



# Des hommes & des plantes

Le monde végétal a eu une fonction majeure dans le développement humain



Son influence s'étend non seulement sur la culture matérielle (agriculture, création d'objets en matière végétale...), mais aussi sur le monde esthétique, symbolique et immatériel. Dans le jardin de l'Écomusée, vous trouverez quelques-unes de ces plantes utilitaires emblématiques de nos régions.

écomusée ben-ahin

Musées de Huy



Tinctoriale Comestible Médicinale Utilitaire Au jardin Anecdote

# Des hommes



## Achillée *Achillea millefolium*

L'achillée est très répandue sur terrain sec.

☞ C'est un condiment au goût légèrement camphré, utilisé pour parfumer crèmes, omelettes ou bières.

⊕ Tonique et vermifuge.

📍 Pline rapporte qu'Achille se servait de cette plante pour soigner les blessures de ses soldats.



## Ail des ours *Allium ursinum*

C'est une plante typique de nos sous-bois ombragés, essentiellement sur sol calcaire.

☞ On consomme surtout les feuilles de l'ail des ours, avant floraison, crues en

salade, condiment ou pesto, cuites en soupe ou comme des épinards.

⊕ Diurétique, hypotenseur, fébrifuge et antiseptique, il débarrasse également, comme les autres aulx, des parasites.



## Alchémille *Alchemilla vulgaris*

Son nom viendrait du terme « alchimiste » car ceux-ci, dit-on, récoltaient la rosée nécessaire au grand œuvre dans les feuilles de cette plante.

⊕ Utilisée contre les

problèmes intestinaux et les troubles du cycle féminin.



## Aubépine *Crataegus sp.*

Appartenant à la famille des rosacées, les aubépines sont présentes dans de nombreux milieux comme les forêts, les lisières, les landes, les haies...

☞ Les cernelles (les

fruits) sont comestibles, mais farineuses et assez insipides.

⊕ Hypotenseur et cardiotonique, la fleur est aussi relaxante.



## Camomille allemande *Matricaria recutita*

On la trouve sur les sols secs, riches en silice.

⊕ Anti-inflammatoire, elle soigne aussi les problèmes digestifs et est sédatif. Son goût est plus doux que

celui de la camomille romaine.



## Chanvre textile *Cannabis sativa*

Le chanvre textile est une variété de chanvre aujourd'hui sélectionnée pour sa faible teneur en THC.

☞ Les graines de chanvre

sont utilisées pour agrémenter pains, céréales et aussi pour nourrir les oiseaux. Elles sont très riches en oméga 3.

💡 Plante à fibres : outre ses propriétés textiles, le chanvre trouve aujourd'hui un regain d'intérêt dans de nombreux secteurs comme la corderie, l'isolation, la construction, la papeterie...



## Chardon-Marie *Silybum marianum*

Le chardon-Marie pousse dans des lieux secs et ensoleillés, plutôt sur sol acide.

☞ Les fleurs sont comestibles à la manière

des artichauts, les feuilles - une fois les épines retirées - comme des épinards, les jeunes pousses comme des asperges et les racines comme des salsifis ! Autrefois, c'était une plante potagère à part entière. Peut-être sont-ce les désagréments du nettoyage qui l'ont fait abandonner...

⊕ Soigne essentiellement le foie et la vésicule biliaire.

📍 La légende raconte que durant la Fuite en Égypte, la Vierge aurait allaité l'enfant Jésus près d'un chardon et des gouttes de lait seraient tombées sur ses feuilles, leur conférant ces taches caractéristiques.

# & des plantes



## Chélidoïne *Chelidonium majus*

Cette plante, de la famille du coquelicot (papavéracées), se caractérise par le latex jaune toxique qu'elle contient.

✚ La chélidoïne est traditionnellement utilisée

pour traiter les verrues et autres excroissances par application de son latex.

📌 Le nom de cette plante vient du terme grec signifiant « hirondelle ».



## Clématite des haies *Clematis vitalba*

Cette liane vivace est rubéfiante et vésicante, c'est-à-dire que par frottement sur la peau, elle peut provoquer plaies et brûlures.



Le bois de clématite est utilisé en vannerie.

📌 Son surnom d'« herbe aux gueux » viendrait du fait que certains mendiants médiévaux s'en seraient frottés pour générer la pitié de leurs donateurs.



## Consoude *Symphytum officinale*

Originnaire d'Eurasie, la consoude apprécie les prairies humides. Son nom latin signifie « cohésion », en référence à ses vertus cicatrisantes.

👁 Les larges feuilles

peuvent être cuites à la poêle en beignets.

✚ Elle est cicatrisante, émolliente et calmante.

🌿 La consoude sert à réaliser des purins pour le jardin qui sont utilisés comme engrais naturel, très riche en potasse.



## Garance des teinturiers *Rubia tinctorum*

Originnaire de l'est du bassin méditerranéen et du Moyen-Orient, la garance s'est naturalisée çà et là, à proximité des zones où elle a été cultivée.

📌 Une teinture rouge peut être extraite de ses rhizomes. Elle a servi notamment à teindre les pantalons de certains uniformes de l'armée française durant la guerre 1914-1918, ce qui rendait les soldats particulièrement voyants et vulnérables. On la retrouvait aussi autrefois dans le domaine des beaux-arts sous l'appellation « laque de garance ».



## Gaude des teinturiers *Reseda luteola*

Originnaire de Méditerranée et d'Asie occidentale, elle a été cultivée en Europe de l'Ouest de longue date et s'est parfois naturalisée.

📌 Toutes les parties

aériennes sont utilisées pour fabriquer une teinture jaune très résistante.



## Guimauve officinale *Althaea officinalis*

Elle est originnaire des milieux frais et humides d'Europe.

👁 La racine entrain autrefois dans la fabrication de la confiserie molle et

sucrée qui a pris son nom.

✚ Riche en mucilage, la plante est émolliente, adoucissante et laxative.



## Houblon *Humulus lupulus*

C'est une herbacée de nos régions développant de longues tiges (jusqu'à 10 m) s'enroulant sur leur support.

✚ Le houblon est sédatif, fébrifuge et antibiotique. Il contient également des

phyto-œstrogènes et il est anaphrodisiaque.

📌 Dès le XII<sup>e</sup> siècle, le houblon a servi pour aseptiser et aromatiser la bière (goût amer). Ses longues tiges peuvent être utilisées pour la vannerie.





Tinctoriale Comestible Médicinale Utilitaire Au jardin Anecdote



### If *Taxus baccata*

L'if est l'un des rares conifères autochtones de nos régions et il apprécie les sols calcaires. Les ifs sauvages sont devenus relativement rares. Très toxique et souvent utilisé

pour orner les cimetières, l'if a acquis une symbolique liée à la mort.

**i** Il a longtemps été le bois privilégié pour la fabrication d'arcs à flèches.



### Lin cultivé *Linum usitatissimum*

Le lin est cultivé depuis le néolithique et est spontané dans toute l'Europe. Le lin dit « cultivé » est une plante issue d'une longue sélection par l'homme d'un lin sauvage,

des individus ayant les plus longues fibres, les graines les plus grosses et ne tombant pas au sol à maturité.

**e** Les graines de lin peuvent être ajoutées aux pains et aux salades, leur huile est également consommée, elle est très riche en acides gras polyinsaturés.

**+** Les graines de lin sont émoullientes et laxatives.

**i** Plante à fibres : le lin est aussi largement cultivé pour sa fibre textile. On en fait également du papier et des isolants, du paille, du linoléum...

L'huile de lin est utilisée pour traiter les boiseries.



### Mauve sylvestre *Malva sylvestris*

**+** Riche en mucilage, la mauve a des qualités anti-inflammatoires utilisées dans le traitement de maladies de la peau, des voies respiratoires et de la

constipation.

**e** Toute la plante est comestible. Les fruits (appelés populairement « fromageons ») peuvent se grignoter tels quels. Les feuilles peuvent être utilisées en salade ou dans les soupes afin de les épaissir (grâce au mucilage).



### Menthes *Mentha sp.*

Certaines menthes sont originaires de nos régions, d'autres ont été importées et se sont naturalisées par endroits.

**e** Les menthes sont comestibles, en condiment

ou en tisanes, mais certaines ont plus de qualités gustatives que d'autres.

**+** Les menthes sont stomachiques, stimulantes et antispasmodiques.



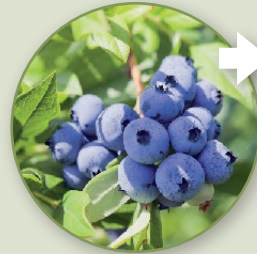
### Millepertuis perforé *Hypericum perforatum*

Le millepertuis aime le soleil et les sols calcaires.

**+** Il est utilisé principalement contre la dépression. Sous forme de macérât huileux, il soigne

blessures, brûlures et contusions.

**i** Le terme « pertuis » signifie « trou », en référence aux glandes présentes sur les feuilles et qui donnent l'impression qu'elles sont perforées. C'est une herbe de la Saint-Jean, réputée autrefois comme capable de chasser le diable.



### Myrtille *Vaccinium myrtillus*

Elle pousse essentiellement sur sol acide, dans les landes, les sous-bois...

**e** Les baies sont comestibles, crues ou cuites pour en faire des pâtisseries, confitures...

**+** La plante est utilisée comme antiseptique, antidiabétique et anti-diarrhéique, les baies sont riches en vitamines. Elles sont souvent utilisées pour soigner les cystites et ont aussi la réputation d'améliorer la vue.



### Noisetier commun *Corylus avellana*

Le noisetier est originaire des régions tempérées de l'hémisphère nord.

**e** Les noisettes sont bien entendu comestibles.

**i** Les branches de noisetier, très souples, sont largement utilisées en vannerie pour fabriquer des éclisses. De nombreux rongeurs et insectes sont friands de noisettes.

**i** C'est un arbuste teinté de magie ; il a servi à fabriquer des baguettes de sourciers... et, paraît-il, des balais de sorcières.



## Origan commun

*Origanum vulgare*

L'origan apprécie les sols calcaires et chauds.

☞ L'origan, avec son parfum si caractéristique, est une excellente herbe condimentaire que l'on

retrouve souvent dans les plats méditerranéens. On l'ajoute en fin de cuisson car son arôme est très volatil.

✚ L'origan est digestif, carminatif, expectorant, antiseptique et antispasmodique.



## Ortie

*Urtica dioica*

Cette plante très commune est d'origine eurasiatique. Elle apprécie les sols humides et enrichis en azote, par exemple par les activités humaines.

☞ L'ortie est bien sûr

comestible, mais de préférence avant la floraison car, ensuite, de nombreuses concrétions minérales présentes dans ses tissus peuvent être néfastes pour les reins.

✚ L'ortie calme les hémorragies, elle est dépurative, antianémique et antidiabétique.

💡 L'ortie est la plante hôte d'un grand nombre d'insectes, notamment les chenilles des papillons petite tortue, vulcain ou paon-de-jour.

🌿 L'ortie est très précisée sous forme de purin ; il est utilisé comme engrais riche en azote et comme répulsif pour les pucerons et acariens.



## Plantain

*Plantago sp.*

Indigènes, on rencontre souvent les plantains dans les milieux piétinés ensoleillés.

☞ Le plantain est comestible à la manière des épinards, les inflorescences

peuvent être cuites et ont une saveur de champignon.

✚ Le plantain est cicatrisant (soigne les blessures et piqûres), antiseptique, anti-inflammatoire respiratoire.



## Pastel des teinturiers

*Isatis tinctoria*

Originaire d'Asie centrale, le pastel est cultivé en Europe depuis au moins le Moyen Âge. Il est naturalisé sur le pourtour méditerranéen.

☞ De ses feuilles est extrait un colorant bleu caractéristique. La pâte issue des feuilles broyées est séchée et mise en boules ; celles-ci sont appelées « cocagnes ».



## Pissenlit

*Taraxacum sp.*

Cette plante très répandue sur nos terrains ensoleillés ou à mi-ombre comprend des centaines d'espèces.

☞ Feuilles, fleurs et racines sont comestibles, crues ou cuites.

✚ Diurétique et dépuratif, il favorise l'écoulement de la bile du foie.

❶ Une espèce de pissenlit a été cultivée en URSS dans l'espoir d'en extraire du caoutchouc.



## Pulmonaire officinale

*Pulmonaria officinalis*

La pulmonaire pousse sur des sols frais à mi-ombre.

☞ Les feuilles sont comestibles crues, mais leur pilosité favorise une consommation cuite.

✚ Émolliente, expectorante et astringente, la pulmonaire est surtout utilisée pour soigner les maladies respiratoires et les diarrhées.



## Reine-des-prés

*Spiraea ulmaria*

Cette plante apprécie particulièrement les terrains humides et est originaire des régions tempérées d'Eurasie. Son nom latin a inspiré le terme « aspirine »,

car on peut extraire de cette plante, comme des saules, des dérivés salicylés.

✚ Antalgique, anti-inflammatoire, diurétique, fébrifuge, antirhumatismale.



Tinctoriale Comestible Médicinale Utilitaire Au jardin Anecdote



## Rhubarbe

*Rheum rhabarbarum*

Certaines espèces de rhubarbe sont connues en Europe depuis l'Antiquité, d'autres semblent avoir été importées d'Asie au Moyen Âge.

Le pétiole (tige des feuilles) est comestible, mais attention, la feuille elle-même est toxique !

Tonique et laxative (contient beaucoup de fibres).



## Ronce commune

*Rubus fruticosus*

Très commune dans nos sous-bois (même si elle apprécie particulièrement les lieux ensoleillés), elle nourrit et protège un grand nombre d'insectes, de

mammifères, d'oiseaux et d'autres espèces.

La mûre est comestible, les jeunes feuilles fermentées peuvent être consommées comme un succédané de thé.

La ronce est astringente, anti-diarrhéique et hémostatique.

Les tiges de ronces, débarrassées de leurs aiguillons, peuvent être utilisées comme éclisses pour la vannerie.



## Sauge

*Salvia officinalis*

La sauge est originaire d'Europe méridionale. « Salvia » vient de « salvare » : « sauver, guérir ».

La sauge est utilisée comme condiment.

La sauge est

antiseptique, hépato-stimulante, antisudorale, elle aide la digestion et est souvent utilisée contre les règles douloureuses et les problèmes liés à la ménopause. Elle produit des phyto-oestrogènes et est donc déconseillée pour les personnes ayant certains cancers.

La sauge est très décorative avec sa floraison rose ou violette ; elle est aussi appréciée des abeilles.



## Saule

*Salix sp.*

Il existe plusieurs espèces indigènes. Il se rencontre surtout dans les endroits humides.

L'écorce du saule blanc est utilisée comme fébrifuge et analgésique. En

1899, c'est à partir de cette plante qu'est pour la première fois synthétisée l'aspirine.

Plusieurs espèces de saule fournissent des tiges flexibles utiles à la vannerie. On peut pour cela le tailler en têtard afin d'avoir chaque année de jeune rameaux. La salicyline a été également utilisée pour tanner les peaux.

L'eau de saule (macération de tiges dans l'eau) remplace les hormones de croissance de synthèse pour le bouturage.



## Souci officinal

*Calendula officinalis*

La décoction des fleurs de souci donne un colorant jaune clair.

Les fleurs et les jeunes feuilles sont comestibles.

Le souci est cicatrisant,

permet de combattre les œdèmes, est antiviral, anti-inflammatoire et antibactérien. Il est surtout utilisé pour les problèmes de peau et de la cavité buccale.

Son nom vient du latin « sol sequis », « qui suit le soleil ». En effet, les fleurs s'ouvrent et se ferment avec l'apparition et la disparition de la lumière solaire.



## Sureau noir

*Sambucus niger*

Assez présent dans nos régions, le sureau se trouve souvent à proximité des lieux habités ou abandonnés par l'homme.

Les fleurs parfument sirop, vinaigre et vin ou

peuvent servir à confectionner des beignets. Les fruits peuvent être transformés en confitures, sirops, vins...

Les fleurs sont diurétiques et antirhumatismales, les feuilles sont dépuratives et diurétiques, les fruits sont très riches en vitamine C.

Ses tiges à moelle peuvent être facilement creusées pour fabriquer des flûtes ou des sarbacanes... Il est la plante hôte de nombreuses chenilles et insectes. Les baies sont très appréciées des oiseaux. Elles peuvent aussi servir à fabriquer une encre bleu-violet.


Attention ! Ne pas confondre avec le sureau hieble (les fruits sont tournés vers le haut et la plante ne fait pas de bois) qui est toxique.



## Tanaisie

*Tanacetum vulgare*

Elle est originaire d'Europe et très commune. Elle a été utilisée à faible dose comme condiment, mais elle est toxique (et abortive) à plus forte dose.


 La tanaisie est un répulsif contre les insectes ; on la pend traditionnellement dans les poulaillers pour chasser les parasites. On peut aussi en faire des sachets à disposer dans les armoires contre les mites et autres indésirables.




## Thym

*Thymus vulgaris*

Le thym pousse dans les lieux secs et ensoleillés.


 Très utilisé contre les rhumes et maux de gorge, le thym est aussi stimulant, digestif et antiseptique.

 Le thym est très attractif pour les abeilles.





## Tilleul

*Tilia sp.*

 Les inflorescences de tilleul sont consommées en tisane et apportent relaxation, euphorie et sommeil. Elles sont aussi antispasmodiques. Son aubier est utilisé en

décoction contre les rhumatismes

 Son bois assez tendre a été employé largement dans la sculpture, notamment médiévale, mais aussi en lutherie et ébénisterie. L'aubier peut être tressé pour fabriquer des ficelles. Ses fleurs sont utilisées en parfumerie. C'est une importante réserve de nectar et de pollen pour les abeilles au début de l'été.


 Les très jeunes feuilles peuvent être consommées en soupe ou en salade. Les fleurs peuvent parfumer crèmes et boissons.




## Vigne

*Vitis vinifera*

La vigne est cultivée en Europe depuis au moins l'Antiquité.

 Le charbon de bois issu de ses rameaux a servi à fournir un pigment noir : le noir de vigne.

 Les fruits sont bien sûr comestibles, mais les feuilles servent aussi à la préparation de rouleaux farcis (les feuilles de vigne farcies grecques, par exemple).

 Le raisin est laxatif et diurétique. La plante est utilisée pour soigner les problèmes circulatoires (jambes lourdes, varices).

# écomusée ben-ahin

Musées de Huy

## I

## Plantes & réserves naturelles.

En Wallonie, de nombreuses zones sont classées réserves naturelles. La vallée de la Solières en fait partie.

La cueillette y est interdite.

Ensemble, respectons la nature !

# écomusée ben-ahin

Musées de Huy

L'Écomusée vous propose aussi, à travers les vicissitudes d'une localité plutôt rurale et, à ses heures, industrielle, de reparcourir les grandes époques de l'histoire et d'explorer les rapports entretenus par l'homme avec son environnement de la préhistoire à nos jours. Des objets archéologiques trouvés dans la localité ainsi que des reconstitutions permettent d'illustrer le propos. Une approche du paysage et des milieux naturels de la région complète le propos.

I

Écomusée  
65, avenue de Beaufort  
à Ben-Ahin  
Tél. : 085/21 13 78  
ecomusee@huy.be  
**www.musees.huy.be**  
www.huy.be



Les informations de cette brochure sont données à des fins informatives uniquement. Nous déclinons toute responsabilité en cas d'usage inapproprié des plantes citées.