumy, 2002

LIEUTAGHI P., 1998 - *La plante compagne*, Actes Sud.

LIEUTAGHI P., 1996 - *Le livre des bonnes herbes*, Actes Sud.

MADY M., 2020 - *Étude phytosociologique des prairies maigres de fauche fraîches à semi-humides du Limousin*. Conservatoire botanique national du Massif central, Direction régionale de l'environnement, de l'aménagement et du logement Nouvelle-Aquitaine, 49 p.

MADY M., FOUCAULT B. (de) & VERGNE T., 2019 - *Analyse prospective d'une disparition inéluctable : les pelouses et prairies maigres à Anacamptis morio subsp. morio de la région de Rochechouart (Haute-Vienne)*. Bulletin de la Société Botanique du Centre-Ouest, N.S., 49 : 497-511.

MARTEGOUTE J.-C., 2023 - *Plantes des causses et des truffières*, éditions du Machaon.

MAURIZIO A., 2019 - *Histoire de l'alimentation végétale*, éditions Ulmer.

ORAZIO J.-L., 2024 - *Flors salvatjas de Perigòrd*, tome 1, Novelum.

PRODEL M., 2022 - *Noms dialectaux des végétaux de la Corrèze*, Bod éditions.

ROYER J.-M., 1982 - *Contribution à l'étude phytosociologique des pelouses du Périgord et des régions voisines*. Documents Phytosociologiques, 6 : 203-220.

VAN GENNEP A., 1999 - *Le Folklore français*, 3 tomes, collection Bouquins, Robert Laffont.

VILKS A., 1991 - *Analyse chorologique de la flore vasculaire du Limousin*. Thèse de doctorat ès Sciences naturelles. Limoges : Université de Limoges. Tome 1 (mémoire) : 241 p., Tome 2 (illustrations), Tome 3 (annexes) : 117 p.

Webographie

<https://www.tela-botanica.org/>

<https://www.zoom-nature.fr/>

<https://fr.wikipedia.org>

<https://urls.fr/W19ixA>

<https://www.tela-botanica.org>

<https://monde-vegetal.fr>

<https://www.omnibota.com>

<https://mycobota.org>

<https://www.pharma-gdd.com>

<https://herbiersauvage.fr>

<https://www.bivea.fr>

<https://www.genialvegetal.net>

<https://www.saniplante.fr>

<http://www.medicunaplanta.com>

<https://www.vidal.fr>

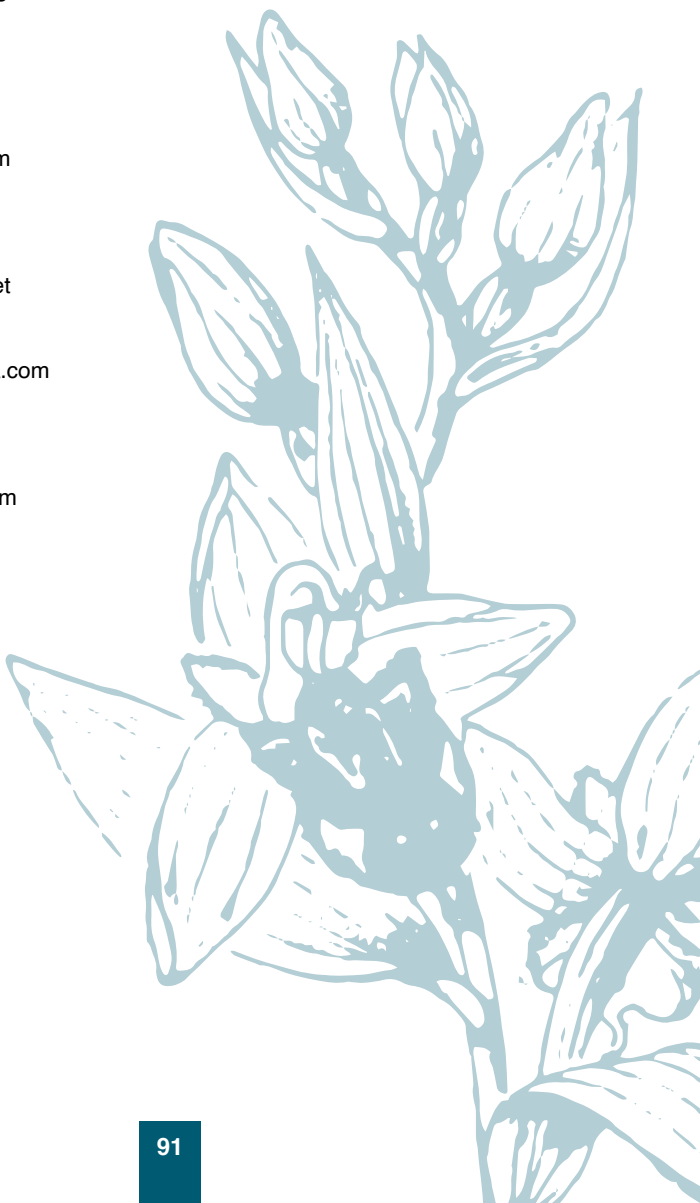
<https://www.doctissimo.fr>

<https://www.therascience.com>

<https://www.wikiphyto.org>

<https://doctonat.com>

<https://www.herbiolys.fr>



Communes membres du syndicat mixte du Parc naturel régional Périgord-Limousin

Abjat-sur-Bandiât	La Rochebeaucourt-et-Argentine	Saint-Barthélemy-de-Bussière
Aixe-sur-Vienne*	Lavignac	Saint-Cyr
Augignac	Le Bourdeix	Sainte-Croix-de-Mareuil
Brantôme-en-Périgord*	Le Chalarud	Sainte-Marie-de-Vaux
Busserolles	Les Cars	Saint-Estèphe
Bussière-Badil	Les Salles-Lavauguyon	Saint-Félix-de-Mareuil
Bussière-Galant	Lussas-et-Nontronneau	Saint-Front-la-Rivière
Chalais	Maison nais-sur-Tardoire	Saint-Front-sur-Nizonne
Châlus	Mareuil-en-Périgord	Saint-Hilaire-les-Places
Champagnac-la-Rivière	Marval	Saint-Jory-de-Chalais
Champniers-et-Reilhac	Miallet	Saint-Laurent-sur-Gorre
Champsac	Milhac-de-Nontron	Saint-Martial-de-Valette
Champs-Romain	Nexon*	Saint-Martin-le-Pin
Chéronnac	Nontron	Saint-Mathieu
Cognac-la-Forêt	Oradour-sur-Vayres	Saint-Pardoux-la-Rivière
Cussac	Pageas	Saint-Paul-la-Roche
Dournazac	Pensol	Saint-Pierre-de-Frugie
Étouars	Piégut-Pluviers	Saint-Priest-les-Fougères
Firbeix	Rilhac-Lastours	Saint-Saud-Lacoussière
Flavignac	Rochechouart	Teyjat
Gorre	Rudeau-Ladosse	Thiviers*
Hautefaye	Saint-Bazile	Varesses
Javerlhac-et-la-Chapelle-Saint-Robert	Saint-Junien*	Vayres
Jumilhac-le-Grand	Saint-Yrieix-la-Perche*	Videix
La Chapelle-Montbrandeix	Savignac-de-Nontron	
La Chapelle-Montmoreau	Sceau-Saint-Angel	
La Coquille	Soudat	
Ladignac-le-Long	Saint-Auvent	

* Ville-porte



Carte : voir p.5



Parc naturel régional Périgord-Limousin
Parc naturau regionau Peiregòrd-Lemosin

Centre administratif - Maison du Parc
555 route de l'ancienne filature - 24450 La Coquille
Tél. : 05 53 55 36 00
info@pnrpl.com

www.pnr-perigord-limousin.fr

Le Parc vous accueille du lundi au vendredi
de 8h30 à 13h et de 14h à 17h30.

Avec soutien financier de :



La Nouvelle-Aquitaine et l'Europe
agissent ensemble pour votre territoire



Région
Nouvelle-
Aquitaine



PREFET
DE LA RÉGION
NOUVELLE-AQUITAINE
*Équipe
France*



MINISTÈRE
DE LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE,
DE LA BIODIVERSITÉ
ET DES NÉGOCIATIONS
INTERNATIONALES
SUR LE CLIMAT ET LA NATURE

Éditeur : Parc naturel régional Périgord-Limousin

Ce livret a été rédigé en 2025, sous la coordination d'Arnaud Six, chargé de projets au Parc naturel régional Périgord-Limousin (PNRPL).

Rédaction : Anne Marie Almoester Rodrigues (PNRPL) / Emilie Chamard (Conservatoire botanique national du Massif central) / Pierre Lafon (Conservatoire botanique national Sud-Atlantique) / Vincent Nicolas (expert botaniste indépendant) / Cécilia Rouaud (PNRPL) / Jean-François Vignaud (Institut d'Études Occitanes du Limousin)

Conception graphique : Gaëlle Caublot - l'Atelier Serpentine

Crédits photographiques : © Gaëlle Caublot / © Cédric Devilleger (PNRPL) / © David Genoud © Vincent Nicolas / © Cécilia Rouaud (PNRPL) / © Arnaud Six (PNRPL), © TelaBotanica / Wikimedia commons © Krzysztof Ziarnek, Kenraiz, © Agnieszka Kwiecień © Marko Vainu, © T. Keibert © Agnieszka Kwiecień, © R. Flogaus-Faust © Nova, © Meneerke bloem, © H. Zell, © T. Keibert, © Isiwal, © Stefan Iefnaer, © Jay Sturmer, © K. Ziarnek, © Len Worthington, © M. Manske, © W. Carter, © A. Moro)

Illustrations : Flore de Coste ; Gaëlle Caublot / **Carte :** Muriel Lehericy (PNRPL)

Impression : Avril 2026. Rivet presse édition. Imprimé en 500 ex. sur papier PEFC.

N° ISBN : 978-2-9567730-5-4

Exemplaire gratuit. Ne peut être vendu.



PEFC
10-31-1345

