

Ce projet élaboré et réalisé avec beaucoup de plaisir par les membres de l'association « Les Amis de Lafarre » se veut récréatif et sans prétention. Nous espérons que vous apprécierez cette promenade, ce petit moment de distraction et de culture à partager et, pourquoi pas, à diffuser.

### Quelques recommandations :

Attention à vous, le sentier est glissant par temps humide ou pluvieux.

N'hésitez pas à ramasser une pierre tombée pour l'enlever du chemin et à la remettre sur un muret.

Attention aux risques d'incendie pouvant être causé par les cigarettes, morceau de verre cassé...

Merci de repartir avec vos déchets afin de laisser la nature propre.

### Nous remercions :

La municipalité pour son aide administrative et financière, en particulier pour l'impression de ce guide.

La société Dag de St Jean le Centenier pour les plaques support de nom.

Les commerçants de Barnas pour la diffusion de ce petit guide.

Les propriétaires des parcelles jouxtant le chemin pour leur collaboration.



## Sentier botanique dans la vallée de Lafarre

Sur ce chemin où alternent ombre et soleil, sous-bois et anciens pâturages, terrasses soutenues par des murets retenant la terre fertile et rochers, vous découvrirez la flore de cette vallée. Des îlots, matérialisés par des cairns, vous donneront des listes de végétaux écrits sur des plaques ovales. Au fur et à mesure de votre excursion, vous apparaîtra la diversité de ce monde végétal dans un milieu travaillé par l'homme mais redevenu sauvage.

Géologiquement, les cairns traversés correspondent à des sous-sols de migmatites et de gneiss proches des granites. Elles entraînent un sol acide qui détermine un cortège de végétaux spécifiques.

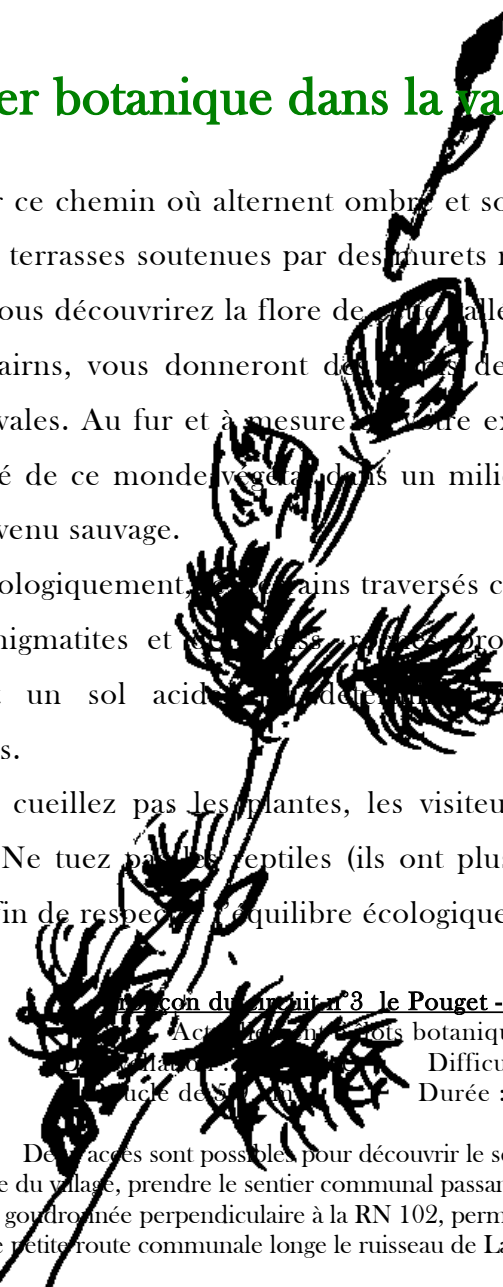
Ne cueillez pas les plantes, les visiteurs suivants pourront les observer. Ne tuez pas les reptiles (ils ont plus peur que vous !) ni les insectes afin de respecter l'équilibre écologique du milieu.

### Itinéraire du sentier n°3 le Pouget - Lafarre :

Actuellement 10 îlots botaniques

Difficulté moyenne

Durée : 2 heures

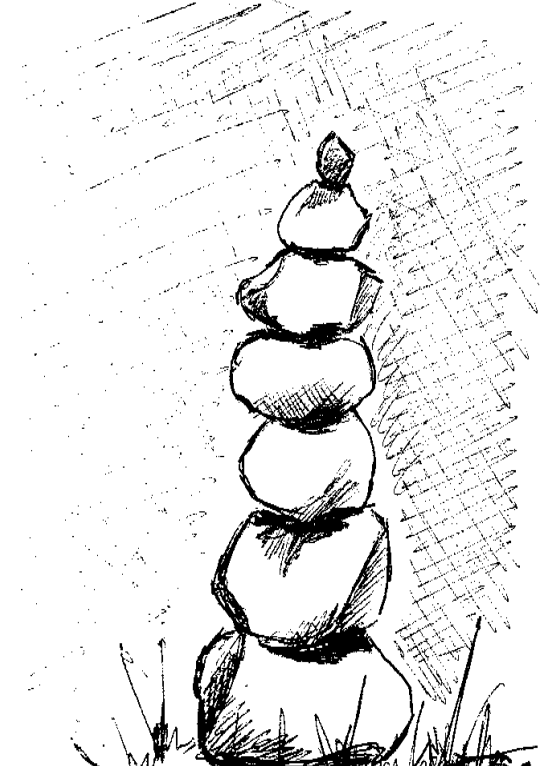
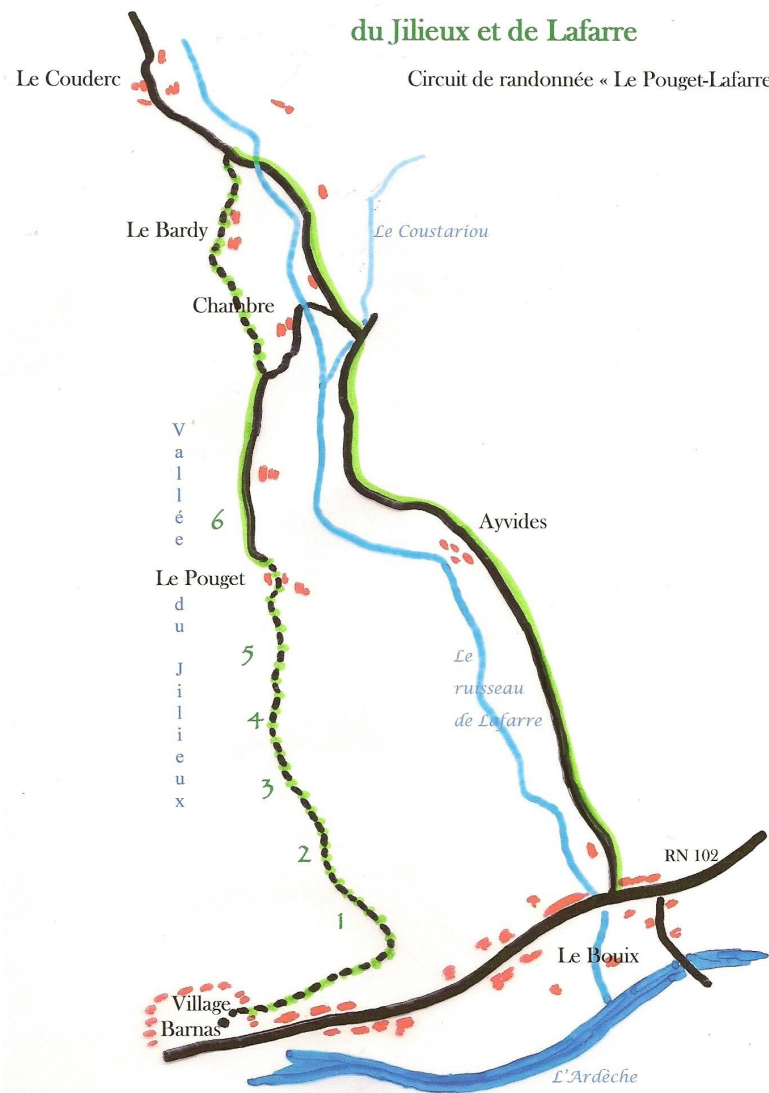


Deux accès sont possibles pour découvrir le sentier botanique :  
- Par le centre du village, prendre le sentier communal passant le long du cimetière.  
- Par la route goudronnée perpendiculaire à la RN 102, permettant d'aller du Bouix au Pouget. Cette petite route communale longe le ruisseau de Lafarre.

07330 Barnas, Ardèche

## Sentier botanique des vallées du Jilieux et de Lafarre

Circuit de randonnée « Le Pouget-Lafarre »



### **Réponses :**

Hollywood = bois de houx

La noisette est consommée depuis la Préhistoire.

Une plante mellifère attire les abeilles pour le miel.

L'expression « des nêfles » signifie que vous n'aurez rien du tout.

L'arbre à pain est le châtaignier.

L'arbre de vie est le houx.

L'arbre de justice est le chêne sessile.

Le genêt à balai est l'arbuste à balais.

Le noisetier ou coudrier est l'arbre préféré des sorciers.

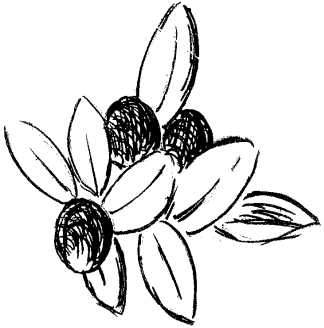
Le chêne sessile peut vivre 2.000 ans.

Le gratte-cul est aussi le nom du cynorrhodon, fruit de l'églantier.

L'illustration est une capillaire.

## Prunellier « *Prunus spinosa* » *Sloe-tree*

Noms usuels : Epine noire, Beloche, Argoche, Buisson noir, Pellocier, Prunier épineux...



Les baies sont bleues tirant sur le noir et ne sont pas consommables en raison de leur grande âpreté mais les prunelles peuvent être employées pour la fabrication d'un alcool. L'odeur que cet arbuste dégage est plutôt agréable. Son bois est très dur. Il est utilisé comme bois d'œuvre et pour la confection de cannes.

## Noisetier « *Corylus avellana* » *Hazel-tree*

Noms usuels : Avelinier, Coudrier.

Le noisetier est connu depuis la Préhistoire et ses fruits étaient déjà consommés à cette époque. Durant l'Antiquité et le Moyen-Âge, toutes sortes de vertus et de défauts lui étaient donnés.

Cependant, à l'heure actuelle, le noisetier est apprécié pour les qualités nutritives et stimulantes de ses fruits.

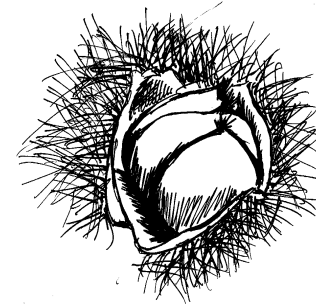
Cet arbuste n'a pas d'odeur. Son bois est employé en marqueterie. Ses rameaux servent de baguette aux sourciers.



îlot 1

## Châtaignier « *Castanea sativa* » *Chestnut-tree*

Autrefois, arbre à pain, il a minimisé les grandes famines du XIX<sup>e</sup> siècle. A la fin du XIX<sup>e</sup> et au début du XX<sup>e</sup> siècle les maladies de l'encre puis du chancre décimèrent les plantations.



130 variétés de châtaignes en Cévennes dont 31 sélectionnées en vue d'une AOC.

Quelques noms de variétés : l'Aguyane, la Barbue, la Bouche de Bétizac, la Bouche rouge, la Bournette, la Comballe, la Pellegrine, la Pourette, la Sardonne, ...

« Flanquer une châtaigne » = « donner un coup de poing ».

En Cévennes, le jeune homme qui demandait la main d'une jeune fille, lui faisait apporter des châtaignes. Si la belle les faisait rôtir elle-même, il était agréé, si elle les laissait dans le panier, il était refusé. Dans ce cas, il lui renvoyait les pelures des châtaignes pour lui signifier qu'elle n'était qu'une bête juste bonne à manger les pelures.

## Fougère aigle « *Pteridium aquilinum* » *Bracken*

La plus grande de nos fougères. Elle peut dépasser 2 m. Son pétiole est long et robuste. Les spores ne se développent bien qu'à la lumière. Les éleveurs s'en servent de litière.

## Chêne sessile « *Quercus petraea* » *Sessile oak*

L'arbre de justice (on a souvent rendu justice à l'ombre de cet arbre). Arbre de Zeus ou Jupiter, dieu du ciel. Dans la Rome Antique, ses rameaux feuillus servaient à couronner les citoyens méritants. Il vit en moyenne 500 ans, parfois 2000 ans. Ce chêne résistant aux champignons et aux insectes sert à la construction de charpentes et de tonneaux pour le vieillissement de certains vins.

## Houx « *Ilex aquifolium* » *Common holly*



L'arbre de vie. Ses fruits mûrissent en hiver. Les feuilles des jeunes arbres, surtout celles des basses branches, sont agressives et piquantes mais avec l'âge, elles s'amollissent et, comme les vieillards, perdent leurs dents.

Les baies rouges (fruits) sont portées par l'arbre femelle, elles sont toxiques et très purgatives. Les merles et les grives, moins sensibles, en consomment de grandes quantités.

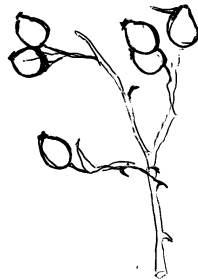
Le mot houx a donné le verbe « houspiller » (gronder).



îlot 2

## Eglantier « *Rosa sp* » *Wild rose*

Ses fruits rouges appelés cynorrhodons sont à l'origine du nom « rosier des chiens » qui est parfois attribué à l'arbrisseau. On peut en faire de la gelée. Ils sont astringents, diurétiques et riches en vitamines E. Les pousses de l'année peuvent être bouturées.



## Genêt purgatif « *Cytisus purgans* » *Genista*

Le genêt occupe les landes des montagnes siliceuses de 400 à 800m. Ses tiges sont rondes Il se couvre de petites fleurs jaunes au printemps. Ses graines se cachent dans une gousse plate, noire à maturité et bordée de longs poils.

## Saule marsault « *Salix caprea* » *Common willow*

Il pousse dans les sols riches, les lieux frais. Dès la floraison, ses chatons mâles se hérissent d'étamines jaunes lourdement chargées de pollen, d'où son nom de « marsault » contraction du nom latin « mas salix » c'est-à-dire saule mâle.

## Néflier « *Mespilus germanica* » *Medlar-tree*



Il serait originaire du nord de la Perse ou des Balkans et introduit en Europe au II<sup>ème</sup> siècle avant J.C. Au Moyen-Âge, il était planté pour ses fruits. Arbrisseau de 3 à 5 mètres de hauteur il n'est identifiable que lorsqu'il porte ses fruits. C'est un arbre à feuillage caduc, fleurs blanches au printemps à l'extrémité des branches. Sa floraison tardive le rend peu sensible aux gelées. Son fruit est la nèfle. Elle se mange blette (trop mûre, chair molle et marron).

## Sureau noir « *Sambucus nigra* » *Elder*

Noms usuels : Hautbois, Seuillon, Saou, Sambuc, Susier.

Le sureau noir est connu depuis l'Antiquité et ses vertus médicinales sont multiples. Auparavant, les gens considéraient le sureau comme une « pharmacie » à avoir chez soi. Un cataplasme ou une infusion de feuilles ou de fleurs de sureau pouvait semble-t-il guérir les inflammations oculaires, les maux de tête, les infections à champignons, l'eczéma, les foulures, les bleus, les hémorroïdes, les malaises à l'estomac, les tumeurs, les enflures, les brûlures, les coupures ...

Aujourd'hui, il est toujours utilisé en phytothérapie. Les fleurs blanches sont petites et réunies par petits groupes. Elles s'épanouissent au mois de juin et jusqu'en juillet. Fleurs ou fruits rentrent dans la composition de sirops. Des gelées ou des confitures sont préparées avec les fruits.

Cet arbuste dégage une forte odeur. Les tiges et les troncs sont creux.



## îlot 6

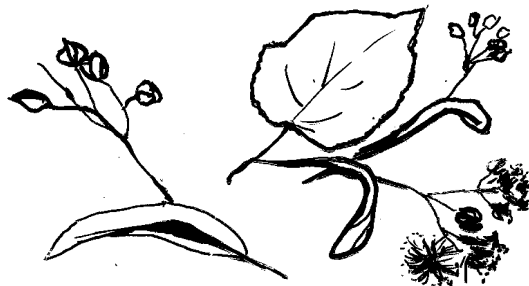
### **Tremble, Peuplier tremble « *Populus tremula* » *Trembling poplar***

Seul peuplier exclusivement forestier, le tremble est un arbre qui peut mesurer jusqu'à 30 m de haut. Son tronc est lisse, cylindrique avec une écorce grisâtre. Les feuilles sont de couleur gris-vert, plus claires sur leur face inférieure, arrondies avec une pointe peu marquée. Les fleurs forment des chatons velus pendants. Ses feuilles frissonnent au moindre souffle du vent. Légères, elles ne sont jamais au repos, d'où le nom de l'arbre. Il est utilisé en phytothérapie et également pour la fabrication d'allumettes et de pâte à papier.

### **Tilleul « *Tilia cordata* » *Linden-tree***

Le tilleul est un arbre qui mesure jusqu'à 40 m de haut. Son tronc est bien droit avec une écorce qui devient toute crevassée lorsqu'il atteint un certain âge. Les fleurs blanchâtres apparaissent dès le mois de juin et jusqu'en juillet. Les abeilles en font un miel recherché et très blanc. Le tilleul dégage une odeur agréable.

Il était sacré dans les anciennes civilisations germaniques et de nombreuses légendes le mentionnent. Le bois du tilleul est utilisé en ébénisterie et en sculpture car c'est un bois mou qui prend bien la teinture.



## Allouchier ou Alisier blanc « *Sorbus aria* » *Common whitebeam*

Il possède des feuilles simples dont le dessous est blanc. On le rencontre de plus en plus fréquemment dans nos vallées.

## Genêt à balai « *Cytisus scoparius* » *Genista*

Ce



Comme beaucoup de légumineuses, ce genêt est utilisé comme plante améliorant les terres pauvres grâce à des bactéries associées à leurs racines qui fixent l'azote atmosphérique.

genêt sert de litière et de fourrage.

Ses rameaux servent à fabriquer des balais grossiers. Liés en fascines (en fagots), ils permettent de couvrir les abris, de retenir la terre dans les travaux de terrassement, mais également de chauffer les fours à pain.

Pouvant atteindre 3 mètres de haut, au printemps, cet arbuste se couvre de grandes fleurs jaunes très odorantes. Ses rameaux munis de 5 côtes longitudinales et saillantes, les différencient du genêt purgatif.

## L'Aubépine « *Crataegus sp* » *Hawthorn*

L'aubépine plantée en haies indiquait les limites de propriétés en plaine. Le parfum des fleurs est très puissant. Les fruits, nommés « poire à bon Dieu » ou « poire du Seigneur », assez fades et farineux font le dernier festin des passereaux quand vient l'hiver.

En tisane, le soir, l'aubépine apporte calme et sommeil.

## Callune « *Calluna vulgaris* »

Fausse bruyère dont les fleurs roses fleurissent de juillet à septembre, la callune peut vivre jusqu'à quarante ans. Dans les Cévennes, c'est sur des rameaux de callune qu'on faisait monter le ver à soie pour qu'il puisse y tisser son cocon. La callune est une plante très mellifère mais son miel est difficile à extraire car il est très visqueux.



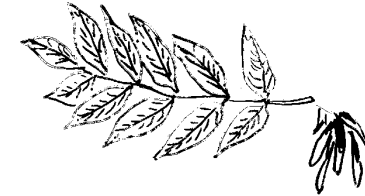
îlot 3

## Frêne élevé « *Fraxinus excelsior* » *Ash tree*

Le frêne peut être « émondé » tous les ans c'est-à-dire qu'on en coupe des branches. Le feuillage sert de litière et de complément alimentaire aux animaux.

Le tronc est utilisé pour les bois d'œuvre, charpentes... Trempé dans l'eau chaude il peut être cintré. On le transforme alors en colliers, outils...

L'infusion des feuilles apporterait longévité !!!



## Poirier « *Pyrus communis* » *Pear tree*

Les petites poires de plein vent, souvent délicieuses, ne sont pas commercialisées sur les marchés.

Le bois est rougeâtre ou rosé, compact, d'un grain très fin. On doit l'employer très sec car il travaille beaucoup et perd 1/6 de son volume à la dessiccation. Il sert aux sculpteurs, aux tourneurs, aux marqueteurs, aux ébénistes, aux fabricants d'instruments à vent, d'outils de menuisiers. Autrefois, l'imprimerie utilisait le poirier pour fabriquer les lettres en bois.

## Erable champêtre « *Acer campestre* » *Hedge maple*

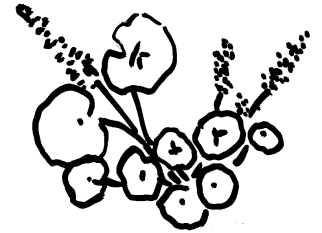
« Acer » signifie "pointu, dur". On dit ainsi "des propos acerbes", "des griffes acérées".

La légende dit que le cheval de Troie fut fabriqué en bois d'érable. Chez les Celtes, l'érable représentait une personne débordante d'imagination, d'ingéniosité mais timide et réservée.

Clair et aux grains fins, ce bois est recherché par les sculpteurs, les ébénistes et les tourneurs.

**Ombilic de Vénus « *Umbilicus rupestris* » *Filum***

Pousse sur les vieux murs et les rochers silicieux. Les fleurs forment de longues grappes d'un blanc jaunâtre. Il doit son nom à l'aspect particulier de ses feuilles qui font penser à un nombril. Il est riche en fer et sels minéraux : calcium, potassium, silicium... Ses feuilles jeunes et bien vertes peuvent se manger crues. Elles sont rafraîchissantes.



**Capillaire « *Asplenium trichomanes* » *Maidenhair spleenwort***

Petite fougère qui pousse sur les murs ainsi que dans les fissures de rocher, très rarement au soleil.

**Figuier « *Ficus carica* » *Fig-tree***

Les Grecs utilisaient sa sève blanche (latex) pour préparer les fromages et attendrir la viande grâce aux enzymes qu'elle contient. Les figues entrent dans la composition de nombreux sirops pectoraux.

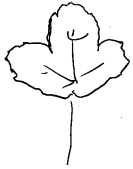
### Orme de montagne « *Ulmus glabra* » *Silvery gem*.

Son feuillage est utilisé comme fourrage. C'est un arbre rural traditionnel souvent émondé (taillé) en têtard.

La graphiose, maladie fongique très difficile à combattre propagée par des insectes (scolytes), a entraîné la mort de milliers d'arbres. Mais on voit les ormes renaître dans nos vallées.

Cette essence est recherchée dans l'industrie du bois, pour les meubles en particulier. Les charrons (fabricants de charrettes entre autres) le conservaient 12 à 15 ans avant de le travailler. Le séchage de son bois est une étape longue, délicate et importante.

### Erable de Montpellier « *Acer monspessulanum* » *Montpellier maple*.



C'est un arbuste assez touffu et remarquable par ses jolies feuilles trilobées, coriaces, persistantes jusqu'à l'entrée de l'hiver. Il se teinte de belles couleurs à l'automne. Ses fleurs très mellifères, précoces et discrètes apparaissent avant les feuilles.



îlot 5

### Polypode « *Polypodium vulgare* » *Polypod*.

Les feuilles poussent le long du rhizome (tige souterraine) rampant. Il est souvent associé à d'autres petites fougères dans les vieux murs (capillaires, aspléniums).



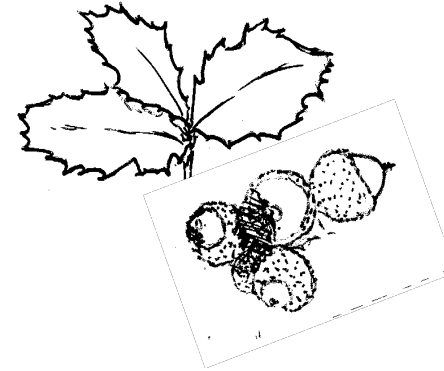
### Fougère mâle « *Dryopteris sp* »

Dans la flore française, ce groupe de fougères est représenté par 14 espèces difficilement identifiables. L'une est endémique (typique) des Cévennes. Le rhizome vertical cantonne cette fougère à un développement en touffe.

### Chêne vert « *Quercus ilex* » *Cork oak*.

Son feuillage est persistant, ce chêne garde sa verdure même en hiver. Il a une longévité de 200 à 500 ans.

La forme de ses feuilles dépend de l'humidité ambiante : en milieu favorable, elles ont un limbe presque ovale ; en milieu sec, elles sont pour la plupart dentées et ressemblent à des feuilles de houx.



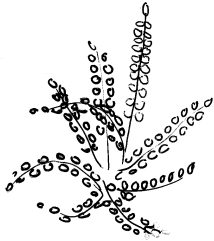
### Germandrée « *Teucrium scorrodonia* » *Germander*.

Aussi appelée « sauge des bois » à cause de ses feuilles ridées, comme celles de la sauge. Ses fleurs verdâtres n'attirent pas l'attention.

## Un petit test ?

### Savez-vous :

- Quel arbre a donné son nom à la ville de Hollywood ?
- Quel est l'arbre connu depuis la Préhistoire et dont les fruits étaient déjà consommés à cette époque-là ?
- Ce qu'est une plante mellifère ?
- Ce que signifie l'expression "des nèfles !"
- Qui se cache sous le nom de « gratte-cul » ?
- Reconnaissez-vous la plante ci-dessous ?



### Avez-vous retenu :

- Quel est l'autre nom de l'arbre à pain ?
- Quel est l'autre nom de l'arbre de vie ?
- Quel est l'autre nom de l'arbre de justice ?
- Quel est l'arbuste à balai ?
- Sur ce sentier, quel arbre peut fournir des baguettes aux sourciers ?
- Quel est l'arbre sur ce parcours qui peut vivre jusqu'à 2.000 ans ?



Vous n'avez pas tout trouvé ?

Normal, il vous faut continuer le parcours.



## îlot 4

### Merisier « *Prunus avium* » *Wild cherry-tree*

Le merisier se reconnaît sans erreur grâce à deux ou trois nectaires (petites glandes rouges nectarifères) situées à la base de ses feuilles caduques, oblongues et dentées.



Il est le porte-greffe de choix des horticulteurs pour les cerisiers.

Son bois est utilisé en menuiserie fine par les tourneurs et ébénistes.

La distillation du fruit fermenté : la merise parfois appelée la guigne, donne un alcool.

### Galéopsis « *Galeopsis tetrahit* »

Appelé aussi ortie royale. C'est une plante annuelle, vivace aux fleurs blanches ou roses. On trouve les galéopsis dans les bois humides, talus ou bords de chemins.

### Fétuque ovine « *Festucas ovina* » *Fescue*

C'est une espèce de plante herbacée vivace. La fétuque ovine (herbe à pâturage des moutons) se présente toujours en touffe dense. Les feuilles sont filiformes, vert bleu. On la trouve même sur des sols pauvres et elle résiste bien à la sécheresse. Elle pousse lentement et conserve un aspect vert en été.

