



# a Liett

... d'information

Bulletin d'information N°1

Mars/Avril 2012

## *Collectage de savoirs populaires*

sur les plantes dans le bassin Rennais

La création d'une dynamique de collectage ethnobotanique dans le bassin Rennais est née de l'envie de mettre les connaissances naturalistes locales et leur transmission au centre de notre engagement écologique.

L'association Ar Vuez, porteuse du projet, a accueilli une volontaire en service civique en novembre pour 8 mois, afin d'assurer la mise en place, la coordination et l'animation de ce groupe de bénévoles.

Dans l'immédiat, ce projet a pour objectif de former des collecteurs à aller sur le terrain interroger les personnes susceptibles d'avoir des connaissances sur l'utilisation traditionnelle des plantes, que ce soit dans le domaine thérapeutique, alimentaire, ludique, magico-religieux, dénomination des plantes, techniques etc.

À plus long terme, notre organisation se destine à créer une association dont l'objectif serait de faciliter la transmission des savoirs populaires à travers différents modalités (internet, ateliers d'échanges, etc.). Les informations récoltées permettront notamment d'alimenter les bases de données du patrimoine immatériel breton déjà existantes, dont celles de Dastum et de Chubri.

Cette année, des événements en lien avec l'ethnobotanique (conférence, café/débat, stand d'information) sont programmés pour la Semaine de l'Environnement organisé du 2 au 13 mars 2012. Des actions de rues autour du thème « les plantes de notre enfance » sont également prévues pour les mois d'avril et de mai.

## La Chélidoine ou Herbe à verrues

*Chelidonium majus* (Papavéracées)

H 30 - 70 cm floraison d'avril à octobre.

Habitée des murs, des décombres, des haies, "la jaounisse" ou "l'éclair" comme on l'appelle parfois en Haute-Bretagne, pousse facilement aux abords des maisons.

On la reconnaît aisément à ses feuilles composées de folioles lobées, et à ses fleurs jaunes à quatre pétales, qui s'épanouissent l'été.

Elle est réputée pour le liquide jaune-orangé qui suinte de la tige quand on la casse, et qu'on appliquait sur les verrues pour les éliminer. Par le passé, on frottait également la plante sur les tables après la classe : le parement doré du suc jaune sur le bois permettait d'imiter l'effet du cirage.



## L'aubne Glatineux

*Alnus glutinosa* (Bétulacées)

H 10 - 25 m floraison janvier à avril.

Arbre qui vit les pieds dans l'eau, sur les bords des ruisseaux et rivières, il embellit la berge au printemps de ses bourgeons couleur grenat. Ces feuilles arrondies présentent une échancrure caractéristique à l'extrémité du limbe.

Les feuilles d'"aoulne" étaient utilisées l'été, en Haute Bretagne, quand on marchait pieds nus dans les sabots, pour prévenir ou guérir les ampoules. Certains en couvraient le fond des sabots, ce qui rendait les pieds jaunes et durcissait la peau. D'autres se les enroulaient autour des orteils douloureux pour la nuit, après un bain de pied d'eau tiède. Les mêmes usages sont rapportés en Espagne. Les feuilles et l'écorce contiennent des tannins dont les propriétés astringentes sont appréciées pour resserrer les tissus.



## *La joubarbe des toits ou joubarde*

*Sempervivum tectorum* (Crassulacées)

H 15 - 50 cm floraison juillet à septembre.

Bien qu'elle ne pousse pas spontanément en Bretagne, on la retrouve souvent sur les murs, les toits, ou encore sur le four à pain, à proximité des maisons.

En médecine vétérinaire, dans le secteur de Rennes certains en donnaient "la joubarbe" ou "joubarde" à manger aux vaches pour provoquer leurs chaleurs. L'usage n'est pas relevé dans l'Ouest de la Bretagne. Par contre, il est courant d'instiller le jus de la feuille dans l'oreille pour réduire les inflammations (otites...).

Et puis, c'est une plante réputée pour éloigner la foudre (étymologiquement, *jovis barba* signifie « barbe de Jupiter », le dieu de la foudre), alors raison de plus pour l'avoir sur son toit !



## *Un peu de gallo...*

*On parle de "brou" pour le lierre, et lorsque les pigeons s'y cachent, on dit qu'ils "se broussent".  
D'un chêne envahi de lierre, on dira qu'il est "broutu".*

*L' "herbe à cincoutures" désigne le plantain.  
Ce nom viendrait-il du fait que la feuille  
du plantain se reconnaît à ses cinq nervures ?*

*Et « Le houssa, le houssa oui,  
c'est l'autre terme du houx, ça ! »*

*Témoignage recueilli au Rheu, lors de causeries en  
gallo autour des plantes.*

# Bientôt le printemps ?

Rien de mieux qu'une petite préparation dépurative pour « nettoyer le sang » !

En cure pendant une semaine, prendre à jeun le matin, une bolée de décoction de racines de paille, de chiendent et de pissenlit.

## Un peu de bota...



*La paille*

*Rumex sp.* (Polygonacées)

Racines anciennement utilisées en médecine pour leurs propriétés astringentes et laxatives. Certains composés présents dans les racines se lient avec des métaux lourds comme le plomb et l'arsenic et aident à leur expulsion hors de l'organisme.



*Le chiendent*

*Elytrigia repens* (Poacées)

Attention, la dénomination « chiendent » englobe plusieurs espèces de la famille des Poacées toutes très communes. Le chiendent est réputé pour ses propriétés diurétiques.



*Le pissenlit*

*Taraxacum spp.* (Asteracées)

Son nom est révélateur de ses vertus diurétiques. La plante entière se consomme. Pour ôter l'amertume des rosettes, certains témoins recommandent de les recouvrir d'un caillou pour qu'elles blanchissent. On peut consommer les feuilles et boutons en salade.