

# Cueillette et la culture des plantes sauvages

Charly et Sabine Rey / 2012

---

## Sommaire

Cueillette et la culture des plantes sauvages .....	1
Résumé .....	1
Informations sur le groupe des détenteurs .....	2
Description de la cueillette sauvage .....	3
Espèces médicinales : .....	3
Espèces alimentaires, possédant souvent pour la plupart des vertus médicinales .....	4
Espèces destinées à la cosmétique .....	4
Espèces ornementales .....	4
Espèces ludiques.....	4
Espèces artisanales .....	4
Description des origines .....	5
Existence de traditions similaires dans le canton, en Suisse et à l'étranger.....	9
Mesures de conservation de la tradition, prévues ou déjà prises .....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
Références .....	11
Multimédias.....	15
Audios.....	15
Photographies .....	15

## Résumé

---

La cueillette sauvage faisait partie des pratiques de la plupart des familles valaisannes jusque vers le milieu du 20ème siècle. Actuellement, des personnes de souche paysanne, des professionnels de la montagne, des adeptes de médecines douces, des confectionneurs et vendeurs de produits, des participants à des excursions ou séminaires, la Coopérative Valplantes pratiquent encore la cueillette sauvage. La récolte se fait habituellement de manière individuelle, en tenant compte des lois de protection en vigueur. Des plantes médicinales à usages alimentaire, médicinal, cosmétique, ornemental, ludique et artisanal sont ainsi encore ramassées. Leur marché grandissant a abouti à la mise en culture des espèces les plus demandées. Une éducation environnementale plus approfondie devrait être dispensée dans les écoles. Les activités liées à la connaissance de l'ethnobotanique devraient être soutenues et encouragées afin de laisser perdurer une relation maîtrisée de l'homme avec son environnement naturel. Avec la conscientisation de la population, la gestion et la conservation des ressources naturelles incombent désormais à chaque personne.

## Informations sur le groupe des détenteurs

---



*Récolte d'arnica en Valais pour une utilisation personnelle*

A l'heure actuelle, la majorité des personnes qui cueillent les plantes sauvages ont encore un lien étroit à la terre. Ils sont soit des paysans actifs, soit d'origine paysanne. Le maintien du savoir se transmet de génération en génération. Dans le Val de Bagnes, par exemple, une centaine d'utilisations de plantes sont encore relativement courantes (Nicollier et Nicollier, 1984). Certains professionnels de la montagne (alpinistes, guides de haute et de moyenne montagne, sportifs, randonneurs), connaissant les vertus de plantes alpines telles que le genépi (Lauber et Wagner, 2007), la gentiane jaune, l'arnica et l'impéatoire, confectionnent leurs propres élixirs ou onguents, avec le produit de leurs récoltes.

D'autres personnes encore, influencées par la tendance de retour à la nature et de recours aux médecines naturelles, cueillent aussi des plantes sauvages, pour leur propre consommation dans le Bas-Valais, comme dans le Haut-Valais.

Quelques particuliers s'approvisionnent en nature pour leurs produits (tisanes, pommades, élixirs, extraits, huiles, sirops, condiments, teintures) dans un but commercial : Madame Germaine Cousin et son fils Raymond, à St Martin, Renée et Pierre-André Burri à Ayent, Rose Panchard à Chalais et Marlène Galetti à Ayent, Brigitte Dussex à Ayent, Jean-Blaise Dorsaz à Fully, Marie-Jo Rudaz à Vex, Andrée Fauchère à Evolène, en sont des exemples.

Dans l'Eglise catholique, il est coutume de couper des branches de genévrier, que les prêtres bénissent lors de la fête des Rameaux. Les fidèles emportent un brin dans leur foyer, qu'il conserve jusqu'à l'année suivante. Pour les fêtes de fin d'année, le gui et le houx servent à des arrangements (couronne de l'avant, bouquet devant la porte d'entrée). Lors d'excursions ou de séminaires, Madame Cousin (Cousin, 2010) ou des guides diplômés d'écoles des plantes initient des groupes à la cueillette de plantes sauvages et à la préparation de repas ou de produits divers.

La coopérative Valplantes à Sembrancher entreprend des récoltes occasionnelles en nature de fleurs de sureau noir, de feuilles d'impéatoire, etc. (information de Fabien Fournier, son gérant). Les botanistes cueillent lors d'observation d'espèces intéressantes une part d'herbier pour prouver la véracité de leur découverte.

## Description de la cueillette sauvage

---

Soucieux de sauvegarder la biodiversité dans la flore locale, les récoltes s'opèrent de manière intelligente. Les espèces protégées ne font pas l'objet de récolte, sauf le génépi et l'edelweiss qui sont cueillis avec parcimonie. Dans un but d'éviter le pillage des sites, ils ont été domestiqués récemment et sont actuellement cultivés. Parmi les autres plantes, on veille à ne pas dévaliser les sites de manière à pérenniser les populations. A titre d'exemple, voici quelques espèces récoltées, classées selon leurs usages :

### **Espèces médicinales :**

Les plus nombreuses. Elles sont utilisées pour les hommes et les animaux. Certaines d'entre elles ont d'ailleurs aussi des vertus condimentaires. Voici une liste non exhaustive des plantes, classées en fonction de la partie utilisée.

#### **Plantes entières fleuries**

Absinthe, Achillée millefeuille, Achillée musquée, Alchémilles argentée et vulgaire, Aspérule (gaillet odorant), Dryade à huit pétales, Edelweiss, Epilobe à petites fleurs, Euphrase officinale, Génépis blanc et noir, Hysope officinal, Millepertuis perforé, Tanaisie, Verveine officinale.

#### **Feuilles**

Absinthe, Bouleau, Epine-vinette, Frêne, Impéatoire, Mauve sylvestre, Mousse d'Islande, Ortie dioïque, Petite pimprenelle, Plantain lancéolé, Prêle des champs, Pulmonaire, Raisin d'ours, Saxifrage à feuilles rondes, Vêrâtre blanc (pour tuer les poux des veaux).

#### **Fleurs**

Arnica, Camomille matricaire, Mauve sylvestre, Onagre bisannuelle, Primevère officinale, Reine des prés, Sureau noir, Tilleuls à petites feuilles et à larges feuilles, Tussilage, Violettes (pensée éperonnée et pensée des champs).

#### **Racines**

Gentiane jaune, Consoude, Guimauve officinale, Impéatoire, Orpin rose, Pimprenelle saxifrage, Réglisse, Tormentille, Valériane officinale.

#### **Semences et fruits**

Arolle (pignons), Eglantier (cynorrhodon), Epine-vinette, Sorbier des oiseleurs, Genévrier, Onagre bisannuel, Sureau noir.

#### **Ecorce**

Saule blanc.



## **Bourgeons**

Epicéa (sapin rouge).

## **Espèces alimentaires, possédant souvent pour la plupart des vertus médicinales**

Ache des montagnes (feuilles), Ail des ours (feuilles), Myrtille (baies), Airelle (baies), Framboisier (fruits), Fraisier des bois (fruits), Cornouiller mâle (fruits), Sureau noir (fruits), Berce (feuilles), Bourrache (fleurs), Cerfeuil (feuilles), Cerfeuil musqué (feuilles et semences), Chénopode bon-Henri (feuilles), Cumin des prés (semences), Dent-de-lion (feuilles), Diplotaxis à feuilles ténues (feuilles), Genévrier commun (fruits), Herbe aux goutteux (feuilles), Muscari à toupet (bulbes), Origan (feuilles), Oseille (feuilles), Petite pimprenelle (feuilles), Pourpier maraîcher (feuilles), Raifort (racines), Sarriette (herbe fleurie), Serpolet (herbe fleurie).

## **Espèces destinées à la cosmétique**

Camomille matricaire (fleurs de nature et de culture), Edelweiss (fleurs de culture), Epilobe de Fleischer (plantes fleuries de nature et de culture), Gentiane acaule (fleurs de culture), Impératoire (feuilles de nature et de culture), Plantain lancéolé (feuilles), Sanicle d'Europe (plante entière de nature et de culture), Saxifrage à feuilles rondes (feuilles), Buddléia de David (feuilles).

## **Espèces ornementales**

Rhododendrons ferrugineux et hirsute (inflorescences pour bouquet), Edelweiss (inflorescence de culture), fleurs d'espèces de pâturage alpins, fleurs d'espèces des champs, branches de chatons de saules, de cornouiller mâle.

## **Espèces ludiques**

Marguerite (fleurs), Roseau (tige pour sifflet), Silène enflé (fleurs), Plantain (tige), Pulsatille des Alpes (inflorescence en fruits), Epicéa (pives), Erables (samares), Sureau noir (branches pour sifflet, sarbacane, clifoire), Châtaignier (jeunes pousses pour sifflet, sarbacane), Noyer (fruit pour yoyo), Dent-de-lion (tige florale creuse pour sifflet).

## **Espèces artisanales**

Osier, Chèvrefeuille des bois, Viorne lantane.

Les plantes fraîches sont cueillies manuellement, certaines au sécateur, et rassemblées par espèce dans des sacs en papier ou en jute. A domicile, elles sont de préférence utilisées de manière fraîche (pour des sirops, huiles, extraits, pommades), d'autres sont étalées et séchées à l'abri de la lumière dans un endroit sec (pour des tisanes, condiments). On trouve actuellement de petits séchoirs à air chaud ventilé, ce qui accélère le processus de dessiccation. Dans ce cas, il est important de respecter les consignes de température de séchage (par exemple, 30-35 degrés pour les plantes aromatiques), afin de conserver les principes actifs des plantes. D'autres encore sont parfois mises au congélateur, comme l'aspérule (gaillet odorant) ou l'ail des ours. Pour des commandes plus importantes, comme pour des industries alimentaires et cosmétiques, les plantes récoltées sont stockées dans des caisses ajourées et transportées dans de grands séchoirs. On assiste aussi à des récoltes de semences d'écotypes locaux (sauge des prés,



marguerite, baguenaudier, chêne pubescent, géranium de Sibérie, renoncule à feuilles de graminée, ... ) pour des ensemencements ou des revitalisations de biotopes.

Les botanistes cueillent sur le terrain une plante de chacune de leurs découvertes intéressantes et les sèchent dans leur presse pour confectionner des parts d'herbier.

La récolte se pratique généralement de manière individuelle. Elle peut se faire également en groupe, lors d'excursions guidées, de cours ou de séminaires.

## Description des origines

---

La cueillette sauvage est une activité pratiquée par toutes les populations de la planète, depuis leur existence. La plante a toujours été une « fidèle compagne » de l'homme, comme l'exprime l'ethnobotaniste français Pierre Lieutaghi (1998). Pendant 98 % de l'histoire de l'humanité (environ 3 millions d'années), les récoltes constituaient une ressource importante de l'alimentation et un matériel thérapeutique essentiel (Roguet, 2011). En Valais, depuis 5'500 ans environ, l'homme s'est installé sur les coteaux et a commencé à domestiquer plantes et bêtes. En période de disette (catastrophes climatiques, guerres, etc.), la cueillette sauvage s'est intensifiée.

Dans l'Antiquité, Hippocrate (460-370 av. J.-C.) décrit 234 plantes, Theophrate d'Eresos (372-288 av. J.-C.), 500 plantes, Dioscoride (médecin, pharmacologue et botaniste grec (40-90 ap. J.-C.), plus de 600 plantes.

Paracelse (Philippe-Amédée-Théophraste-Bombaste de Hohenheim, 1493-1541), médecin suisse, attribuait à la morphologie des plantes ou à leur écologie une indication quant à la maladie qu'elles pouvaient traiter. Gessner Conrad (1516-1565) publie en 1541 un livre d'un grand intérêt scientifique « Enchiridion historiae plantarum ». Pier-Andrea Mattioli (1500-1577), célèbre médecin-botaniste de Sienne, écrivit un important commentaire de Dioscoride. Albrecht von Haller (1708-1777) publie en 1768 l'ouvrage « Historia stirpium indigenarum Helvetiæ » traduit en français en 2 volumes en 1791 « Histoire des plantes suisses ou Matière médicale et de l'usage économique des plantes », avec une description des plantes, leurs propriétés et leurs usages.



*Part d'herbier d'edelweiss du chanoine C. Carron, datée de 1879, récoltée aux lacs de Ferret, conservée au Jardin Botanique de Zurich*

Bientôt, la chimie va se développer rapidement et mettra dans l'ombre les médicaments populaires. Cependant, certains médecins restèrent fidèles et continuèrent à dispenser leur savoir. L'herboristerie sommeilla durant plus d'un siècle. Des médecins et des profanes purent faire admettre que les méthodes en vigueur s'éloignaient de la nature vivante. Un retour aux plantes fut constaté! En 1891, le curé allemand Sebastian Kneipp (1821-1897) encourage la récolte des plantes, car « il est si sain en effet de faire de l'exercice dans l'air pur créé par Dieu, quand le soleil brille, que nous respirons à pleins poumons l'atmosphère chaude et embaumée et que tout est joie et fête dans la nature. Les vertes prairies, émaillées de fleurs, les bois de sapins résineux, les frais bouquets de chênes versent à flot la santé, aux persévérants chercheurs de plantes». Son livre publié en 1965, intitulé « Ma cure d'eau » 2e édition française, connaît actuellement encore du succès. Quelques botanistes collecteurs et trafiquants, de 1750 à 1900, cueillirent une quantité impressionnante de plantes pour confectionner des herbiers, à des fins d'échange ou de commerce. Certains avaient même la réputation d'être des cueilleurs de centuries (Burnat, 1897)! En fait, ils cueillaient une centaine de parts d'herbiers par espèce pour les diffuser à travers l'Europe via des sociétés d'échange.

Certaines plantes médicinales alpines ont été cultivées à la fin du 19<sup>e</sup> siècle en collection dans le jardin de La Linnaea de Bourg St-Pierre, créé et soutenu par des Genevois. Abandonné durant plusieurs décennies, il a été réactivé dans les années 1980 sous la responsabilité de la Société académique du canton de Genève. La culture des plantes alpines fut entreprise en 1887 dans trois autres jardins alpins du Grand St-Bernard, de Zermatt et de Sion, placés sous la responsabilité de La Murithienne. Malgré le dévouement de son président Ferdinand Othon Wolf, ces trois jardins furent abandonnés en 1897 faute de moyens pour les entretenir. Dans celui du Grand St-Bernard demeurent encore aujourd'hui quelques espèces intéressantes comme l'orpin rose dont l'usage s'est perdu en Valais durant le 20<sup>e</sup> siècle.

En 1906, Ferdinand Othon Wolf publie un petit ouvrage sur les plantes médicinales du Valais avec leur nom populaire, leur emploi, leur habitat et l'époque de floraison. Ce livre est accompagné d'un herbier modèle de 109 espèces. Ce matériel didactique est destiné aux étudiants, aux curés, aux instituteurs, afin que les connaissances liées à l'usage des plantes sauvages ne tombent pas dans l'oubli. Il décèdera avant la publication de son deuxième ouvrage. En 1919 déjà, Goris et Demelly parlent de cultures de plantes médicinales. En 1927, un jardin alpin privé appartenant à Jean-Marcel Aubert a vu le jour à Champex. Il a été conçu par l'horticulteur genevois spécialisé Henry Correvon (1854-1939). Ouvert quelques années plus tard au public, ce jardin qui comprend plus de 4000 espèces de plantes des massifs alpiens est actuellement administré par la Fondation Jean-Marcel Aubert et soutenu financièrement par l'Etat du Valais et la commune d'Orsières.

Basile Luyet évoque en 1928 la médecine populaire à Savièse. En 1933, Favre fournit des directives culturelles des plantes industrielles. En 1936, un arrêté du Conseil d'Etat valaisan établit une liste d'espèces rares et menacées, pour lesquelles des consignes de ramassage sont précisées. Ignace Mariétan publie en 1950 la « Flore pharmaceutique du Valais » dans le Journal suisse de Pharmacie no 22 p. 382-389. Le curé-herboriste Künzli publie en 1956 un livre de grand intérêt pour se guérir avec les plantes. En 1957, Alexandre Bourdin d'Euseigne écrit « La santé par les plantes ». Cet herboriste valaisan a installé des cultures, des séchoirs et des appareils de coupage et de mondage des plantes, afin de les commercialiser. A Vaas /s Flanthey, dans les années 1950, on cueillait pour un grossiste la « Blanchette » (Blantsetta en patois local (Desfayes, 2002) ), soit l'armoise du Valais dans la steppe de la crête de gypse. Le produit des cueillettes était rassemblé au village de Lens (information d'Agathe Nantermod-Rey à Conthey). Augustin Schmid de Vuisse se souvient qu'à Bellwald, son village natal dans la vallée de Conches, les jeunes allaient ramasser, dans les années 1955-1960, plusieurs espèces de plantes médicinales comme les alchémilles, la benoîte, le millefeuille, le millepertuis, etc. pour la firme Zeller de Romanshorn, ce qui a contribué à payer leurs études universitaires. Dans le val de Bagnes, on utilisait par exemple l'écorce du chêne pour tanner le cuir, on écrasait les racines de rumex des Alpes dans la saumure pour donner une teinte ocre au fromage ou on mettait des vipérines communes autour des berceaux pour éloigner les serpents (Nicollier et Nicollier, 1984). A cette même époque, des particuliers ramassaient les fruits d'argousiers riches en vitamine C sur les berges du Rhône pour les vendre à la firme Bioforce. Jean Loup, en 1965, relève que la cueillette des « simples » apporte une ressource non négligeable aux populations de montagnes. Dans sa thèse, il cite les plantes que les valaisans récoltaient autrefois pour leurs vertus



médicinales, apéritives et digestives, à savoir « le genévrier commun, le colchique d'automne, la sabine, la renouée, les alchémilles, l'armoise, l'angélique, l'impératoire, la digitale, les gentianes, la mélisse, l'absinthe, le genépi, la menthe sauvage, la mauve, les pensées sauvages. Quelques-unes de ces plantes, employées seules ou savamment mélangées, sont mises à macérer dans l'alcool pour la préparation de liqueurs de ménage. Pour la cuisine, on recueille les stigmates de safran, les graines de cumin, le fenouil sauvage, le thym, la livèche, etc. Une partie de la cueillette était jadis vendue aux herboristes et aux pharmaciens. Ce débouché s'est restreint ; il n'a pas disparu ».

Ces cueillettes sauvages ont augmenté avec le développement du tourisme (bouquets de fleurs alpines). Dès les années 1960, un renouveau pour les thérapies naturelles gagne plus d'adeptes. Une abondante littérature informe et conseille les lecteurs (Zermatten, 1980; Vogel, 1983 ; Fritsch, 1984 ; Pelt, 1985 ; Chabert, 1986 ; Treben 1987 ; Perrenoud et Fellay, 1998 ; Cousin-Zermatten, 1997); Hostetmann, 1997); Brûchweiler, 1999 ; Bretz-Heritier et Mounir-Luyet, 2003 ; Kramer, 2007; Roguet, 1988, 2011). Pour satisfaire le marché suisse, on s'approvisionne dans un premier temps dans les pays méditerranéens et les pays de l'est. Puis, dès 1980, la Recherche agronomique suisse, soutenue par certaines industries suisses, commence à domestiquer et à encourager la culture des espèces aromatiques et médicinales en zones de montagne. Il n'en demeure pas moins que la pratique de la cueillette sauvage s'effectue encore de manière ponctuelle et en accord avec les arrêtés cantonaux actuels.

## Existence de traditions similaires dans le canton, en Suisse et à l'étranger

---

Suivant les régions du Valais, les plantes cueillies diffèrent légèrement selon leurs usages. Par exemple, pour cicatriser les plaies, on utilise les feuilles d'impétoire en Valais central (terme agrou dans le patois du val d'Anniviers et agrô dans celui d'Ayent (Desfayes, 2002)), les feuilles du saxifrage à feuilles rondes à Saxon et le rhizome de l'ail victorial (herbe à 9 chemises) à Troistorrents. Dans le canton de Vaud, on utilise aussi l'ophioglosse commun pour les mêmes vertus. L'impétoire est la plante médicinale par excellence des Valdôtains (Italie), davantage connue sous le vocable patois agrou (Armand, 1997).



*Croix de Saint-Jean avec millepertuis perfor, photo Giuseppina Margurettaz, 2011*

On utilise principalement le genépi femelle en Valais, le genépi mâle en Vallée d'Aoste (Armand, 1997) et au Trentin (communication orale d'Alessandro Bezzi de Villazzano) et le genépi des glaciers en Savoie (communications orale d'Anne-Laure Boniface, récolteuse de plantes sauvages à Bessans en Maurienne et de Christophe Delachat, guide de montagne à Saint-Gervais), pour préparer l'eau-de-vie de genépi digestive et contre les refroidissements. A Chambéry, Arianne Aimard de la firme Dolin signale que le genépi des glaciers, avec ses gros capitules de fleurs jaunes, sert à la décoration des bouteilles alors que leur liqueur de genépi est essentiellement préparée avec le genépi femelle ou genépi blanc. L'achillée musquée, aux vertus digestives similaires, est cueillie dans les Grisons (communication de Madame Pierre-Joseph Charmillot-Curau de Trélex), dans la Valteline et dans le Trentin (communication d'Alessandro Bezzi), mais très peu en Valais. Au Val d'Aoste, la variété frisée de la tanaisie officinale, appelée arquebuse, est cultivée dans les jardins potagers pour ses vertus digestives.

Pour préparer une eau-de-vie digestive, les racines de gentiane jaune, poussant sur sols calcaires, sont récoltées au Jura vaudois (Vallée de Joux) et en Valais, notamment. Cette plante est remplacée au Tessin, dans le val Blenio par exemple, par la gentiane pourpre, présente sur les sols acides. Si autrefois, en Valais, à la Saint-Jean (24 juin), on faisait des croix avec des plantes sacrées, comme le millepertuis, l'armoise vulgaire, le millefeuille et la reine des bois, cueillies à la rosée, bénites à l'église puis fixées au-dessus des portes des maisons et des écuries afin d'obtenir la protection divine, cette tradition similaire est

encore pratiquée parfois en Vallée d'Aoste selon Henri Armand (2008). Dans le canton de Fribourg, François Couplan (1986), propose depuis plus de 35 ans des excursions suivies de repas aux plantes sauvages. En 2008, il a créé une école pour initier des formateurs, capables de transmettre la connaissance des « simples », « nouvelle conception, nécessaire, de la vie ». D'autre part, il organise des stages sur le terrain, en France, en Suisse et en Belgique (Couplan, 2002).

En France, la cueillette sauvage est toujours une profession. En octobre 2011 s'est créée l'Association française des professionnels de la cueillette de plantes sauvages, à Milly la Forêt, Angers (communication de Claire Juilliand, HES Luillier/GE).

## Mesures de conservation de la tradition, prévues ou déjà prises

---

Pour freiner l'érosion du savoir populaire sur la botanique utilitaire, il serait indispensable de procéder à une éducation environnementale plus soutenue dès le jeune âge, de l'école enfantine jusqu'à la fin des écoles supérieures. Les initiatives pour promouvoir les pratiques culturelles de tous ordres liées à la nature doivent être encouragées. Les cours, les séminaires, les stages, les conférences, les démonstrations, les excursions botaniques sont autant de moyens pour maintenir les connaissances et la pratique de cette tradition. Citons par exemple l'Ecole des plantes à Evolène, les séminaires de Madame Cousin, les excursions de récolte de plantes suivies d'un repas, ou de confection d'autres produits, les conférences de Kurt Hostettmann (2001), les cours à l'université populaire, la conservation des plantes utilitaires dans les Jardins botaniques et les visites guidées, etc. D'autre part, une abondante littérature et une foule d'informations transmises par les médias permettent de s'informer sur ce thème. Pour éviter toute dérive de cueillette démesurée ou d'espèces protégées, des arrêtés et des lois servent de garde-fous depuis quelques décennies (1936, premier arrêté en Valais sur la protection des plantes sauvages, édicté par le Conseil d'Etat). Les listes de plantes rares sont constamment mises à jour. D'autre part, pour satisfaire un marché important et éviter ainsi le pillage des plantes sauvages, la domestication et la culture d'espèces aromatiques et médicinales, a été instaurée par des firmes diverses, telles que par une entreprise italienne, durant la deuxième guerre mondiale, pour l'absinthe valaisanne, dans les sols sablonneux de Fully (communication de René Carron, à Fully) et par Siegfried pour la digitale pourpre dans le Chablais valaisan (années 1960-1970) (communication de P. Achermann, ancien chercheur chez Siegfried à Bâle). Plus récemment, dans les années 1980, la Station fédérale de recherches agronomiques de Changins, par son centre des Fougères à Conthey, a lancé un programme de recherche et de soutien pour la culture de plantes aromatiques et médicinales. Les 9+ plantes aromatiques et médicinales sauvages, sélectionnées par ce centre comme le genépi, l'edelweiss, l'hysope, la millefeuille, le thym serpolet, la gentiane jaune, l'alchémille, le plantain lancéolé, l'origan, font l'objet de cultures en Valais, mais aussi dans d'autres cantons suisses et également en France, en Italie, en Allemagne et au Québec (Rey 1983, 1994, 1997, 2002, 2004; Rey & Slacanin, 1999a, 1999b, Rey C. et al, 2002; Rey C. et al., 2011). Des fiches techniques sur les plantes de culture en montagne sont élaborées (Anonyme, 2011). Elles sont inspirées des manuels culturels français (Maghami, 1979), autrichien (Dachler et Pelzmann, 1999) et allemand (Fritzsche et al., 2007).



La coopérative de producteurs Valplantes a vu le jour en 1985 et satisfait actuellement, avec d'autres coopératives suisses, aux demandes de divers marchés comme Ricola, Weleda, Alpaflor, Dixa, Reitzel, etc. Son volume de production d'une cinquantaine d'espèces, a atteint en 2011, environ 120 tonnes de plantes sèches. Ce type de production biologique de montagne respectueuse de l'environnement fournit un apport financier non négligeable aux agriculteurs concernés. Les horticulteurs ont également domestiqué des plantes pour le marché horticole. Le Conservatoire botanique de la Ville de Genève a entrepris depuis quelques années la conservation d'espèces et de variétés rares de la flore valaisanne. Les graines récoltées en nature sont conservées dans une banque de semences. D'autre part, certaines espèces sont multipliées et font l'objet de conservation in vivo dans leur jardin et dans des sites naturels (communication de Catherine Lambelet).

## Références

---

- Anonyme, 2011. *Classeur Fiches techniques Plantes aromatiques et médicinales*, mise à jour 2011, par le Service romand de vulgarisation agricole. Edition Agridea, Lausanne.
- Armand H., 1997. *Vivre et guérir en montagne- Plantes, Animaux et Choses. Leur utilisation à Sait-Nicolas et en Vallé d'Aoste*. 2e édition. Centre d'Etudes Francoprovençales „René Willien“ de Sait-Nicolas.
- Armand H., 2008. *Les plantes médicinales autour du Mont-Blanc, sagesses anciennes, promesses d'avenir...* Nouvelles du Centre d'Etudes Francoprovençales René Willien Saint Nicolas 58 : 43-66.
- Bourdin A., 1957. *La santé par les plantes (Plantes médicinales, variétés, culture et utilisation)*. Edition Attinger, Neuchâtel.
- Bretz-Heritier A.-G. et Mounir-Luyet M., 2003. *Plantes sauvages et cultivées de Savièse*. Volume 1 Arbres et buissons. Editions de la Chervignine, Savièse.
- Brûchweiler S., 1999. *Plantes et savoirs des Alpes : l'exemple du Val d'Anniviers*. Edition Monographic, Sierre.
- Burnat E., 1897. *Notes sur les jardins botaniques alpins*. Bull. Murithienne 26 : Appendice 1-16.
- Chabert A., 1986. *Plantes médicinales et comestibles de Savoie*. Edition Curandera, Apremont (73).
- Couplan F., 1986. *Le Régál végétal : Plantes sauvages comestibles*. Edition Sang de la terre.
- Couplan F., 2002. *Vivre en pleine nature*. Edition Sang de la terre.



- Favre L ., 1933. *Culture des plantes industrielles et médicinales en Suisse*. Edition Hirzen-Verlag, Bâle.
- Cousin G., 2010. *Entretien au mayen*. DVD. Editions Cabédita, Bière.
- Cousin-Zermatten G., 1997. *Recettes, santé de nos grand'mères*. Editions Monographic, Sierre.
- Desfayes M., 2002. *Noms, dialectaux des végétaux du Valais romand*. Bull. Murithienne 120 : 57 -111.
- Fritsch R., 1984. *Les plantes médicinales des Alpes*. Editions S.A.E.P. INGERSHEIM Colmar.
- Schliephake E. et Wrazidlo W., 2007. *Handbuch des Arznei- und Gewürzpflanzenbaus*. Edition Saluplanta, Bernburg.
- Goris A. et Demelly J., 1919. *La culture des plantes Médicinales*. Edition Vigot Frères, Paris.
- Haller A. von, 1791. *Histoire des plantes Suisses : ou Matière médicale et de l'usage économique des plantes, traduit du Latin [par P.R. Vicat]*. - Vicat, Philippe Rodolphe, Publication info: Berne : Société typographique, Contributed by: University of Illinois Urbana Champaign View record View book.
- Hostettmann K., 1997. *Tout savoir sur le pouvoir des plantes sources de médicaments*. Editions Favre, Lausanne.
- Hostettmann K., 2001. *Tout savoir sur les plantes médicinales des montagnes*. Edition Favre. Lausanne.
- Kneipp S., 1891. *Comment il faut vivre : avertissements et conseils s'adressant aux malades et aux gens bien portants pour vivre d'après une hygiène simple et raisonnable et une thérapeutique conforme à la nature*. Edition Koesel.
- Kneipp S., 1965. *Ma cure d'eau. La guérison des maladies, La conservation de la santé*. Société d'édition de la Basse-Alsace, Strassbourg.
- Kunzlé J., 1956. *L'art de guérir, le Kunzlé médical*. 2e édition. Editions Otto Walter, Olten.
- Lauber K. et Wagner G., 2007. *Flora Helvetica, Flore illustrée de Suisse*. 3e édition française, Haupt Berne.
- Kramer B., 2007. *Les plantes médicinales de Valère*. Travail effectué dans le cadre de la formation en phytothérapie de la société de Phytothérapie Médicale (SSPM).



- Lieutaghi P., 1998. *La plante compagne pratique et imaginaire de la flore sauvage en Europe occidentale*. Editions Actes Sud, Arles (Bouches du Rhône).
- Loup J., 1965. *Pasteurs et agriculteurs valaisans. Contribution à l'étude des problèmes montagnards*. Imprimerie Allier, Grenoble.
- Luyet B., 1928. *La médecine populaire à Savièse. Cahiers valaisans du folklore, vol. 1. Répertoire de pharmacie populaire*. Pp. 27-32. Rééditions: Editions de la Chervignine 1997.
- Mariétan I., 1950. *Flore pharmaceutique du Valais*. Journal suisse de pharmacie 88 : 382-389.
- Nicollier F. et Nicollier G., 1984. *Les plantes dans la vie quotidienne à Bagnes : noms patois et utilisations domestiques*. Bull. Murithienne 102 : 129-158.
- Pelt J.-M., 1985. *La vie sociale des plantes*. Edition Fayard, Paris.
- Perrenoud A. et Fellay J.-C., 1998. *L'enfant à l'écoute de son village*. Crepa, Sembrancher.
- Rey C., 1983. *Plantes médicinales et aromatiques, perspectives pour le Valais*. Bull. Murithienne 100 : 105-109.
- Rey C., 1994. *Une variété de thym vulgaire : « Varico »*. Revue suisse Vitic. Arboric. Hortic. Vol. 26 (4) 249-250.
- Rey C., 1997. *Domestication de genépi blanc (Artemisia umbelliformis Lam.)*. Revue suisse Vitic. Arboric. Hortic. Vol. 29 (3) I-VIII.
- Rey C., 2002. *From Ethnomedicine to domestication in the field*. Acta Phytotherapeutica Vol. V, 1: 83-85.
- Rey C., 2004. *Pas si simple... la culture des « simples » !* Revue suisse Vitic. Arboric. Hortic. Vol. 36 (6) 317.
- Rey C. et I. Slacanin, 1999a. *Approche culturelle et phytochimique de l'edelweiss*. Revue suisse Vitic. Arboric. Hortic. Vol. 31 (2) 89-96.
- Rey C. et I. Slacanin, 1999b. *La variété falchémille „APER“, approche culturelle et phytochimique*. Revue suisse Vitic. Arboric. Hortic. Vol. 31 (6) 309-316.
- Rey C., B. Mercanti, F. Bondaz, U. Lini, S. Piotti, U. Piantini, F. Gaillard, G. Theodoloz et A. Grogg. *Projet interrégional sur la culture du genépi blanc*. Revue suisse Vitic. Arboric. Hortic. Vol. 34 (5) 325-337.



- Rey C., Rey S., J. Vouillamoz, C. Baroffio et D. Roguet, 2011. *Edelweiss reine des Fleurs*. Editions du Belvédère, Fleurier et Pontarlier (F).
- Rey C., Rey S., J. Vouillamoz, C. Baroffio et D. Roguet, 2011. *Das Edelweiss, Botanik, Mythos und Kultur einer geheimnisvollen Alpenpflanze*. AT Verlag, Aarau.
- Roguet D., 1988. *De la plante au médicament*. Série documentaire 23 des Conservatoire et Jardin botanique de la Ville de Genève.
- Roguet D., 2011. *Utilités botaniques*. Conservatoire et Jardin botaniques, Ville de Genève. Edition Glénat.
- Treben M., 1987. *La santé à la Pharmacie du Bon Dieu*. 17e édition Ed. Ennsthaler, Steher, Autriche.
- Vogel A., 1983. *Le Petit Docteur, un ensemble varié de conseils utiles tiré de la médecine populaire suisse*. Edition française Ariston, Genève.
- Wolf F. O., 1905. *Herbarium officinale Valesiae*. Description et herbier de 109 plantes médicinales du Valais. Livre premier. Plantes médicinales indigènes ou cultivées en Valais, leurs propriétés et emplois en médecine populaire, 1906.
- Zermatten M., 1980. *L'homme aux herbes : roman*/ Paris : Denoël.

## Multimédias

---

### Audios

- Entretien avec Giuseppina Marguerettaz, Aoste, 20.11 2011. Par Charles Rey

[Partie 1](#) [Partie 2](#)

- Entretien avec Marie-Andrée Follonier, Vex, 21.11.2011. Par Charles Rey

[Partie 1](#) [Partie 2](#)

### Photographies

- [Croix de Saint-Jean avec millepertuis perfor.](#) photo Giuseppina Margurettaz, 2011
- [Récolte de ligustique naine en Valais pour une étude analytique afin d'entrevoir une éventuelle domestication](#)
- [Culture d'orpin rose en Valais pour la fabrication d'alicaments](#)
- [Cours de botanique aux accompagnateurs en moyenne montagne, en Valais \(Ecole de St-Jean, Val d'Anniviers\), 2011](#)
- [Part d'herbier d'edelweiss du chanoine C. Carron, datée de 1879, récoltée aux lacs de Ferret, conservée au Jardin Botanique de Zurich](#)
- [Récolte d'arnica en Valais pour une utilisation personnelle](#)

