

Fiche séjour : Stevenson marche accompagné d'un âne

UNE ITINERANCE DE 3 JOURS ACCOMPAGNES D'UN ANE AU CŒUR DU VELAY



@Ane Azimut

PRESENTATION

Partez à la découverte du Velay à travers ce séjour accompagné d'un âne ! Comme Robert Louis Stevenson avec son ânesse Modestine, laissez-vous accompagner par un des ânes des loueurs d'ânes de l'Association et découvrez le plateau volcanique du Velay et surtout votre irrésistible compagnon. Ce séjour vous mènera autour du Monastier sur Gazeille, le village où Robert Louis Stevenson a séjourné pendant plus d'un mois !

Pratique : randonnée à pied avec un âne

Durée : 2.5 jours / 3 jours

Longueur : 32,5km

Dénivelé positif : 1000D+

Difficulté : Facile

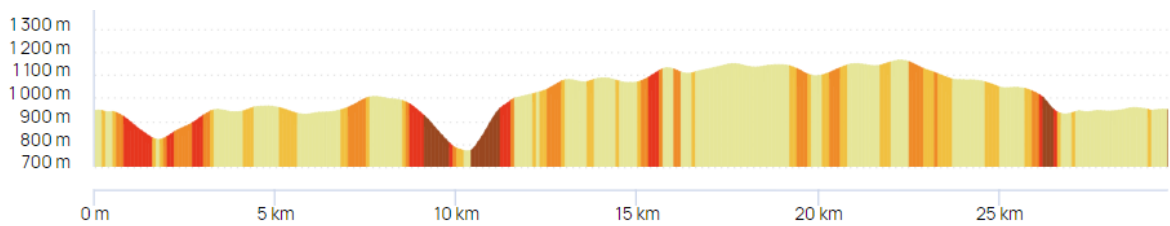
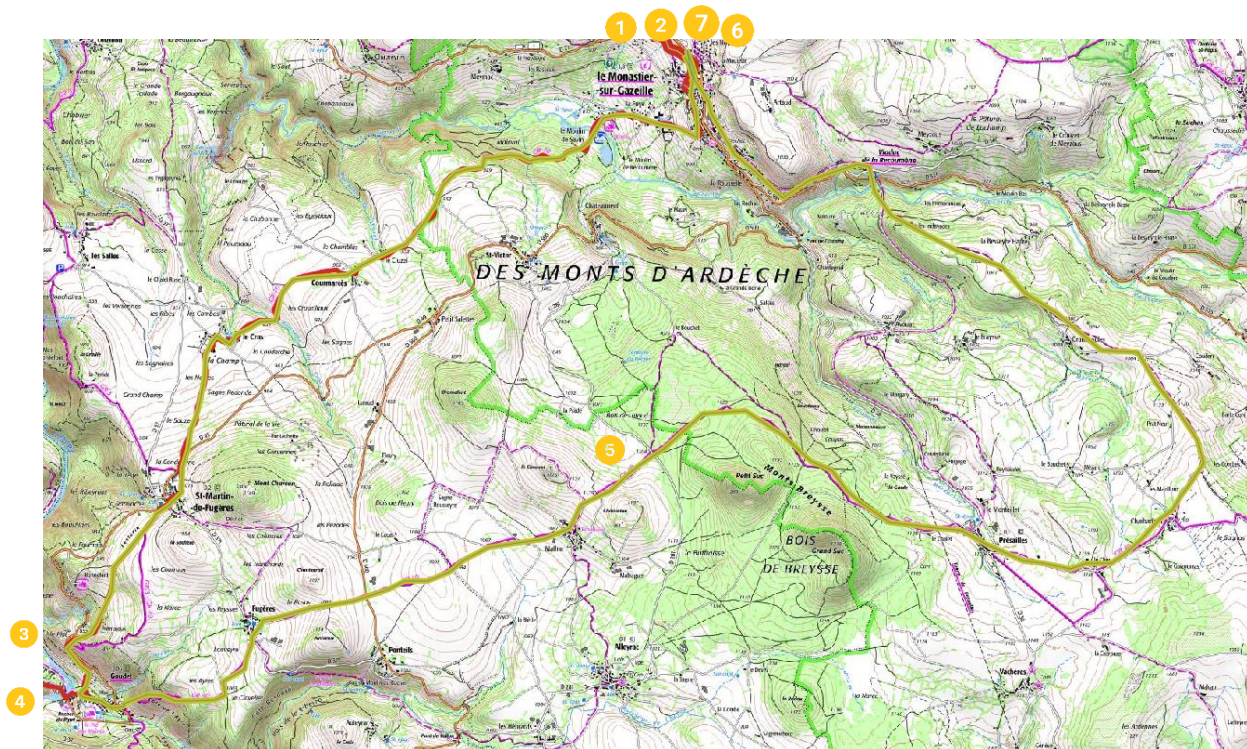
Type : itinérance

Thème : famille, marche avec un âne

ITINERAIRE

Départ et arrivée : Le Monastier-sur-Gazeille

Balises : Rouge et Blanc (GR®70 puis GR®40)



Profil altimétrique

PROGRAMME PROPOSE POUR CETTE RANDONNEE

Jour 1 – Du Monastier-sur-Gazeille à Goudet (10,5km)
<i>Arrivée et visite du village Rencontre avec l'âne chez Ane Azimut Descente à Goudet en suivant le Chemin de Stevenson Accueil à l'hébergement choisi</i>
Jour 2 – De Goudet à Présailles (13,5km)
<i>Marche avec l'âne entre ces deux villages Accueil au Gite de Mazilloux</i>
Jour 3 – De Présailles au Monastier-sur-Gazeille (8,5km)
<i>Marche avec l'âne du gite jusqu'au Monastier Visite du Musée Ecole du Monastier et/ou du Musée des croyances populaires</i>

A DECOUVRIR SUR VOTRE CHEMIN

1. Le Monastier-sur-Gazeille
2. L'Abbatiale du Monastier
3. Les Gorges de la Loire
4. Goudet
5. Les Plateaux volcaniques du Velay
6. Le Musée Ecole
7. Le Musée des Croyances Populaires

INFORMATIONS PRATIQUES

PERIODE RECOMMANDEE

En fonction de la location de l'âne – printemps / été

Ouverture du Musée des croyances populaires du 1^{er} mai au 30 septembre.

TRANSPORT

PUBLIC

Le Puy-en-Velay / Le Monastier-Sur-Gazeille

Ligne 46 – sauf week-end et jours fériés / [Détails et horaires](#)

Le Puy-en-Velay dispose d'une gare SNCF bien desservie.

PRIVE

Service de transports de personnes

La Malle Postale

Tel : 04 71 04 21 79 / contact@lamallepostale.com / www.lamallepostale.com

Transbagages

Tél : 06 80 06 32 19 ou 04 66 65 27 75 / info@transbagages.com / www.transbagages.com

HEBERGEMENTS, RESTAURATION ET SERVICES

LE MONASTIER-SUR-GAZEILLE

TYPE	NOM DE L'ETABLISSEMENT	MAIL	TEL	CONTACT
Gîte d'étape et table d'hôtes	Stevenson	gite.monastier@hotmail.fr	0604402898	Emmanuel FALGON
Hôtel** restaurant	Chèvre & chou	chevreetchou.hotel@gmail.com	0672606662 - 0471083811	Cindy Chaussende
Gîte d'étape et Chambres d'hôtes	File dans ta chambre	filedanstachambre@outlook.fr	0674592272	Emilie DELMAS
Gîte d'étape et table d'hôtes	L'île au trésor	gite.ileautresor@gmail.com	0611561569	Cécile VISCONTE
Chambres d'hôtes	Blaisine et Philomène	elisabeth.chalindar@wanadoo.fr	0672253900 - 0471038026	Elisabeth CHALINDAR
Chambre d'hôtes, Gîte d'étape et Restaurant	La Modestine	doeveldoevel@gmail.com	0744234570 - 0602445896	Evelien VOLPE
Restaurant, Bar et Cave à vin	L'Atelier du Vin	atelierduvin43@gmail.com	0678158019	DAVID ABDAOUI

GOUDET

TYPE	NOM DE L'ETABLISSEMENT	MAIL	TEL	CONTACT
Gîte	Gîtes du Pipet	aubergedupipet@outlook.fr	0613913760 - 0610845227	Armelle MASSEBEUF
Chambres d'hôtes	Au Pas de l'Ane	Chirol.therese@orange.fr	04 71 03 90 42 06 20 22 36 00	Thérèse CHIROL

Camping	Camping Au Bord de l'Eau – Rock'N Camp	Campingauborddeleau@live.fr	04 71 57 16 82	
---------	--	-----------------------------	----------------	--

PRESAILLES

TYPE	NOM DE L'ETABLISSEMENT	MAIL	TEL	CONTACT
Table chambre d'hôtes et gîte d'étape	Le Petit Mazilloux	gillettvanessa@gmail.com	0677971875	Vanessa Gillett

LOUEURS D'ANES

Ane Azimut

Christophe Galland - 9 rue Via Croze 43150 Le Monastier-sur-Gazeille

Tél : 04 71 08 30 07 - 06 60 47 17 02 / christophegalland@sfr.fr

www.aneazimut.com

GUIDE CONFERENCIERE

Club Stevenson

Janet DARNE - 4 avenue Laurent Eynac, 43150 Le Monastier-sur-Gazeille

Tél : 06 37 71 52 69 / janetdarne@aol.com

www.club-stevenson-du-monastier-jimdosite.com

Le Club Stevenson organise des animations autour de Stevenson durant la saison. Visites nocturnes Sur les traces de Stevenson au Monastier.

RENSEIGNEMENTS

Office de tourisme Mezenc Loire Meygal

Tél : 04 71 08 37 76 - contact@mezencloiremeygal.com

www.mezencloiremeygal.com

Maison du Tourisme de la Haute Loire

Tél : 04 71 07 41 65 - contact@auvergnevacances.com

<https://www.myhauteloire.fr/>

DETAIL DU PROGRAMME

Ce séjour famille vous emmènera du Monastier-sur-Gazeille à Goudet puis Présailles avant de revenir à votre point de départ. Les distances de marche sont courtes et permettent de profiter pleinement de votre nouveau compagnon de route.

Comme Stevenson, qui a passé un mois en Haute-Loire pour préparer son itinérance jusqu'à Saint-Jean-du-Gard, découvrez ce village typique. Vous partirez ensuite sur le Chemin de Stevenson accompagné d'un âne jusqu'au berges de la Loire qui prend sa source 35km en amont.

Après une première nuit à Goudet, vous remonterez sur le plateau via le GR®40 – Le Tour des Volcans du Velay jusqu'à Présailles. Une journée d'environ 13,5 km afin de profiter des points de vue !

A Présailles, vous serez accueillis au gîte le Mazilloux et repartirez le lendemain pour rentrer au Monastier-sur-Gazeille. Cette plongée dans le territoire pourra se prolonger avec la visite du Musée Ecole du Monastier ou encore le Musée des croyances populaires, pour une aventure temporelle.

A DECOUVRIR AU COURS DU SEJOUR

Patrimoine culturel

1. Le Monastier-sur-Gazeille *(Texte de l'Office de Tourisme Mézenc Loire Meygal)*

Il y a des bijoux qui sont cachés... Au Monastier, il faut quitter les rues principales et emprunter les petits passages pour découvrir les trésors. Ici, la musique résonne dans le village depuis des siècles. Ecoutez ! Les chants monastiques vibrent encore sous les arcades et les voûtes de l'ensemble abbatial. Ils ont résonné pendant des siècles avant que ne claque le léger pas de l'âne de M. Stevenson, célèbre écrivain écossais du XIXe siècle. Aujourd'hui, c'est le son des cuivres que l'on entend et qui fait vibrer le village chaque année.

2. L'Abbatiale du Monastier *(Texte de l'Office de Tourisme Mézenc Loire Meygal)*

L'église abbatiale du Monastier-sur-Gazeille appelée église Saint-Chaffre ou Saint-Théofrède doit son nom à l'un des premiers abbés morts en martyr le 19 octobre 728. Aujourd'hui, l'abbatiale est le second édifice d'époque romane en Velay après la cathédrale Notre-Dame du Puy-en-Velay.

Deuxième édifice romane en Haute-Loire après la cathédrale Notre-Dame du Puy-en-Velay, l'église abbatiale Saint-Chaffre du Monastier-sur-Gazeille a connu son apogée à la fin du 12ème siècle, période où l'influence de l'Abbaye Saint-Chaffre rayonnait à travers un vaste territoire dans le sud de la France : la vallée du Rhône, une partie de l'Ardèche, le Dauphiné, le Gévaudan, la Rouergue, la Provence et au-delà, les Alpes et le Piémont italien.

3. Les Gorges de la Loire *(Texte de l'Office de Tourisme Mézenc Loire Meygal)*

Depuis le sud du massif central, la Loire vit ses premières heures dans le cadre majestueux de gorges sauvages. Le temps pour le plus long cours d'eau de France d'acquérir son statut de fleuve, lui qui n'est encore ici qu'une rivière.

La Loire apparait pour nous tous, comme un cours d'eau immense traversant la moitié de la France. Oui, mais avant d'être le fleuve que nous connaissons tous, c'est un ruisseau puis une rivière.

Un ruisseau né au pied du célèbre Gerbier de Jonc en Ardèche. De ses 3 sources et quelques kilomètres plus loin, le cours d'eau atteint ses gorges. Le ruisseau est alors devenu rivière, La Loire. Et son parcours à travers les montagnes volcaniques lui a fait dessiner, au fil du temps et de l'eau, d'imposantes falaises basaltiques au sein desquelles la Loire, sauvage, serpente, pour former les gorges de la Loire.

4. Goudet *(Texte de l'Office de Tourisme Mézenc Loire Meygal)*

Le village de Goudet se trouve à fleur de Loire. Là, surplombant la vallée, le château de Beaufort domine eau et village et nous offre déjà le 2e château de la Loire après celui d'Arlempdes.

Vivre à Goudet, c'est vivre avec la Loire. Cette toute jeune rivière qui deviendra au fil de l'eau le plus long fleuve sauvage d'Europe, a déjà du caractère. Les habitants de Goudet vous le diront, eux qui ont construit leurs maisons sur ses berges, au fond de cette étroite vallée : la jolie rivière où il fait bon se baigner peut se transformer en impressionnant torrent en période de crue ! Mieux vaut alors se trouver au sommet du rocher du Pipet (?) ou dans les remparts du château de Beaufort pour être à l'abri des caprices de la jeune Loire.

5. Les Plateaux volcaniques du Velay *(Texte de l'Office de Tourisme Mézenc Loire Meygal)*

Le Velay, c'est une partie du département de Haute-Loire qui dépendait autrefois de l'Occitanie. Dans ce pays, au cours des temps géologiques, se sont développés quatre systèmes volcaniques. A l'Est, c'est le pays des sucs avec ses volcans de type péléens. Subsistant d'un volcanisme ancien, ces petites montagnes sont composées d'une roche nommée phonolite, « la pierre qui sonne ». En effet, si on la frappe avec un objet métallique, elle produit un son de cloche ! A l'Ouest, les sommets qui se détachent portent le nom de Gardes. Ce sont des volcans stromboliens dont la terre est rouge et le sommet occupé par un boqueteau de pins sylvestre. C'est une terre propice à **culture de la Lentille verte du Puy** (AOP).

6. Le Musée Ecole du Monastier

L'ancienne école du village abrite un musée où le maître et la maîtresse vous accueillent dans des salles de classe anciennes et vous font revivre l'école comme autrefois. Après avoir revêtu blouses, bérets et sabots comme les écoliers d'antan, les visiteurs s'appliquent à faire la dictée à la plume, s'initient au calcul sur boulier, s'imprègnent d'une bonne morale. Les leçons s'enchaînent au rythme des bons points et bonnets d'âne, rires et émotions sont au rendez-vous. Durant la « récréation », les visiteurs ont tout loisir de parcourir les 400m² du musée pour découvrir les riches collections d'anciens objets scolaires.

- Ouvert tous les jours, toute l'année • Visite guidée • Adultes : 7 € / 5 € Enfants 4 € (de 6 à 18 ans) / Groupes : 4 € à partir de 15 pers

Tél : 04 43 07 22 23 ou 06 37 71 52 69 / ecole.musee.du.monastier@gmail.com

www.ecolemusee.free.fr

7. Le Musée des Croyances Populaires (Texte de l'Office de Tourisme Mézenc Loire Meygal)

Fantômes, lutins ou loups-garous... Sorcières ou guérisseurs... A quoi croyons-nous ? Patrice Rey explore ce monde, recueillant les récits et les légendes d'hier et d'aujourd'hui. Il nous les fait découvrir en redonnant vie à tous ces personnages fantastiques et délirants qui peuplent "nos pays" et nos esprits.

Du 1er mai au 30 septembre tous les jours sauf le lundi de 14h30 à 19h. Hors saison sur rendez-vous pour les groupes. Possibilité accueil scolaires.

06 28 57 38 30 - patricerey@rocketmail.com

<https://www.museedescroyancespopulaires.com/>

Patrimoine naturel

Ce répertoire a été réalisé en partie par l'ALEPE, Association Lozérienne pour l'Etude et la Protection de l'environnement, pour le secteur Velay et le secteur Gévaudan.

Toutes ces espèces sont protégées au niveau national et certaines sont très fragiles. Prenons en soin afin qu'elles continuent de nous émerveiller. Un bouquet est périssable et peut contenir des espèces protégées interdites à la cueillette, préférez la photo !

FAUNE EN MILIEUX AQUATIQUES ET HUMIDES

Milieux aquatiques et humides

MULETTE PERLIERE

La Mulette perlière est une moule d'eau douce qui vit dans les rivières aux eaux de très bonne qualité, pauvres en éléments nutritifs et au fond sableux.

Comme son nom l'indique, cette moule peut produire des perles de nacre, longtemps utilisées en joaillerie. Depuis les années 1970, seules les perles d'élevage sont utilisées pour la fabrication des bijoux et la pêche à la perle est interdite dans toute l'Union Européenne. Cette pêche a été une importante cause de régression. La dégradation de la qualité des cours d'eau est désormais la principale menace pour cette espèce qui est « en danger d'extinction » au niveau mondial.

Ce mollusque bivalve est un organisme filtreur très important qui contribue à réduire la turbidité des cours d'eau ; une seule moule peut en effet filtrer jusqu'à 50 litres par jour.

Au moment de la reproduction, les mâles rejettent leurs gamètes dans l'eau, qui dérivent dans le courant jusqu'à éventuellement atteindre une femelle. L'œuf fécondé se transforme en larve dans la mère. Au bout de 4 semaines, la larve microscopique quitte sa mère et à quelques heures pour se fixer dans les branchies d'une Truite fario ou d'un Saumon atlantique. Ces poissons hôtes sont parasités pendant quelques mois. Puis la larve se transforme en un petit bivalve d'un demi-millimètre de long qui se détache de l'hôte pour se fixer au fond de l'eau.



📌 La population française de Mulette perlière compte aujourd'hui environ 100 000 individus, principalement localisés dans le Massif Central et dans le Morvan. Ce bivalve atteint sa taille adulte en une vingtaine d'années, et peut vivre plus de 100 ans !

Caractéristique : Mollusque bivalve d'eau douce bio-indicateur de la qualité des cours d'eau.

Nom latin: *Margaritifera margaritifera*

Taille : jusqu'à 16 cm de long, pour une largeur de 4 à 5 cm

Localisation : en Haute-Loire et en Lozère, l'espèce est connue dans l'Allier, la Truyère, le Chapeauroux et certains affluents de ces cours d'eau.

@S.VALENTIN

SAUMON ATLANTIQUE

Le Saumon atlantique est un poisson migrateur de l'océan Atlantique Nord. Son corps élancé et puissant est parfaitement adapté à la nage à contre-courant. Sa robe est argentée sur le ventre, gris ardoise sur le dos avec de nombreuses petites taches noires au-dessus de la ligne latérale.

Les femelles déposent leurs ovules dans le gravier des rivières à eaux vives et fraîches, peu profondes, parfois à près de 1000 km de l'estuaire. Ils sont immédiatement fécondés par la semence du mâle. L'alevin (de novembre au printemps suivant), le tacon ou parr (de 4 à 12 cm) et enfin le smolt (12 à 18 cm) passe les 2 ou 3 premières années de sa vie dans ce cours d'eau. Les smolts dévalent les cours d'eau jusqu'à la mer pour atteindre leur zone de croissance situées au large de la Norvège ou du Groenland. Là, leur poids double environ chaque année. Après 2 à 3 étés passés en mer, ces adultes remontent les fleuves pour atteindre le cours d'eau qui les a vus naître. Ils ne se nourrissent pas pendant cette période. Seulement quelques % survivront à la reproduction et réaliseront un autre cycle.



@P. BAFFIE

Le saumon atlantique est en régression continue depuis plus d'un siècle. La surpêche, la pollution de l'eau, la dégradation chimique et physique des rivières et la construction de barrages entravant la migration ont les principales causes cumulatives de ce déclin.

🔔 A la fin du 19^e et au début du 20^{ème} siècle, le saumon était si abondant en France que dans certaines grandes villes un arrêté préfectoral ou une clause du contrat de travail interdisait que l'on serve du saumon plus de 3 fois par semaine aux employés. En 2022, seulement 245 saumons adultes ont été dénombrés à l'un des 3 points de comptage de la rivière Allier (pont-barrage de Vichy), soit le cinquième des effectifs des années 1970-80...

Caractéristiques. Poisson migrateur de la famille des Salmonidés.

Nom latin: *Salmo Salar*

Taille : jusqu'à 1,2 m pour les femelles et 1,5 mètre pour les mâles

Poids : jusqu'à 25 kg, record de 35,89 kg

Longévité : entre 9 et 11 ans au maximum

L'Ecrevisse à pattes blanches (ou Ecrevisse à pieds blancs)

Ce crustacé est l'une des 4 espèces d'écrevisse indigènes fréquentant les eaux douces de France métropolitaine. L'Ecrevisse à pieds blancs présente l'aspect d'un petit homard de couleur variable, du brun verdâtre au bronze. La face ventrale est blanchâtre, notamment au niveau des pinces, d'où son nom.

C'est une espèce très exigeante quant à la qualité de son habitat, qui consiste en milieux aquatiques aux eaux claires, peu profondes, d'excellente qualité, très bien oxygénée, neutre à alcaline, assez riche en calcium (indispensable pour la formation de la carapace lors de chaque mue), avec une température relativement constante (15-18°C). La présence d'abris pour se protéger des crues ou des prédateurs est importante (blocs, sous-berges avec des racines...).

L'espèce a très fortement régressé en France depuis le 19^{ème} siècle. Elle est inscrite dans la catégorie « en danger d'extinction » dans la liste rouge mondiale, et dans la catégorie « Vulnérable » dans la liste rouge française. Sa disparition de nombreux cours d'eau résulte de la dégradation de ses biotopes aquatiques mais aussi de l'introduction d'espèces exotiques, et notamment d'écrevisses américaines. Ces dernières sont en effet plus compétitives et de potentiellement porteuses saines d'un champignon pathogène (« peste des écrevisses ») qui peut décimer des populations entières.

Les écrevisses à pattes blanches atteignent leur maturité sexuelle à l'âge de 3 à 4 ans.



@M. QUIOT

👉 Omnivore, l'Ecrevisse à pattes blanches se nourrit majoritairement de végétaux (60 à 80%), mais aussi d'algues, de petits crustacés, de larves d'insectes aquatiques, de têtards, de mollusques, de petits poissons et de cadavres d'animaux.

Caractéristique : Crustacé d'eau douce indigène, à l'activité principalement nocturne

Nom latin: *Austropotamobius pallipes*

Taille : 8 à 9 cm pour le corps, maximum 12 cm.

Poids : maximum 90 gr.

Localisation : l'Allier et plusieurs affluents de ce cours d'eau en Haute-Loire et en Lozère, dont le Chapeauroux.

Milieux agricoles ouverts

Milan Royal

Le Milan royal est un habitant typique des paysages vallonnés où alternent prairies, cultures et boisements. En vol, cet élégant rapace diurne se reconnaît facilement à sa queue rousse échancrée et à l'extrémité de ses ailes blanches et noires. Son mode de chasse est un vol d'exploration louvoyant à quelques dizaines de mètres de hauteur.

Son régime alimentaire est varié, et inclut petits rongeurs, oiseaux, poissons, lézards, amphibiens, insectes et même lombrics dans les champs labourés. Volontiers charognard, il se nourrit aussi beaucoup de déchets organiques ou de cadavres d'animaux prélevés au bord des routes ou dans les décharges.

Le nid est construit à la fourche d'un arbre. En plus des branches et brindilles, il inclut souvent des bouts de papiers, de plastiques ou de tissus. Entre mi-mars et fin avril, la femelle y dépose 2 à 3 œufs. Le mâle nourrit la femelle durant toute la phase d'incubation qui dure en moyenne 38 jours. Les poussins restent au moins au nid 40 à 60 jours selon la taille de la nichée et la disponibilité alimentaire.. Ils se reproduiront eux-mêmes à l'âge de 3 ans. Les populations les plus nordiques et les plus continentales hivernent en Espagne et dans le sud-ouest de la France. A cette époque, les oiseaux se rassemblent le soir en dortoirs pouvant réunir plusieurs dizaines à plusieurs centaines d'oiseaux.



@M. QUIOT

🔔 Le Milan royal est une espèce dont la distribution mondiale est circonscrite au continent européen, selon une bande reliant l'Espagne à la Biélorussie. L'Allemagne, la France, l'Espagne, la Suisse et la Suède accueillent près de 90% de la population mondiale. La population nicheuse en France est comprise entre 2 300 et 3 000 couples nicheurs.

Caractéristiques : rapace diurne endémique du continent européen.

Nom latin : *Milvus milvus*

Taille : 59 à 66 cm

Envergure : 145 à 170 cm

Poids : 800 à 1050 g pour le mâle, 950 à 1300 g pour la femelle

Longévité : le record est détenu par une femelle de 26 ans

FLORE SECTEUR VELAY

Le Pin sylvestre

Milieus boisés

Le Pin sylvestre se reconnaît facilement à son port droit, à son feuillage vert-grisâtre disposé en nappes et surtout à son écorce de couleur ocre ou saumonée dans le haut du tronc.

La fin de la transhumance ovine, la déprise agricole, l'exode rural et les deux guerres mondiales ont contribué à l'expansion naturelle et massive de cette essence dans le Massif central depuis près d'un siècle. C'est en effet un arbre qui montre un fort pouvoir de colonisation des espaces ouverts abandonnés par l'agriculture.

Ce succès réside dans sa grande frugalité et sa large amplitude écologique. Ainsi, ce pin indigène ne craint ni les grands froids, ni les gelées printanières. Il peut se contenter de seulement 3 mois de végétation, présente une bonne résistance aux sécheresses estivales, tolère très bien les sols pauvres et croît aussi bien sur des sols calcaires que granitiques.



Le Pin sylvestre est une essence nomade (les graines ailées sont transportées par le vent) et pionnière qui a besoin de pleine lumière à tous les stades de développement. Il se régénère ainsi très mal sous lui-même, et sera remplacé à long terme par la hêtraie qui constitue l'état final de la succession écologique de la plupart des stations forestières dans le Massif Central, stade dit « climacique ».

@M. QUIOT

🔔 Du fait du jeune âge des peuplements, les arbres de plus de 3,5 m de circonférence (110 cm de diamètre) sont très rares et sont recensés par quelques passionnés. On en trouve aussi bien sur les causses qu'en Margeride. Ouvrez l'œil !

Caractéristique : Espèce d'arbre de la famille des Pinacées, pionnière et colonisatrice.

Nom latin: *Pinus sylvestris*

Taille : Ne dépasse pas 25 mètre en général, mais peut atteindre 40 m de haut.

Longévité : en général de 150 à 200 ans, mais peut exceptionnellement vivre plus de 600 ans.

Localisation : très répandu dans tous le massif central.

L'Épilobe en épi

Milieux aquatiques et humides

L'Épilobe en épi, également appelé Épilobe à feuilles étroites ou Laurier de Saint-Antoine est une plante herbacée vivace du genre *Epilobium*, répandue dans tout l'hémisphère nord. Impossible de rater cette haute plante de juillet à septembre, quand elle colore de rose pourpre tous les terrains dégagés. C'est en effet une pionnière qui colonise rapidement les zones ouvertes et humides où il y a peu de concurrence, typiquement les coupes forestières, les clairières, les lisières, les talus de chemin ou les fossés humides. Elles perdurent dans ces habitats tant qu'elles disposent de beaucoup de lumière.

Les fleurs assez grandes (jusqu'à 3 cm de diamètre) ont 4 pétales étalés en croix. Elles s'épanouissent en longues grappes terminales au sommet des hautes tiges. Les graines sont prolongées par des poils soyeux qui facilitent leur dispersion par le vent.



🔔 Les rhizomes bouillis ont pu constituer dans les campagnes un aliment de substitution en périodes de disettes : réduits en poudre, ils servaient à faire des galettes remplaçant le pain. Les jeunes pousses issues des bourgeons portés par la tige souterraine sont comestibles après avoir été blanchies comme les asperges (d'où les anciens noms vernaculaires d'Asperge des bois ou d'Aspergette). Autrefois, les feuilles étaient utilisées en tisane pour traiter les migraines, les troubles du sommeil, les troubles gastriques ou respiratoires et la constipation. Ces usages peuvent être expliqués par la forte teneur en tannins, mucilage, phytostérols et acides triterpéniques dans les parties fleuries et les feuilles.

@M. QUIOT

Caractéristique : haute plante vivace à souche rampante de la famille des Onagracées dont les feuilles effilées ressemblent vaguement à celles du Laurier *Laurus nobilis*.

Nom latin: *Epilobium angustifolium*

Taille : de 0,5 à 2,5 m de haut.

Localisation : bord des chemins, clairières, talus, fossés....

L'Œillet du granite

Milieux rocheux



@M. QUIOT

L'Œillet du granite est une herbacée vivace endémique du Massif Central, présente notamment en Margeride, dans les Cévennes et sur l'Aigoual. Les fleurs, au nombre de 1 à 5 sont portées au sommet de tiges grêles gazonnantes et souvent ramifiées. Elles sont roses pourpre (comme chez plusieurs autres œillets). Les pétales ne se recouvrent pas. Cette plante fleurit de juin à août.

Cette caryophyllacées pousse en pleine lumière en stations chaudes, sur des sols siliceux rocheux ou rocailleux, pauvres en nutriments et moyennement riches en matière organique.

On trouve ainsi l'Œillet du granite principalement sur des replats de falaises, dans des pelouses rocailleuses ou sur des rochers ou des dalles granitiques ou schisteuses bien exposées, où il se développe en tapis souvent assez dense et fleuri.

👉 Bien que non menacée dans sa petite aire de présence, la cueillette de cet œillet est réglementée dans plusieurs départements.

Caractéristique : Plante herbacée vivace endémique du Massif Central.

Nom latin: *Dianthus ganiticus*

Taille : tiges de 10 à 40 cm.

Localisation : à rechercher sur les pentes rocheuses granitiques ou volcaniques

Le Thé d'Aubrac

Milieux

Le Thé d'Aubrac, également appelé Calament à grandes fleurs ou Sariette à grande fleurs, est une plante bien connue dans les monts d'Aubrac. Elle présente toutefois une aire de distribution bien plus vaste, qui inclut la plupart des massifs montagneux du sud de l'Europe, ainsi que l'Asie occidentale et l'Algérie. Elle est généralement peu commune.

Haute de 20 à 50 cm, la tige porte des feuilles dentées triangulaires ou ovales pointues ressemblant à celles de l'ortie. Les fleurs sont groupées sur un même pédoncule par 1-5 à l'aisselle des feuilles supérieures. Elles sont orientées plus ou moins perpendiculairement à la tige. La corolle tubulaire,

longue de 2 à 4 cm, est pourpre-violette avec une lèvre trilobée. Le calice est long de 11 à 16 mm. Le Thé d'Aubrac fleurit de juillet à septembre selon l'altitude.



Le Thé d'Aubrac est une plante caractéristique des hêtraies, mais peut aussi se rencontrer dans les sapinières ou les érablaies ou, aux plus basses altitudes, dans des chênaies ou des châtaigneraies claires. Elle affectionne les sols basiques riches en humus, en stations fraîches de demi-ombre.

@M. QUIOT

📌 Le Thé d'Aubrac est une plante aromatique qui exhale un parfum agréable de menthe citronnée. Dans les monts d'Aubrac, la plante s'utilise en infusions, d'où son nom. Il existe également d'autres produits dérivés, tels que des liqueurs et des sirops. Elle peut aussi servir à aromatiser les desserts ou les boissons rafraîchissantes et peut remplacer la menthe par exemple dans un taboulé. Le menthol et les terpènes contenus dans la plante présenteraient des vertus stimulantes, stomachique (= qui favorise le fonctionnement de l'estomac et la digestion) et carminative (= qui réduit la production de gaz dans l'intestin).

Caractéristique : plante herbacée de la famille des Lamiacées.

Nom latin: *Clinopodium grandiflorum* (anciennement *Calamintha grandiflora*)

Taille : 20 à 50 cm

Localisation : hêtraies de Margeride, dans les clairières ou au bord des chemins