



# Carnet de découvertes

## La Nature en Ville



BÉARN

Par opposition à la nature « extraordinaire » rare, difficilement observable mais très étudiée par les scientifiques, on parle de plus en plus de la nature « ordinaire ». Il s'agit de la nature de proximité, que l'on voit tous les jours sans la remarquer mais tout aussi importante pour l'équilibre des écosystèmes. C'est à cette nature, en danger elle aussi, que l'on va s'intéresser dans ce document.

Souvent considérées comme sales et inutiles, les « mauvaises herbes » sont généralement mal accueillies par les gens. Arrachée, tondue, brûlée quand il ne s'agit pas de la recouvrir d'herbicide, la végétation spontanée des villes et des jardins a la vie dure.



La représentation d'un lieu propre est souvent synonyme de maîtrisé où chaque chose a une place et une utilité. Pourtant cette végétation spontanée nous rend de nombreux services. Elle régule la pollution en absorbant une partie des gaz d'échappement et en filtrant l'eau de pluie. Elle est aussi modératrice des températures et contrebalance le phénomène d'îlots de chaleur produits par le bitume et le béton. Elle est également source de bien-être pour les habitants.

Une expression dit que la nature a horreur du vide. C'est peut-être en ville qu'on le remarque le mieux. Dans chaque petit espace libre, chaque fissure dans le béton, une plante est en train de pousser. Il s'agit en général d'une plante rudérale, c'est-à-dire qui pousse spontanément dans un espace fortement transformé par l'humain (décombres, bords de chemin, friches etc.). Deux principaux stratagèmes sont utilisés par ces plantes pour vivre dans ces milieux peu accueillants : se reproduire massivement et/ou pousser sous forme de rosette\* pour ne pas souffrir de la tonte régulière et du piétinement.

Les plantes ont toutes un nom scientifique en latin qui leur permet d'être nommées dans le monde sans confusion possible. Elles possèdent également un ou plusieurs noms vernaculaires. Ce sont des noms courants qui changent en fonction des régions. Voici un petit descriptif de plantes dites rudérales. Peut être les reconnaîtrez-vous sous différentes appellations.

\* une rosette : ensemble de feuilles, réunies en cercle, généralement au niveau du sol.

# Carnet de découvertes

## 10 espèces rudérales

### Nombril de Vénus *Umbilicus rupestris* Crassulacées

Elle doit son nom vernaculaire à la forme arrondie de ses petites feuilles creusées en soucoupe, ce qui lui a aussi valu les noms d'écuelle ou de gobelet. Les feuilles sont comestibles (goût de concombre). Elles étaient utilisées autrefois pour leurs propriétés diurétiques. Actuellement elles ne servent plus qu'en usage externe pour aider à cicatriser les plaies et apaiser les brûlures.



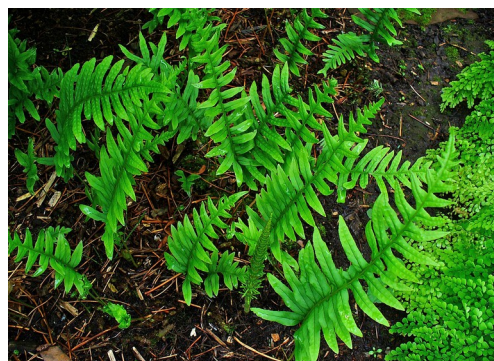
### Géranium herbe à Robert *Geranium robertianum* Géraniacées



Elle a été baptisée « robertianum » en l'honneur de Saint-Robert, évêque de Salzbourg, qui a découvert ses nombreuses vertus médicinales au VIII<sup>ème</sup> siècle. Elle est parfois surnommée Bec de grue à cause de la forme de ses bourgeons. Toute la partie aérienne est comestible. Il s'agit d'une plante tannique aux effets astringents ou encore hémostatiques.

### Polypode vulgaire *Polypodium vulgare* Polypodiacées

Communément appelée Réglisse des bois. Cette fougère peut résister à des températures allant jusqu'à -25°C ! Ses rhizomes ont un goût amer et sucré. Autrefois on les utilisait pour aromatiser des confiseries comme le nougat. Les rhizomes séchés servent de vermifuge et de laxatif depuis plus de 2000 ans.



### Cymbalaire des murs *Cymbalaria muralis* Plantaginacées



« Cymbalaria » signifie en latin « nacelle » ou « barque », en référence à la forme de ses petites feuilles. Elle est aussi communément appelée Ruine de Rome, appréciant les vieux murs dont elle n'est nullement responsable de la destruction. Elle possède des vertus diurétiques, hépatiques ou encore vermifuges. Autrefois, elle était utilisée en infusion pour lutter contre le scorbut (carence grave en vitamine C).



# Carnet de découvertes

**Orpin à feuilles épaisses** *Sedum dasyphyllum* Crassulacées

Petite plante grasse, elle est très bien adaptée aux sols pauvres et secs. Elle forme de petits tapis de 5 à 10 cm d'épaisseur. Elle colonise facilement les murs et les rocailles.



**Grande chélidoine** *Chelidonium majus* Papavéracées



Elle est principalement connue pour ses propriétés médicinales. On la nomme également l'Herbe à verrues. Sa sève orange permet de se débarrasser des verrues par applications locales et répétées. Toutefois cette plante contient des composés toxiques pour l'humain mais auxquels on reconnaît des vertus thérapeutiques analgésiques et anticancéreuses.

**Faux capillaire** *Asplenium trichomanes* Aspléniacées

En grec, « thrix » signifie « cheveux ou poil » en référence à son feuillage fin et long. Elle est aussi appelée Cheveu de Vénus. Cette plante est très résistante au froid et apprécie l'ombre. Elle pousse généralement sur les murs et les rochers.



**Laiteron maraîcher** *Sonchus oleraceus* Astéracées



De la famille du pissenlit, cette plante mesure en général plus d'un mètre. Elle a longtemps été cultivée, d'où son nom « maraîcher ». Moins amères que celles du pissenlit, ses feuilles étaient mangées en salade ou cuites comme des épinards. On peut l'ajouter à la longue liste des « légumes oubliés ».



# Carnet de découvertes

**Séneçon commun** *Senecio vulgaris* Astérassées

Le Séneçon commun est aussi de la même famille que le pissenlit. Il mesure entre 5 et 60 cm. Pris sur une période assez longue en tisane, il peut causer de graves problèmes au foie.



**Matricaire odorante** *Matricaria discoidea* Astérassées



Aussi appelée Fausse camomille, elle a les mêmes propriétés apaisantes et antispasmodiques. En infusion, elle soulage les douleurs stomacales ou les règles douloureuses. En pommade, elle a un effet cicatrisant et antiseptique. La Matricaire odorante s'installe principalement dans les milieux piétinés.

## Quelques espèces plus connues



Gaillet grateron *Galium aparine*



Grand plantain *Plantago major*



Liseron des haies *Calystegia sepium*



Pissenlit dent-de-lion *Taraxacum officinale*



Grande ortie *Urtica dioica*

# Carnet de découvertes

## Les corridors écologiques

Se déplacer est un besoin fondamental pour les animaux, cela afin de se nourrir, se reposer, se reproduire ou conquérir de nouveaux territoires. Grâce à la propagation du pollen ou des graines, les plantes aussi se déplacent. Or les activités humaines rendent ces déplacements de plus en plus difficiles et risqués.

Voies de transport, zones d'habitation, zones industrielles, lignes électriques et agriculture intensive sont autant de dangers pour la faune et la flore.

Afin d'améliorer l'état de conservation des habitats naturels et des espèces, l'Etat a mis en place la Trame Verte et Bleue. Il s'agit d'identifier, préserver et relier les espaces importants pour la préservation de la biodiversité par des corridors écologiques, que ce soit les milieux terrestres (vert) ou aquatiques (bleu).

A l'échelle d'un continent, d'une région ou d'un quartier, tous les échelons peuvent avoir un impact positif sur trame verte et bleue. Voici quelques idées d'actions à mettre en application chez vous :

- laisser des passages dans les clôtures
- planter des haies d'arbustes locaux
- éviter l'imperméabilisation des sols (goudron)
- laisser des espaces non tondus pour que la végétation naturelle puisse s'installer
- installer des nichoirs à oiseaux, des abris à animaux ou à insectes



**A vos marqueurs et vos ardoises, allez identifier les plantes rudérales de votre rue pour montrer à vos voisins la beauté de la nature de proximité.**

Nos partenaires :

