



AVERTISSEMENT

Ce document est le fruit d'un long travail approuvé par le jury de soutenance et mis à disposition de l'ensemble de la communauté universitaire élargie.

Il est soumis à la propriété intellectuelle de l'auteur. Ceci implique une obligation de citation et de référencement lors de l'utilisation de ce document.

D'autre part, toute contrefaçon, plagiat, reproduction illicite encourt une poursuite pénale.

Contact : ddoc-theses-contact@univ-lorraine.fr

LIENS

Code de la Propriété Intellectuelle. articles L 122. 4

Code de la Propriété Intellectuelle. articles L 335.2- L 335.10

http://www.cfcopies.com/V2/leg/leg_droi.php

<http://www.culture.gouv.fr/culture/infos-pratiques/droits/protection.htm>

EXCLU
DU
PRET

Robert NOVARETTI

CONTRIBUTION A L'ETUDE
DES MEDICAMENTS
D'ORIGINE VEGETALE
CONSTITUANT
LA MEDECINE POPULAIRE
DE
LA VALLEE DE L'UBAYE
(ALPES DE HAUTE-PROVENCE)

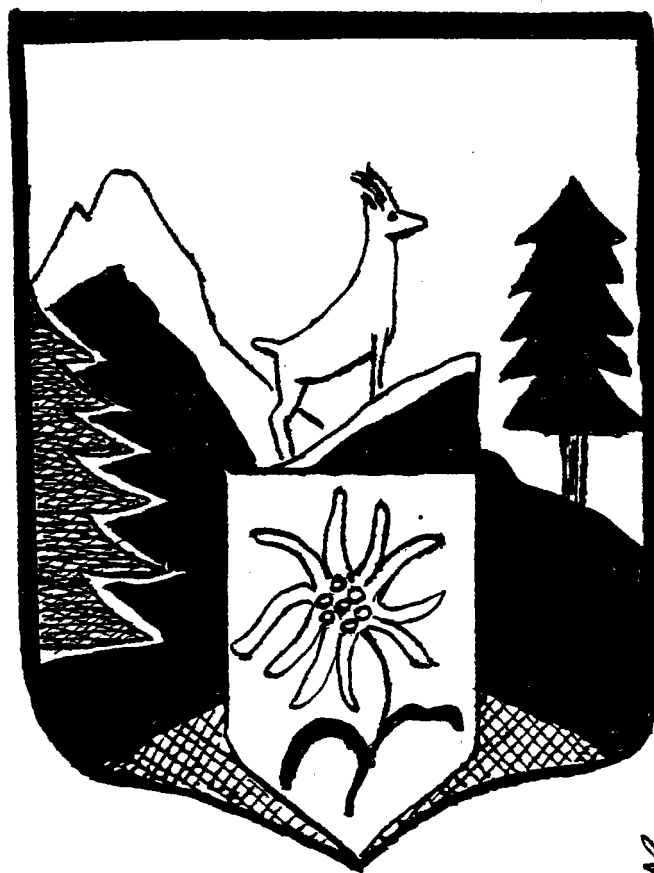
TOME II

Thèse pour obtenir le grade
de
Docteur de l'Université de Metz

Mention Ecologie

Metz 1983

ETUDE DE LA
PHARMACOPEE
TRADITIONNELLE
DE LA
VALLEE DE L'UBAYE



PLANTAIN COMMUN
PLANTAGO MAJOR L.
PLANTAGINACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (feuille)
- * NOMS VERNACULAIRES : Grand-plantain, Plantain majeur, Plantain à grandes feuilles, Plantain à bouquet.
- * ETYMOLOGIE : du latin "planta", plante du pied, par allusion à la forme des feuilles de certaines espèces.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, de 10 à 50 cm de hauteur, glabrescente ou pubescente, à souche courte, brune et épaisse. Les hampes florales sont dressées ou ascendantes, non striées et elles égalent ou dépassent les feuilles. Les feuilles sont toutes en rosettes, épaisses, largement ovales, à pétiole long, un peu ailé. Elles sont parcourues par 3 à 11 nervures principales, fortes, qui se rapprochent entre elles vers le haut du limbe qui est entier ou sinué - denté sur les bords. Les fleurs groupées, en épis allongés, cylindriques, serrés, se montrent depuis le mois de Mai jusqu'en Septembre dans les lieux incultes au bord des chemins, dans les champs pierreux et parfois dans ceux qui sont cultivés. Le calice herbacé, présente 4 divisions profondes, ovales et arrondies.

La corolle, grisâtre ou un peu rougeâtre, présente un tube lisse, glabre, et elle est divisée en 4 lobes obtus à leur sommet. Il y a 4 étamines qui sont insérées à la base du tube de la corolle. Les bractées qui accompagnent les fleurs sont concaves, ovales -obtus, un peu scarieuses, vertes sur le dos et égalent la moitié de la longueur des sépales.

Le fruit est une capsule à 2 loges qui renferment de 8 à 16 graines petites et anguleuses.

L'espèce à feuilles minces, molles, parcourues par 3 à 5 nervures principales est le PLANTAGO MAJOR Variété INTERMEDIA Dene ou PLANTAGO INTERMEDIA Gilib., dont les hampes sont arquées, ascendantes à épis courts.

Le PLANTAGO MINIMA D.C. est une autre variété qui a pour caractéristique d'avoir des épis ovoïdes à fleurs peu nombreuses et à hampes dressées.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce est commune ou très commune en France ; elle préfère quelquefois les sols calcaires, mais peut croître sur tous les terrains. Le plantain major peut s'élever jusque dans la zone subalpine même parfois dans la partie inférieure de la zone alpine. On le trouve dans presque toute l'Europe, ainsi qu'au Nord, au Centre et à l'Ouest de l'Asie, en Afrique du Nord et en Amérique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Racine, feuille, graine

Usage interne

Astringent

Dépuratif

Calmant

Adoucissant

Usage externe

Vulnéraire

	PLANTAGO MAJOR L.	PLANTAGO MEDIA L.	PLANTAGO LANCEOLATA L.
INFLORESCENCE	allongée, cylindrique, un peu lâche à la base	oblongue ou cylindrique blanchâtre, compacte	ovoïde ou oblongue sans poils
COROLLE	grisâtre, sans poils à lobes obtus	blanche, sans poils à lobes ovales	blanche, sans poils, à lobes ovales
ANTHERES	brunes à filets un peu saillants	blanches, à filets lilacés très saillants	blanches
BRACTEES	ovales - obtuses, un peu scarieuses, verte sur le dos égalant la moitié des sépales arrondis	ovales - obtuses largement scarieuses vertes sur le dos plus courtes que les sépales arrondis	ovales - acuminées noirâtres sur le dos
FEUILLES	en rosette, épaisses largement ovales ; à pétiole assez long, un peu ailé	étalées en rosette pubescentes sur les 2 faces largement ovales ou elliptiques à pétiole large et court 5-9 nervures	presque sans poils, parfois un peu laineuses, lancéolées - acuminées, atténuées en long pétiole, dressées 3-7 nervures fortes
FRUITS	capsule à 8-16 graines petites anguleuses	capsule à 2 graines planes et convexes	capsule à 2 graines oblongues, canaliculées à la face interne et lisses

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Aigreurs d'estomac (décoction)
- Asthme humide (décoction)
- Bronchite (décoction)
- Catarrhe chronique des bronches (décoction)
- Catarrhe des voies digestives "
- Catarrhe des voies urinaires "
- Coliques hépatiques (décoction)
- Constipation (décoction)
- Coryza (décoction)
- Crachement de sang (décoction dans du vin)
- Diarrhée, diarrhée infantile, dysenterie (décoction)
- Entérite, entérocolite (décoction)
- Hématurie (décoction)
- Hémophilie (décoction)
- Hémorragie pulmonaire (décoction)
- Inappétence (décoction)
- Incontinence d'urine (décoction)
- Inflammation (décoction)
- Jaunisse (décoction)
- Lupus (décoction de feuilles)
- Néphrite (décoction)
- Tuberculose (décoction)

2. Usage externe

- Acné (lotion de décoction de feuilles)
- Cicatrisation (cataplasme de feuilles fraîches, trempées dans l'eau bouillante)
- Coupure
- Conjonctivite, blépharite (bain d'yeux de décoction de feuilles avec infusion de fleurs de mellilot et de bleuet)
- Dartres, herpès (plantain pilé en emplâtre fréquent)
- Ecchymose (cataplasme de feuilles)
- Escarres " "

- Laryngite, pharyngite, trachéite (gargarisme de la décoction de racines)
- Maux de gorges (gargarisme de la décoction de racines)
- Morsure de vipère (cataplasme de plantain)
- Plaies vives, infectées (cataplasme de feuilles fraîches)
- Stomatite (gargarisme de décoction de racines)
- Ulcères variqueux (cataplasme de feuilles fraîches trempées dans de l'eau bouillante).

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

PLANTAGO MAJOR Variété INTERMEDIA Dene.

Champs, prairies, bords des chemins, sentiers et routes.
Lieux frais et incultes.

Basse-Ubaye

Champcelas
Le Lauzet/Ubaye
Champanastay
Le Martinet
Saint-Barthélémy
Méolans

Moyenne-Ubaye

Les Thuiles
Saint Laurent de Fours
Uvernet
Faucon
Jausiers

Haute-Ubaye et Ubayette

Saint-Paul/s/Ubaye
Vallon de Maurin
Saint-Antoine
Serennes
Vallon de Fouillouze
La Condamine-Châtelard
Meyronnes
Saint-Ours
Larche
Vallon du Lauzanier

2. NOMS VERNACULAIRES

- Plantalh
- Plantales (Basse-Ubaye)
- Coutelèna (Basse-Ubaye)
- Plantain

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

- Herba de las cinq costas
- Plantage
- Plantagea
- Plantagi
- Plantalh

(Ety. du latin Plantago que Pline fait dériver de planta et de tangere, plante douce, agréable au toucher).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

- Vulnéraire
- Cicatrisant
- Ophtalmique
- Astringent
- Résolutif

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Du mois de Mai à Novembre, on ramasse les feuilles suivant les besoins du moment.

B/ Propriétés

1. Usage interne

. Cystite : infusion de feuilles

Anti-diarrhéique :

- . Diarrhée des bébés : infusion des feuilles
- . Diarrhée : plantain major en infusion ou en décoction

2. Usage externe

- . Cicatrisant : sur les plaies l'application de la décoction les guérit au bout de 3 jours.
- . Hémostatique : sur les coupures, on emploie les feuilles fraîches en application
- . Adoucissant : en bains de bouche contre les irritations
en bains d'yeux contre la conjonctivite
- . Sur les ulcères des jambes : compresse d'eau de plantain
cataplasme de feuilles pilées
- . Calmant : sur une piqûre d'abeille ou de guêpe : on frotte une feuille fraîche.

3. Usage vétérinaire

Astringent : breuvage d'une décoction de feuilles de plantain, de toutes sortes pour cicatriser une coupure de langue due à un jonc, 2 litres dans un seau, lors de la traite le matin et le soir pendant au moins une semaine.

PLANTAIN LANCEOLE
PLANTAGO LANCEOLATA L.
PLANTAGINACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (feuille)
- * NOMS VERNACULAIRES : Herbe à cinq coutures, Herbe à cinq côtes, Bonne-femme, Herbe au charpentier, Lancéolé, Oreille de lièvre, Petit plantain, Plantain étroit, Plantain rond, Tête noire.
- * ETYMOLOGIE : du latin "planta", plante du pied, par allusion à la forme des feuilles de certaines espèces.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace de 10 à 60 cm, verte, qui noircit lorsqu'on la dessèche. La souche est verticale, courte et produit de nombreux rejets.

Les hampes florales sont anguleuses, creusées par 5 sillons longitudinaux, pubescents ou glabrescents et dépassent de beaucoup les feuilles.

Les feuilles sont toutes à la base ordinairement dressées, lancéolées et aiguës au sommet, atténuées en un long pétiole grêle, parcourues par 3 à 5 nervures fortes ; ces feuilles sont presque sans poils ou parfois un peu laineuses.

Les fleurs dont la corolle est blanchâtre, s'épanouissent depuis le mois

de Mai jusqu'au mois d'Octobre, dans les champs, les pâturages, sur les talus et au bord des routes ou des chemins. Ces fleurs sont disposées en épis globuleux ou ovoïdes ou oblongs, presque sans poils sauf sur le dos des bractées, lesquelles sont largement ovales, acuminées, noirâtres sur le dos et membraneuses sur les côtés. Le calice présente ses 2 sépales latéraux en carène sur le dos et un peu poilus ; la corolle est sans poils, à tube lisse et à lobes ovales -aigus. Les anthères sont blanches. Le fruit est une capsule qui contient deux graines oblongues, canaliculées à la face interne.

C'est une espèce polymorphe, les principales variétés sont :

PLANTAGO DECUMBENS Bernh

PLANTAGO TIMBALI Jord

Variété MONTANA G.G.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce est commune ou très commune en France et peut s'élever jusque dans la zone alpine. Elle est répandue dans presque toute l'Europe, en Asie, en Afrique du Nord. Elle est aussi naturalisée dans presque toutes les contrées tempérées.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

Les racines et les feuilles s'emploient comme celles du Plantain commun et Plantain moyen.

Anti-inflammatoire

Anti-bactérien.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Prairies, champs, pâturages

Basse-Ubaye

Champs de Costeplane
" du Pruneyret
" de Champanastay
" du Gâ
" du Martinet
Près-bois de Montagnac

Moyenne-Ubaye

Champs de Barcelonnette
Près-bois d'Enchastrayes
Près-bois d'Uvernet
Prairies de Bayasse (col de la Cayolle)
Champs de Faucon
Champs de Jausiers
Près-bois de Saint Flavy
Prairies du Lans

Haute-Ubaye et Ubayette

Champs de Meyronnes
Prairies de Sainte Anne la Condamine
Prairies de Saint Paul/s/Ubaye
Champs de Maurin
Près-bois de la Condamine-Châtelard

2. NOMS VERNACULAIRES

Plantal
Coutelêts
Plantain

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Propriétés analogues aux autres plantains. Il a été usité dans les catarrhes des voies respiratoires.

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Ce plantain est utilisé dans les mêmes indications que le plantain major.

PLANTAIN MOYEN
PLANTAGO MEDIA L.
PLANTAGINACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (feuille)
- * NOMS VERNACULAIRES : Plantain moyen, Langue d'Agneau, Plantain bâtard, Plantain blanc.
- * ETYMOLOGIE : du latin "planta", plante du pied, par allusion à la forme des feuilles de certaines espèces.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, de 20 à 50 cm , pubescente - blanchâtre, à souche courte et brune. Les hampes florales sont redressées, arrondies, finement striées, couvertes de poils mous.

Les feuilles n'atteignent leur développement complet qu'au bout de deux ans ; elles sont d'abord petites, sans pétiole et placées à l'intérieur de la rosette puis ces feuilles deviennent grandes, largement ovales ou elliptiques, étalées, à pétiole large et court et elles sont parcourues par 5 à 9 nervures.

Les fleurs, à corolle blanche et luisante argentée, se montrent depuis le mois de Mai jusqu'au mois de Septembre et parfois encore en Octobre, dans les prairies, les pelouses sèches et au bord des chemins. Elles sont disposées en un épi cylindrique, le plus souvent allongé, assez serré d'un

aspect verdâtre tacheté de blanc.

Le calice est formé par 4 sépales arrondis au sommet ; la corolle, sans poils, dont le tube est lisse, présente 4 lobes ovales. Les étamines ont des filets d'une teinte lilacée et les anthères sont blanches. Les bractées qui accompagnent leurs fleurs, sont petites, ovale-obtuses largement scarieuses, blanches sur les bords, vertes sur le dos et plus courtes que les sépales.

Le fruit est une capsule à 2 graines planes et convexes.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce préfère assez souvent les terrains calcaires, s'élève jusque dans la zone alpine. Elle est commune ou assez commune en France mais parfois rare sur le littoral méditerranéen et manque en Bretagne. On la rencontre dans presque toute l'Europe, ainsi qu'au Nord et à l'Ouest de l'Asie. Elle est aussi naturalisée dans l'Amérique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

Cette espèce possède des propriétés anti-inflammatoires et anti-prurigineuses.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Partout dans la vallée jusqu'à la zone alpine.

Moyenne-Ubaye

Prairies de Soleille-Boeuf
Prairies du Vallon de Clapouse
Prairies de Miraval (Les Thuiles)
Pelouses des Agneliers

Haute-Ubaye

Près-bois de la forêt du Lauzon

2. NOMS VERNACULAIRES

Ourelhétas
Plantain

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Herba à cinq costas
Aurelhetas (Ety. à cause de la ressemblance qu'ont ses
feuilles avec les oreilles (aurelh) de quelques
animaux).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Feuille

Astringent
Anti-ophtalmique
Vulnéraire

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Le plantain moyen a les mêmes usages que les
autres plantains.

POIREAU ou PORREAU

ALLIUM PORRUM L.

LILIACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : non inscrit

* NOM VERNACULAIRE : Poireau

* ETYMOLOGIE : du mot celtique "all" qui signifie brûlant.

* DESCRIPTION :

C'est une plante bisannuelle ou vivace, à tige pleine, dressée et dont le bulbe est allongé, renflé à la base et revêtu d'enveloppes membraneuses.

Elle est très communément cultivée dans les jardins et en plein champ dans la culture en grand.

Les feuilles qui alternent sur 2 rangs, sont un peu glauques, longuement engainantes, à limbe allongé large, plié en gouttière sur la face supérieure, atténué en pointe au sommet, d'abord étalé-dressé puis recourbé. Les fleurs roses ou lilacées parfois blanches forment une grosse ombelle arrondie, enveloppée avant la floraison dans une bractée verte. Les sépales et les pétales sont munis sur le dos d'une carène rugueuse. Les filets des étamines opposées aux sépales sont atténués de la base au sommet, ceux des étamines opposées aux pétales sont aplatis et portent 3 pointes tortillées. Le style est plus court que les étamines qui dépassent le calice et la corolle.

*DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

On cultive cette plante et ses nombreuses variétés comme légume en France, Suisse et Belgique.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Usage interne

Diurétique
Expectorant
Emollient efficace
Dépuratif

Usage externe

Détersif
Résolutif
Astringent
Emollient

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Arthrite (aliment)
- Artériosclérose (aliment)
- Bronchite (aliment)
- Dyspepsie (aliment)
- Dysurie (décoction de graines)
- Enrouement, laryngite, pharyngite, trachéite (bouillon ou sirop)
- Hydropisie (tisane)
- Goutte (aliment)
- Gravelle (tisane, décoction de graines)
- Inflammations aiguës (bouillon ou sirop)
- Lithiase (aliment)
- Obésité (aliment)

- Pierre (tisane)
- Rétention d'urine (tisane)
- Rhume (bouillon ou sirop)

2. Usage externe

- Abscess (cataplasme)
- Furoncle (cataplasme)
- Embarras du gros intestin (lavement)
- Enflures dues aux rhumatismes ou à la goutte (cataplasme)
- Lumbagos (cataplasme)
- Panaris (cataplasme)
- Piqûres d'abeille ou de guêpe (cataplasme)
- Rétention d'urine (cataplasme)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Cultivé dans les potagers.

2. NOMS VERNACULAIRES

Pouari

Pouèri

Poireau

NOM VERNACULAIRE EN PROVENCE

Porri

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Rafraîchissant

Diurétique

Anthelminthique (toenifuge)

Emollient

Autre usage

Alimentaire

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A) Parties utilisées, récolte

Cette plante est cultivée dans les potagers.

B) Propriétés

Usage interne

Digestif : infusion de feuilles

Dépuratif : cure de poireaux en salade ou dans la soupe, au printemps

Diurétique : infusion de feuilles et de blanc de poireau

Usage externe

Vulnérable : cataplasme de feuilles sur un abcès ou sur un panaris

Morsures de vipères : partager le blanc en deux et l'appliquer sur la morsure. On dit aussi "qu'il faut prendre 3 herbes différentes "qui pourraient être : le poireau, le plantain et une feuille de bardane!" Ces feuilles seraient écrasées pour en obtenir du jus que l'on verserait sur la blessure.

Usage vétérinaire

Digestif : lorsqu'une vache ne rumine pas, il faut lui faire boire une tisane de fanes de poireau.

PRELE DES CHAMPS
EQUISETUM ARVENSE L.
EQUISETACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972 supplément 1974 (plante entière)

- * NOMS VERNACULAIRES : Queue de cheval, Queue de renard, Queue de chat,
Queue de rat, Petite prêlé, Asprelle, Gannetrole,
Verrine, Herbe à écurer

- * ETYMOLOGIE : EQUISETUM du latin "equus", cheval, SETUM, soie, crin, parce
que ces plantes ressemblent à une queue de cheval.

- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, sans fleurs, assez grêle, à tige souterraine qui donne naissance à deux sortes de tiges aériennes. Cette espèce croît dans les champs, les prés et les endroits sablonneux humides. Les tiges fertiles ou tiges à sporanges apparaissent les premières au printemps ; elles sont dressées, hautes de 10 à 25 cm, simples, lisses, d'un brun rougeâtre, munies de gaines brunes, espacées, ventrues et lâches. Ces tiges se dessèchent après la maturité des spores. Les sporanges se forment pendant les mois de Mars et d'Avril et sont placés à la face inférieure de petites feuilles modifiées en écailles peltées ayant la forme de clous et verticillées par 4-9 sur plusieurs rangs superposés qui forment

un épi terminal médiocre, 2 à 4 cm sur 6-10 mm, roussâtre, oblong - cylindrique et obtus. Ces sporanges s'ouvrent à maturité par une fente longitudinale. Les spores sont très nombreuses, globuleuses, libres, entourées chacune de 4 filaments élastiques, dilatés en spatule au sommet, d'abord roulés en spirale autour de la spore puis se déroulant avec élasticité sous l'influence de la sécheresse. Ces filaments appelés élatères facilitent la dissémination des sporanges.

Les tiges stériles dont la taille varie de 20 à 60 cm sont d'un vert - pâle, dressées ou redressées, marquées de 8 à 12 sillons profonds, rudes au toucher, creusées d'une petite cavité centrale et munies aux noeuds de gaines lâches, assez profondément divisées de 8 à 12 dents brunes, effilées et lancéolées - acuminées. Ces tiges portent dans leur partie supérieure des verticilles espacés de rameaux ordinairement simples, grêles, longs, étalés - dressés, pleins à 4 côtes tranchantes séparées par de profonds sillons. La gaine de la base des rameaux est grisâtre ou brunâtre. Les tiges stériles persistent pendant toute la durée de l'été.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

La prêle est commune en général en France et elle s'élève dans les montagnes jusque dans la zone subalpine. On la trouve également en Europe, en Asie, en Afrique et en Amérique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Parties aériennes

Usage interne

Astringent
Diurétique
Hémostatique
Propriétés reminéralisantes
Antituberculeux

Usage externe

Détersif
Résolutif
Antiseptique

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Adénites (décoction)
- Aigreurs d'estomac (décoction)
- Anémie (décoction)
- Artériosclérose (décoction)
- Asthme (décoction)
- Calculs hépatiques et biliaires (décoction)
- Calculs urinaires (décoction)
- Cancer de l'estomac; prévention (décoction)
- Cirrhose du foie (décoction)
- Coliques néphrétiques (décoction)
- Crachements de sang (suc frais ou décoction)
- Croûtes de lait (décoction)
- Cystite (décoction)
- Démangeaisons (décoction)
- Diarrhée (suc frais, décoction)
- Dysurie (décoction)
- Epistaxis (suc frais, décoction)
- Glycosurie (suc frais, décoction)
- Hématurie (suc frais, décoction)
- Hémophilie (suc frais, décoction)
- Hémorragie (suc frais, décoction, poudre)
- Hydropisie (décoction)
- Ictère (décoction)
- Incontinence d'urine, inflammation de la vessie, maladie de la prostate (décoction, suc frais)
- Lupus (décoction)
- Métrorrhagie (suc frais, décoction)
- Obésité (décoction)
- Péricardite (décoction)
- Polypes (décoction)
- Rachitisme (décoction)
- Sueurs nocturnes (décoction)

- Tuberculose (décoction)
- Ulcères variqueux (suc frais, décoction)
- Vomissements (décoction)

2. Usage externe

- Anthrax (lotion)
- Dartre, herpès (lotion)
- Eczéma (lotion)
- Gravelle (bains de vapeur)
- Inflammation des yeux (lotion)
- Maux de gorge (gargarisme)
- Ophtalmie (lotion)
- Otite (compresse)
- Plaies putrides (compresse)
- Teigne (bain, lotion)
- Transpiration fétide (bain)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Lieux humides : sagnes, sources, prairies et champs marécageux.

Basse-Ubaye

Prairies marécageuses de Montagnac
Champs marécageux du Lauzet/Ubaye
Sources de l'Adroit du Lauzet : le Gâ, Dramonasc,
Costeplane, Champcontier
Le Colombier au Lauzet/Ubaye
Prairies marécageuses du Vallon du La verq

Moyenne-Ubaye

Lieux humides de Bouzoulières
Lieux humides d'Uvernet
Lieux humides de Faucon

Haute-Ubaye

Prairies marécageuses de St Anne la Condamine
Champs marécageux des Sagnières
Champs du Pas de Grégoire
Champs des Gleizolles
Prairies marécageuses de la Forêt du Lauzon
Prairies du Vallon du Lauzanier

2. NOM VERNACULAIRE

Prêle

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Cassauda
Cassoouda
Cassouda

Coussauda

Coussouda .

Escuret

Escureta, Frétadour (frotadour)

(Ety. à cause de la ressemblance qu'ont plusieurs espèces avec une queue de cheval).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Astringent

Hémostatique

Diurétique

Vulnéraire

Indications thérapeutiques

Hémorragies

Saignements de nez

Crachements de sang

Affections rénales

Contre la dysenterie

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

On récolte la plante entière dès le début de la végétation et jusqu'aux premières neiges.

B/ Propriétés

Usage interne

- Antirhumatismal :
- Circulatoire : surtout au printemps
- Dépuratif :
- Hypotenseur :



(infusion)

Usage externe

- Contre les douleurs rhumatismales : placer sur les membres douloureux un cataplasme fait avec des plants de prêle cuits.
- Lumbago : cataplasme

PRIMEVERE OFFICINALE
PRIMULA OFFICINALIS Scop ou Jacq.
et s/esp. PRIMULA SUAVEOLENS Bert
PRIMULACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : 1972 supplément 1974 (feuille, racine)

* NOMS VERNACULAIRES : Coucou, Fleur de coucou, Coqueluchon, Brayette, Primerolle, Primerole, Fleur de Printemps, Brairelle, Herbe de Saint-Paul, Herbe de Saint-Pierre, Printanière, Primevère-jaune, Herbe à la paralysie.

* ETYMOLOGIE : du latin "primus veris", la première fleur du Printemps.

* DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, de 10 à 30 cm de hauteur, dont la tige florifère, dressée et les pédoncules sont couverts de poils courts et serrés.

Les feuilles, toutes à la base de la tige, sont ovales, entières, dentées, gaufrées, ridées - réticulées et brusquement contractées en pétiole sur les bords duquel le limbe se prolonge de part et d'autre. La face inférieure des feuilles est couverte de petits poils qui leur donnent une teinte grisâtre plus rarement blanchâtre ou blanc -cotonneux.

Les fleurs, d'un jaune-vif, marquées de 5 taches orangées, s'épanouissent en Mars-Avril dans les près, les pâturages, les endroits herbeux, les

clairières des bois et sur les talus de toute la France sauf sur le littoral méditerranéen. Ces fleurs sont odorantes, placées au sommet d'une tige, elles dépassent ordinairement les feuilles et sont comme disposées en une ombelle multiflore, toutes tournées d'un même côté. Les fleurs d'une même ombelle fleurissent successivement et non toutes en même temps. Le calice est très renflé, blanchâtre, cotonneux, même sur les angles, divisé jusqu'au quart en lobes ovales - subobtus. La corolle, en forme d'entonnoir, se rétrécissant en tube vers la base, est divisée vers le haut en 5 lobes plus ou moins échancrés, plus courts que le tube. La gorge de la corolle est plissée. Il y a 5 étamines qui ne dépassent pas le tube de la corolle. On trouve des pieds de deux sortes chez cette espèce, les uns ont des fleurs à anthères très développées, situées vers le haut du tube de la corolle et un style peu développé ; les autres ont des fleurs à anthères courtes, situées vers le bas de la corolle et un style plus long que le tube de la corolle.

La sous-espèce PRIMULA SUAVEOLENS Bert. est caractérisée par des feuilles en forme de coeur renversé, plus ou moins fortement blanc - cotonneux sur la face inférieure. La corolle dépasse à peine le calice qui est comme renflé en vessie.

* TABLEAU COMPARATIF (voir tableau page suivante)

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

La primevère officinale est plus fréquente aux basses altitudes et dans les parties peu élevées des montagnes, mais peut se trouver néanmoins dans la zone subalpine et même dans la zone alpine. Elle est commune en général en France et en Europe mais irrégulièrement répartie ; elle manque sur le littoral méditerranéen. La sous-espèce se rencontre le plus souvent dans la zone montagneuse de la région méditerranéenne.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Fleur, feuille, rhizome

	PRIMULA OFFICINALIS Jacq.	PRIMULA ou GRANDIFLORA Lamk P. VULGARIS Huds.	PRIMULA ELATIOR Jacq.
PLANTE	vivace de 10 à 30 cm à hampes et pédicelles tomenteux, dépassant les feuilles dressés après la floraison	vivace de 5 à 15 cm à pédicelles ordinairement radicaux, velus-laineux égalant à peu près les feuilles à la fin de la floraison : couchés	vivace de 10 à 30 cm à hampes et pédicelles velus, dépassant les feuilles, dressés après la floraison
FEUILLES	ovales, brusquement contractées en pétiole, dentées, ridées, réticulées pubescentes grisâtres en dessous	obovales, insensiblement atténuées en pétiole dentées, velues, pâles en dessous ridées - réticulées	ovales -oblongues atténuées ou brusquement rétrécies à la base dentées, ridées - réticulées vertes sur les deux faces
FLEURS	jaune vif avec taches orangées à la base en ombelles multiflores unilatérales	jaune-soufré avec taches orangées à la base dressées, solitaires inodores	jaune-soufré, plus foncé à la base inodores en ombelles multiflores unilatérales
CALICE	très renflé, blanchâtre tomenteux même aux angles divisé jusqu'au quart	vert, velu-laineux sur les angles, divisé presque jusqu'au milieu	non renflé, d'un vert foncé sur les angles brièvement pubescent divisé jusqu'au tiers
COROLLE	limbe concave large de 8 à 12 mm	limbe plan, large de 2 à 3 mm	limbe presque plan large de 12 à 18 mm

- Fleur et feuille

Usage interne

Diurétique
Sudorifique
Laxatif
Calmant
Antispasmodique
Expectorant
Pectoral

- Fleur

Usage externe

Vulnéraire
Hémostatique

B/ Indications thérapeutiques

Usage interne

- Acide urique (décoction de feuilles et fleurs)
- Apoplexie (décoction de feuilles et fleurs)
- Bronchite (décoction de feuilles et fleurs)
- Catarrhes (décoction de feuilles et fleurs)
- Constipation (décoction de feuilles et fleurs)
- Coqueluche (décoction de feuilles et fleurs)
- Diarrhée chronique (décoction de feuilles et fleurs)
- Dysurie (décoction de feuilles et fleurs)
- Goutte (décoction de feuilles et fleurs)
- Grippe, pneumonie, toux (suc ou sirop)
- Inflammation de la vessie et des reins (décoction)
- Migraine, névralgie (décoction)
- Refroidissement (décoction de fleurs et feuilles)
- Rhumatisme articulaire (décoction de fleurs et feuilles)
- Vertige (décoction de fleurs et feuilles)

Usage externe

- Ecchymose (compresse de feuilles, cataplasme de décoction de racines)
- Goutte (cataplasme chaud de feuilles)
- Maux de dent (sternutatoire)
- Migraine, névralgie (sternutatoire, poudre de racines)

Autres usages

- Préparation vineuse (fermentée avec du miel ou du sucre et du citron :
calmante)
- Sorte de thé
- Jeunes feuilles mangées en salade ou légume

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Prairies, pelouses, talus, haies, rochers herboux, clairières, lieux incultes et ombragés.

Basse-Ubaye

Prairies et talus ombragés du Lauzet/Ubaye

Près-bois des Blaches

Près-bois du Vallon du Laverq

Près-bois de Montagnac

Moyenne-Ubaye

Près-bois de la forêt subalpine de Gimette

Près-bois d'Enchastrayes

Près-bois de la Fère

Prairies des Thuiles

Champs de Faucon

Pelouses subalpines de Champérous

Pelouses de Soleille-Boeuf

Haute-Ubaye et Ubayette

Près-bois de la forêt subalpine du Lauzon

Près-bois de l'Ubac de Larche

2. NOMS VERNACULAIRES

Coucou

Couguou

Primevère

NOMS VERNACULAIRE EN PROVENCE

Braga

Pan de Couguou

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Echique
Pectoral
Calmant
Expectorant

Indications thérapeutiques

Contre l'apoplexie
la paralysie
la migraine
les vapeurs et vertiges

Suc Enlève les taches du visage (cosmétologie)

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

On récolte les fleurs en Mars-Avril et début Mai et on les fait sécher à l'intérieur de la maison en les étalant sur une table ou sur une commode.

B/ Propriétés

1. Usage interne

- . contre un refroidissement
- . contre la coqueluche (infusion)
- . combat la toux
- . Calme les nerfs : l'infusion entraîne aussi le sommeil
- . Contre les coliques du Printemps : infusion de primevère et pousses de coquelicot.
- . Antimigraineux

2. Usage externe

- . Abcès : le cataplasme les fait mûrir.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Haies, près-bois

Basse-Ubaye

Bords des chemins ombragés : Costeplane, Champcontier,
Roche Rousse

Pourtour des près le Lauzet-Ubaye, Champanastay
Près-bois du Martinet

2. NOMS VERNACULAIRES

Petite primevère

Primevère des bois

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Béchique

Pectoral

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Abondante dans la basse Vallée de l'Ubaye, elle est employée par les gens du Canton du Lauzet aux mêmes usages que la primevère officinale : affections des voies respiratoires, grippe, bronchite, coqueluche.

PRIMEVERE A GRANDES FLEURS

PRIMULA GRANDIFLORA Lamk

ou P. VERIS Variété ACAULIS L.

ou P. VULGARIS Huds.

ou P. ACAULIS Grufberg.

PRIMULACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : non inscrit

* NOMS VERNACULAIRES : Coucou, Primevère à grandes fleurs.

* ETYMOLOGIE : du latin "primus veris", la première fleur du Printemps.

* DESCRIPTION :

C'est une plante vivace de 5 à 15 cm de hauteur qui croît souvent en masse abondante, çà et là dans les haies, et les bois.

Les feuilles sont obovales, inégalement dentées, gaufrées, velues, ridées - réticulées, insensiblement atténuées en pétiole et pâles en dessous. Les fleurs d'un jaune-soufre avec 5 taches orangées à la base, sont dressées, solitaires et inodores. L'ombelle de fleurs est portée par une tige très courte, de telle sorte que les pédoncules semblent sortir du milieu de la rosette de feuilles. Ces pédoncules sont radicaux, velus, laineux, et à la fin couchés. La floraison a lieu dès le mois de Mars et peut se poursuivre jusqu'au mois de Mai. Le calice est vert, poilu-laineux sur les angles, divisé presque jusqu'au milieu en lobes lancéolés - acuminés. La corolle dont la gorge est plissée en dedans présente l'ensemble de ses 5 lobes disposés à peu près dans un même plan. Il existe comme chez la primevère officinale, des pieds de deux sortes et on trouve parfois des

exemplaires dont les fleurs sont toutes en ombelle au sommet d'une tige allongée.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce peut se trouver sur divers terrains et manifeste parfois des préférences opposées suivant les contrées. Cà et là en France, assez commune en Dauphiné mais rare dans la partie montagneuse de la région méditerranéenne ; elle manque également sur le littoral proprement dit. On la trouve aussi dans presque toute l'Europe, au Sud - Ouest de l'Asie et en Afrique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

L'action pharmacologique et les indications thérapeutiques sont les mêmes que celles de la Primevère officinale.

PRUNELLIER
PRUNUS SPINOSA L.
ROSACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (fleur, suc de fruit)
- * NOMS VERNACULAIRES : Prunellier, Epine noir, Buisson noir, Epinette, Pelossier, Fourdinier, Créquier, Caverou, Cravechon, Mère du bois.

Noms vernaculaires du fruit : Prunelle, Pélosse, Belosse, Fourdraine, Chenelle, Senelle, Agrène, Agumelle ou Agumélie

- * ETYMOLOGIE : le genre PRUNUS vient du grec "proyninos" qui désignait le prunier.

* DESCRIPTION :

Cet arbrisseau est un buisson de 50 cm à 2 m de hauteur, à rameaux très épineux, étalés, divergents, d'un brun-noir. Les jeunes rameaux sont pubescents.

Il croît dans les haies, bois, coteaux, au bord des chemins dans toute la France et en Corse et s'élève sur les montagnes jusqu'à plus de 1000 m d'altitude.

Les feuilles sont simples, petites, obovales, oblongues ou lancéolées,

finement dentées, d'abord pubescentes puis sans poils lorsqu'elles sont agées. Les stipules sont pubescentes.

Les fleurs blanches, petites, souvent solitaires ou plus rarement groupées par deux, ont un calice caduc, glabre en dedans et en forme de cloche à 5 lobes. Il y a 5 pétales, de 15 à 30 étamines, 1 style et un ovaire libre.

Le fruit est une drupe globuleuse, petite (6-12 mm de diamètre), dressée, d'un bleu noirâtre, sans poils mais couverte d'une poussière cireuse glauque, très acerbe. Le noyau est subglobuleux, peu déprimé, presque lisse.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

On trouve ce buisson dans les haies, bois et coteaux dans toute la France. Il est répandu dans presque toute l'Europe, en Asie Occidentale et en Afrique du Nord.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Ecorce, feuille, fleur, fruit

Ecorce et fruit

Astringent

Ecorce de la racine

Antipyrétique

Astringent

Fleur

Diurétique

Laxatif

Feuille

Dépuratif

Astringent

	PRUNUS DOMESTICA L.	PRUNUS INSITITIA L.	PRUNUS BRIGANTIACA Vill.	PRUNUS SPINOSA L.
	arbre non épineux	arbuste peu ou point épineux	arbrisseau non épineux	arbuste très épineux
FEUILLES	obovales ou oblongues crénelées - dentées	obovales ou oblongues dentées, velues en-dessous surtout sur les nervures	largement ovales en coeur acuminées doublement dentées à dents aiguës	petites, obovales, oblongues finement dentées
FLEURS	blanc-verdâtre gémées	blanches gémées	blanches fasciculées	blanches la plupart solitaires
DRUPES	grosses, oblongues penchées rougeâtres ou violacées saveur douce	assez grosses, globuleuses ou ovales, penchées violacées ou jaunâtres saveur douce	subglobuleux, jaunâtres saveur acerbe	petites, globuleuses, dressées, bleu noirâtres, saveur très acerbe

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Aigreurs d'estomac (infusion ou décoction de fleurs)
- Anurie " " "
- Ascite " " "
- Bronchite " " "
- Calculs urinaires " " "
- Coliques néphrétiques " " "
- Crampes d'estomac " " "
- Diarrhée (suc de fruit, gomme "acacia nostras")
- Dysenterie (suc de fruit)
- Eruption infantile (infusion ou décoction de fleurs)
- Gravelle " " "
- Hydropisie " " "
- Hypertrophie et insuffisance cardiaque (infusion ou décoction de fleurs)
- Leucorrhée (infusion ou décoction de fleurs)
- Obésité (infusion ou décoction de fleurs)

2. Usage externe

- Chute de la matrice (fomentation et lotion à partir de suc de fruits)
- Epistaxis (fumigation de fruit vert)
- Gingivite (bain de bouche de suc de fruit)
- Maux de gorge (gargarisme de suc de fruit)

Autres usages

- Ecorce pulvérisé : dentifrice
- Feuille : ersatz du tabac
- Liqueur et eau de vie de prunelle : "piquette"

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Haies, terrains en friche
Coteaux de l'Adroit

Basse-Ubaye

Berges de l'Ubaye au Lauzet
Coteaux de Roche-Rousse
Coteaux d'Ubaye (Commune du Lauzet)
La Noyrée
Champinasson
Le Pellegrin
Le Pruneyret
Champjallet

Moyenne-Ubaye

Cône de déjection du Riou-Bourdoux
Berges du torrent d'Enchastrayes

2. NOMS VERNACULAIRES

Avaissouliér
Prunellier
Avaissou, Agréna (fruit)

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Prugnolo
Prunellier

Fruit : Agrena, petita
Pruna de Bouissoun
Prunela

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Astringent (feuilles)

Tonique (liqueur)

Vulnéraire (feuilles)

Indications thérapeutiques

Contre l'asthme

l'hydropisie

Autres usages

Les fruits fermentés donnent par distillation l'eau de vie de prunelle et par macération des noyaux dans l'alcool on fabrique la liqueur de prunelle.

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Dès les premiers jours de la floraison, au mois de Mai, on ramasse les fleurs puis en été on cueille les feuilles et en Novembre - Décembre après les gelées, on cueille les fruits.

B/ Propriétés

- . Antidiarrhéique : soit avec la liqueur préparée avec les fruits
soit avec du vin où l'on a fait bouillir les fruits.
- . Astringent : les feuilles mais très peu utilisées.

PULMONAIRE
PULMONARIA VULGARIS Méra L.
ou PULMONARIA TUBEROSA Schrank
et s/esp. P. ANGUSTIFOLIA L.
BORRAGINACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974
- * NOMS VERNACULAIRES : Pulmonaire, Herbe aux poumons, Pulmonaire d'Italie.
Sauge de Béthléem, Coucou bleu, Sauge de Jérusalem,
Grande pulmonaire, Herbe de Coeur, Petite pulmonaire,
Herbe au lait de Notre-Dame.
- * ETYMOLOGIE : du latin "pulmo", poumon, par allusion aux taches des
feuilles qui rappellent plus ou moins l'aspect des poumons
malades.
- * DESCRIPTION :
- La pulmonaire tubéreuse est une plante vivace, dont la
taille varie de 10 à 60 cm. Les tiges et les feuilles sont hérissées de
poils étalés, mélangés de quelques poils glanduleux.
Après la floraison qui a lieu d'Avril à Juin dans les bois, les lieux
frais et ombragés ou les pâturages humides, le rhizome produit des roset-
tes de feuilles de remplacement qui se développent en été. Ces feuilles
de la base ainsi que les feuilles inférieures, tachetées ou non de blanc,
sont longues de 20 à 30 cm, elliptiques - lancéolées, acuminées et rudes
au toucher. Leur limbe est longuement atténué en un pétiole ailé.

Les feuilles supérieures au nombre de 4 à 6 sont plus ou moins embrassantes à leur base.

Au printemps suivant, chacune de ces rosettes a perdu ses feuilles et donne naissance à une tige florifère terminale.

Les fleurs sont grandes, d'abord rouges puis d'un bleu-violacé. Le calice fructifère, ventru à la base, est fendu presque jusqu'au milieu. La corolle est régulière, en forme d'entonnoir avec 5 lobes arrondis, courts, étalés en dehors ; sa gorge est garnie de 5 faisceaux de poils qui alternent avec les étamines lesquelles sont incluses dans le tube de la corolle. Le style est terminé par un stigmate bifide.

La sous-espèce qui est la pulmonaire à feuilles étroites (P.ANGUSTIFOLIA L.) se reconnaît à ses fleurs roses puis d'un bleu d'azur, en grappes courtes, dont le calice non renflé reste cylindrique après la floraison et à ses feuilles non marbrées de blanc qui sont étroitement lancéolées - acuminées et dont le pétiole ailé est plus court que le limbe.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce est commune ou assez commune dans presque toutes les contrées de la France et peut se trouver jusqu'à 2000 m d'altitude dans les Alpes, dans presque toute l'Europe sauf la région méditerranéenne ainsi que le Sud-Ouest de l'Asie.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Fleur, feuille

Emollient
Béchique
Adoucissant
Sudorifique

Feuille sèche

Astringent

	PULMONARIA TUBEROSA Schrank	PULMONARIA ANGUSTIFOLIA L .
FEUILLES RADICALES	elliptiques -lancéolées, acuminées insensiblement atténuées en pétiole ailé plus court que le limbe 4-5 fois plus long que large marbrées ou non	étroitement lancéolées - acuminées insensiblement atténuées en pétiole ailé plus court que le limbe 8 à 9 fois plus long que large non marbrées
FEUILLES CAULINAIRES	4 à 6 un peu embrassantes	7 à 9, sessiles et décurrentes
FLEURS	rouges puis d'un bleu -violacé, grandes	roses puis d'un bleu d'azur, en grappes courtes
CALICE	fructifère ventru à la base et fendu presque jusqu'au milieu, à lobes longs	cylindracé, fendu jusq'au milieu, à lobes longs

B/ Indication thérapeutique

1. Usage externe

- Bronchite (décoction de plante fraîche)
- Catarrhes " " "
- Crachements de sang (décoction de plante sèche)
- Diarrhée, dysenterie " " "
- Faiblesse vésicale " " "
- Hémorroïdes " " "
- Inflammation de la gorge et voies respiratoires (décoction de
plante fraîche)
- Inflammation de la vessie (décoction de plante fraîche)
- Toux (décoction de plante fraîche)

2. Usage interne

- Plaie (compresse de la décoction ou application de poudre)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Près-bois humides
Pistes forestières
Clairières
Lisières des forêts subalpines

Basse-Ubaye

Bois de Montagnac
Forêt de mélèzes du Lauzet/Ubaye
Vallon de l'Ambouin
Forêt subalpine du Laverq

Moyenne-Ubaye

Forêt subalpine de Champérous
Forêt subalpine de Gimette

Haute-Ubaye et Ubayette

Forêt subalpine du Lauzon
Forêt de l'Ubac de Larche

2. NOM VERNACULAIRE

Pulmonaire .

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Herba de Palmoun
Pulmounari
Pulmounera (Ety. du latin "pulmonis", poumon, à cause
de ses vertus pectorales)

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Feuille

Adoucissant
Pectoral
Antivariolique
Emollient
Diurétique
Béchique

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Au printemps, on récolte dans les sous-bois les tiges fleuries que l'on utilise :
soit à l'état frais,
soit après les avoir fait sécher par petits bouquets sous l'appentis.

En été, on ramasse les feuilles tachées de blanc que l'on utilise soit fraîches, soit sèches.

B/ Propriétés

Antitussif : l'infusion de sommités fleuries ou éventuellement de feuilles, soigne la toux, les bronchites et la rougeole.

A cause des poils de la tige, la tisane doit être passée à travers un linge.

Emollient et pectoral : décoction de feuilles sèches, brisées ou coupées en petits morceaux

Sudorifique : infusion de sommités fleuries

Usage externe

Engelures : la décoction de feuilles dans un bain calme les douleurs.

REGLISSE
GLYCYRRHIZA GLABRA L.
PAPILIONACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1965, 1972 et supplément 1974 (racine, rhizome)
- * NOMS VERNACULAIRES : Réglisse, Régalisse, Bois sucré, Bois doux, Racine douce, Réglisse officinale
- * ETYMOLOGIE : du grec "glycys", doux "rhiza", racine, à cause de la racine qui est sucrée.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, herbacée, à parties souterraines très développées donnant naissance à de longs stolons souterrains.

Les tiges sont dressées, pouvant atteindre 1,20 m à 1,50 m, glabres et striées.

Les feuilles sont alternes, grandes, composées imparipennées, à 9-17 folioles entières, ovales-obtuses. Les stipules sont poilues et très petites. Les inflorescences sont des grappes allongées, dressées, de fleurs de teinte lilas plus ou moins foncé, assez petites, nombreuses.

Le calice est pubescent-glanduleux, tubuleux, bossu à la base, à 2 lèvres, à 5 dents peu inégales, lancéolées plus longues que le tube. L'étendard est dressé, oblong plus long que les ailes dépassant la carène aiguë. Les

étamines sont diadelphes et le stigmate est oblique.

Le fruit est une gousse aplatie de 15 à 25 mm de long, un peu étranglée entre les graines qui sont arrondies, lenticulaires et brunes.

La racine est brune à l'extérieur et jaune à l'intérieur, longue parfois de 2 m ; elle a une saveur sucrée.

Dans le commerce, on trouve 3 variétés que la pharmacopée 1965 mentionne :

- la variété typica Reg et Herd qui possède une racine principale divisée en plusieurs branches et en stolons ; elle fournit la réglisse d'Espagne dont la surface externe, gris brun à brun rougeâtre, est marquée de sillons longitudinaux et porte parfois des fragments de radicelles des cicatrices d'insertion des stolons. La cassure fibreuse est jaune serin, teinte plus prononcée au niveau central. L'odeur est peu marquée, la saveur sucrée est caractéristique sans arrière-goût âcre ou amer.

- la variété glandulifera Waldst et Vib. n'a pas de stolons et fournit la réglisse dite de Russie, son aspect est moins régulier et comporte souvent des fragments de souche de 5 à 10 cm de diamètre portant des racines. Elle est fréquemment mondée de suber, sa surface est alors lisse, jaune pâle et sa saveur légèrement âcre et amère.

- la variété violacea Boissier, fournit la réglisse dite de Perse, qui présente des caractères analogues à la précédente.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Elle est çà et là cultivée, subspontanée ou naturalisée en France, spontanée dans l'Hérault, subspontanée en Europe Méridionale, en Asie Occidentale et en Algérie.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Racine

Rafrâchissant

Adoucissant

Béchique

Diurétique léger

Modérateur du péristaltisme intestinal

Laxatif léger
Calmant
Antispasmodique
Antiulcère gastrique

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Bronchite (suc)
- Catarrhe (suc, infusion)
- Constipation (infusion)
- Coup de froid (suc)
- Enrouement (suc, infusion)
- Fièvre (infusion)
- Maladies respiratoires (infusion, suc)
- Rhume (infusion)
- Spasmes douloureux de l'intestin (infusion)
- Toux (infusion, suc)

2. Usage externe

- Glossite (bain de bouche d'une décoction concentrée)
- Rafraîchissant (masticatoire)

Autre usage

- Edulcorant

Remarque

Ne pas faire bouillir la réglisse avec d'autres substances d'une tisane (car la dissolution de ses substances résineuses est âcre).

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Quelques plants poussent sur le replat de Dramonasc.

2. NOMS VERNACULAIRES

Bouèsc dous

Pèga dousa

Réglisse

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Recalissa ou recalissi

Regalisia

Regalissé, regalissi

Regalussia

Rescalici

(Ety. du grec "rhiza", racine et de "glucus" doux, racine douce).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Racine

Emollient

Indications thérapeutiques

Contre les affections des voies respiratoires

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les racines sont arrachées en Octobre. On sacrifie une branche de la racine principale ou un pied âgé.

B/ Propriétés

- Adoucissant, Emollient : décoction de quelques petits morceaux de racine pour soigner une angine.
- Dépuratif et diurétique : au printemps, pour se dépurifier, en alternance avec la gentiane, on emploie une boisson faite à partir d'une décoction de quelques fragments de racine de réglisse et d'un morceau de racine de bardane.
- Rafraîchissant : boisson réalisée à partir de racines coupées mises à macérer dans de l'eau.
- Masticatoire et gourmandise : surtout pour les enfants.

RENOUEE DES OISEAUX
POLYGONUM AVICULARE L.
POLYGONACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (plante entière)
- * NOMS VERNACULAIRES : Renouée, Traînasse, Centinode, Achée, Corrigiole, Crépinette, Herbe à cochon, Herniolle, Herbe aux panaris, Herbe de Saint-Innocent, Lie-glane, Sanguinaire, Tirasse, Tire-goret, Aviculaire, Herbe aux cent noeuds, Langue de passereaux, Trame, Fausse senille.
- * ETYMOLOGIE : du grec "polys", beaucoup et "gonu", genou, parce que les tiges des plantes du genre Polygonum sont très noueuses.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante annuelle, de 10 à 60 cm de long, à tiges grêles, nombreuses, ramifiées, striées, plus ou moins feuillées jusqu'au sommet, couchées - étalées ou redressées.

Elle croît dans les champs et les terrains incultes ou au bord des chemins dans toute la France.

Les feuilles, d'un vert légèrement glauque, sont ovales, elliptiques ou lancéolées, planes et finement veinées en-dessous. Les gaines sont scarieuses, striées à 6 nervures, et lacérées au sommet.

Les fleurs blanchâtres ou rosées, isolées ou réunies par petits groupes de 2 à 4, subsessiles à l'aisselle des feuilles, se montrent depuis le mois de Juin jusqu'à la fin du mois d'Octobre. Il y a 7 étamines et 3 styles libres.

Le fruit est trigone, brun et terne, marqué de fines stries longitudinales, et dépasse à peine le calice à la maturité.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Elle est très commune en France, et peut s'élever jusque dans la zone alpine inférieure.

On la trouve également dans toute l'Europe, l'Asie, l'Afrique et en Amérique.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Plante entière sans les racines

Usage interne

Astringent
Diurétique
Hémostatique
Antituberculeux (adjuvant)

Usage externe

Vulnéraire

Graine

Emétique
Purgatif
Antidysentérique

B/ Indications thérapeutiques

Usage interne

- Adénite bacillaire (extrait)
- Artériosclérose (décoction)

- Coliques néphrétiques (décoction)
- Crachements de sang (suc frais dans du vin)
- Diabète (calme la soif en décoction)
- Diarrhées (extrait, décoction)
- Dysenterie (extrait, décoction)
- Entérite sanguinolante (décoction)
- Entérocolite (décoction)
- Flux muqueux chroniques (décoction)
- Glycosurie (extrait)
- Gravelle (décoction)
- Hémorragie utérine (décoction)
- Leucorrhée (décoction)
- Maladie de la vessie (faible dose d'extrait)
- Prurit (extrait)
- Ulcère (extrait)

Usage externe

- Epistaxis (mèche imbibée de suc frais)
- Plaies, blessures, inflammation (cataplasme de la plante hachée ou suc).

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Lieux cultivés ou incultes autour des fermes, des villages et des hameaux jusqu'à la zone alpine inférieure.

2. NOM VERNACULAIRE

Trainasse

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Achée

Centinode

Courregeola

Lengua de passeroun ou lengo

Talaa

Tirassa, tirassada, tirassetta, tirassiera (Ety. de

"tirassa", traîner, parce que cette plante est rampante)

Tirasso

Traina

Trainasse

San nousa

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Astringent

Antidiarrhéique (lavement)

Antidysentérique (lavement)

Hémostatique

Vulnéraire

Indications thérapeutiques

Contre les hémorragies

la dysenterie

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Cette plante est ramassée au mois d'Août.

B/ Propriétés

- Circulatoire : infusion de la plante entière pour des règles douloureuses
- Diurétique : infusion de la plante entière
- Antirhumatismal : infusion de la plante entière.

RHODODENDRON FERRUGINEUX
RHODODENDRON FERRUGINEUM L.
ERICACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : non inscrit

* NOMS VERNACULAIRES : Rosage, Laurier-rose des Alpes, Rose des Alpes,
Romarin sauvage.

* ETYMOLOGIE : du grec "rhodon", rose et de "dendron", arbre, à cause de
la couleur des fleurs.

"ferrugineum", de couleur rougeâtre, dérivé du latin
"ferrugo", rouille de fer, donc couleur de fer rouillé.

* DESCRIPTION :

C'est un sous-arbrisseau de 30 à 80 cm de hauteur, buissonnant, à tiges robustes, tortueuses, rameuses et glabres.

Cet arbuste croît, en masse, sur les rocailles, dans les bois, les pâturages et pelouses ; il se trouve aux limites de la flore subalpine et de la flore alpine où il constitue une zone spéciale désignée sous le nom "de Rhodoraie". Les feuilles sont persistantes, alternes, simples, ovales-allongées, coriaces, à face supérieure luisante et verte, à face inférieure blanchâtre puis écailleuse et couleur de rouille.

Les fleurs rouges, gamopétales, groupées par 4 à 8 en grappes courtes, se montrent depuis le mois de Juin jusqu'à fin Juillet. Le calice est très

petit, glabre, à 5 divisions courtes, élargies et obtuses. La corolle est un peu en forme d'entonnoir, à 5 pétales ovales, étalés en dehors, soudés sur une grande longueur, glabre sur les bords, velues à l'intérieur du tube. Il y a 10 étamines inégales, libres, insérées sur le réceptacle, à filets plus longs que les anthères. Celles-ci, sans appendices, sont à 2 loges, s'ouvrant chacune par un orifice vers le sommet.

Le fruit est une capsule ovoïde, septicide, à 5 loges, s'ouvrant par 5 valves portant les graines sur leurs bords. Ces graines sont petites, aplaties, ovoïdes, à albumen charnu.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante est limitée entre 1450 m et 2500 m d'altitude dans les Alpes, les Pyrénées et le Jura en France.

Elle peut croître sur tous les terrains mais dans les Alpes Centrales, elle préfère les terrains siliceux.

Cette espèce est également répandue dans toute l'Europe Centrale.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Feuille sèche Sudorifique
Diurétique
Antirhumatismal
Dépuratif

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

En infusion ou décoction en faible dosage

- Affection chronique de la peau (infusion, décoction)
- Arthrite (infusion, décoction)

2. Usage externe

En usage externe, l'huile de marmotte : macération de gale de feuilles de rhododendron dans l'huile.

- Affection chronique de la peau (huile de marmotte)

- Arthrite (huile de marmotte)
- Douleurs rhumatismales, goutteuses (huile de marmotte)
- Sciatique (huile de marmotte)

C/ Toxicité

Poison âcre et narcotique : andromedo-toxine (mortel chez les brebis et chèvres).

A forte dose chez l'homme, il y a une sorte d'ivresse avec symptômes nerveux, douloureux, brûlure et piqûres dans les membres, obscurcissement de la vue, oppression, intermittence du pouls, inflammation des tissus, exanthème, etc...

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Bois, pâturages, rocailles, sur sols siliceux.

Mais peu répandu dans la Vallée dont le sol est en majorité calcaire. La présence du rhododendron démontre que le sol est pauvre en calcaire assimilable.

Basse-Ubaye

Montagne pastorale du Col Bas
Vallon du Loup au Col Bas
La Curate (Montagnac)
Crête du Peyron

Haute-Ubaye et Ubayette

Ruisseaux du Vallon du Crachet (Col de Vars)
Rochers de la Cascade du Lauzanier
Forêt de Tournoux
Vallon de Fouillouze

2. NOMS VERNACULAIRES

Boujen
Bourenc (Haute-Ubaye)
Lambruisa, Ambruisa
Ambruisses (lieu où poussent les rhododendrons)
Bourjinquin (Basse-Ubaye)
Rhododendron

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Contre les coliques venteuses (décoction de feuilles)

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/Parties utilisées, récolte

Les feuilles sont récoltées en été et mises à sécher en les exposant au soleil.

B/ Propriétés

- Antidiarrhéique : l'infusion de quelques feuilles arrête la diarrhée et calme les coliques

C/ Toxicité

Les moutons et les chèvres qui broutent une trop grande quantité de feuilles vomissent leur bol alimentaire.

RHUBARBE DES MOINES
RUMEX ALPINUS L.
POLYGONACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (racine, rhizome)
- * NOMS VERNACULAIRES : Rumex des Alpes, Rhubarbe des Alpes, Rhubarbe de montagne, Rhapontic-faux, Rhapontic de montagne, Rhapontic des moines, Rhapontin, Patience des Alpes, Rhubarbe des capucins.
- * ETYMOLOGIE : du latin "rumex", pique, en raison de la forme en fer de lance des feuilles de certaines espèces.
- * DESCRIPTION :

La rhubarbe des moines est une plante vivace, dont la taille varie de 20 à 80 cm et qui pousse sur les pentes humides, dans les près-bois et les pâturages des hautes montagnes et plus particulièrement autour des parcs à bestiaux.

La tige est dressée, épaisse, sillonnée dans sa longueur et dont les rameaux sont aussi dressés et courts.

Les feuilles sont grandes, molles, celles de la base sont amples, largement ovales -obtus, profondément échancrées en coeur à la base. Les moyennes et les inférieures sont obtuses au sommet et les supérieures aiguës ; le pétiole très allongé est comme creusé en gouttière à sa partie supérieure. La graine est grande et papyracée.

Les fleurs verdâtres s'épanouissent depuis le mois de Juillet jusqu'au mois de Septembre et elles sont disposées en verticilles multiflores rapprochés, la plupart sans feuille, en panicule thyrsoidé longue, étroite et serrée. Le pédoncule placé exactement sous chaque fleur est comme articulé vers le quart inférieur. Les 3 sépales, dépourvus de granule, entourent le fruit et sont élargis à contour ovale ou en coeur renversé.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante est commune dans les hautes montagnes des Vosges, des Alpes, l'Auvergne et les Pyrénées.

Elle peut s'élever jusqu'à 2400 m d'altitude.

On la rencontre aussi dans presque toute l'Europe.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Racine

Tonique

Stomachique

Astringent

Purgatif à dose élevée

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Atonie gastrique (infusion ou décoction 15 à 30 g/l)
- Constipation (infusion ou décoction)
- Diarrhée " "
- Dysenterie " "
- Gastralgie " "
- Maladies du foie, jaunisse (infusion ou décoction)
- Pyrosis (infusion ou décoction)

2. Usage externe

- Abcès froid (cataplasme de feuilles cuites)

- Engorgement lymphatique (cataplasme de feuilles cuites)

Remarque

Le limbe des feuilles est utilisé parfois à la place de l'épinard.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Prairies humides, près-bois

Basse-Ubaye

Près-bois du Vallon de l'Ambouin

Près-bois de Montagnac

Près-bois du Vallon de Laverq

Moyenne-Ubaye

Prairies du Vallon de Clapouse

Prairies et près-bois du Vallon du Bachelard (Fours et
Bayasse)

Haute-Ubaye et Ubayette

Prairies du Vallon du Lauzanier

Prairies de l'Ubac de Larche

Prairies du Vallon du Crachet (Col de Vars)

Prairies de Saint-Paul /s/ Ubaye

2. NOM VERNACULAIRE

Rhubarbe des moines

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Rhubarba

Rhebarba

Rebarba

(Ety. du latin "rubarbarum ou rheubarbarum" formé du grec "rha" racine, chez les médecins grecs et de "barbaros" étranger, racine étrangère).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Purgatif

La racine ressemble à celle de la rhubarbe. Donnée à une dose double, elle purge en comprimant; le peuple s'en sert pour les diarrhées et les dyssen-
teries. Elle est connue sur les lieux sous le nom de Rhubarbe des moines
(M. DARLUC).

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Cette plante ne semble plus être employée de nos jours
en médecine traditionnelle par les Ubayens.

RONCE
RUBUS FRUTICOSUS L.
ROSACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (feuille)
- * NOMS VERNACULAIRES : Ronce, Aronce, Catimuron, Mûrier des haies, Mûrier sauvage, Mûrier de renard, Mûron, Eronce.
- * ETYMOLOGIE : du latin "ruber", rouge, par allusion à la couleur de la framboise ou au suc rougeâtre du fruit des autres espèces.
- * DESCRIPTION :

C'est un arbrisseau à souche vivace, ligneuse, à tiges parfois très longues, anguleuses, munies de puissants aiguillons et émettant des rejets lignifiés (turions) dressés, retombants et arqués. La ronce se trouve dans les bois, les haies, les endroits incultes, au bord des chemins, sur les berges des rivières et cours d'eau. Les feuilles des tiges de la première année présentent 3 à 5 folioles, très rarement 7, disposées en éventail, celles de la seconde année qui se trouvent sur les rameaux fleuris, avoisinant les fleurs, peuvent n'avoir qu'un limbe divisé en 3 ou 2 ou être réduites à une seule foliole. Les feuilles à plusieurs folioles ont la foliole terminale portée sur un pétiole secondaire qui est plus long que ceux des folioles latérales. Les stipules sont longuement soudées au pétiole.

Les fleurs blanches, roses ou rouges, s'épanouissent depuis le mois de Juin jusqu'au mois d'Août et parfois encore en Septembre. Le calice a les sépales étalés ou renversés après la floraison. La corolle à 5 pétales étalés, obovales ou oblongs, à onglets très courts. Les étamines sont nombreuses, et les styles sont presque terminaux, courts.

Les fruits mûrs, sont noirs ou bleuâtres ; ils adhèrent à la partie supérieure du réceptacle, laquelle tombe avec le fruit.

La sous-espèce RUBUS CAESIUS L. (ronce à fruits bleus) couverte d'une poussière glauque (pruine) à feuilles trifoliolées et à inflorescence ne comprenant que deux ou trois fleurs blanches a les mêmes usages que l'espèce précédente.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Il existe un très grand nombre de races et d'hybrides qui croissent çà et là en France, dans toute l'Europe ainsi qu'en Asie et en Afrique.

La sous-espèce est commune en France et peut s'élever jusqu'à 2300 m d'altitude sur les montagnes.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Feuille, fleur, racine et fruit

Astringent

Tonique

Diurétique

Dépuratif

Fruit

Rafraîchissant

Astringent

DE NOMINATION COMMUNE RUBUS	RUBUS FRUTICOSUS L.	RUBUS CAESTIUS L.	RUBUS THYRSOIDEUS Wimm	RUBUS SERPENS Weihe	RUBUS BELLARDI W.	RUBUS SAXATILIS L.
FLEURS	blanches, roses ou rouges	blanches	rose pâle ou blanches	blanches	blanches	5-8 fleurs en corymbe blanches
CALICE	dépourvu de calicule 5 sépales	sépales verts à bordure blanche	sépales velus blanchâtres sur la face externe	sépales redres- sés sur le fruit et acuminés	sépales glandu- leux à longue pointe redres- sée sur le fruit	sépales dressés ou étalés
COROLLE	5 pétales	pétales blancs, larges	obovales-oblongs rose-pâle blanc	pétales blancs	pétales blancs longs et étroits	pétales blancs, dressés
TURION	dressé, retombant, arqué	faible, couché cylindrique muni de glands et de petits aiguillons courbés	vivement canali- culé sur les faces peu lignifiées aiguillons médiocres	assez robuste cylindrique, muni d'aigui- llons sétacés, velu	cylindrique rougeâtre au soleil à aiguillons sétacés	le rameau florifère naissant de la souche
FEUILLES	3 à 5 folioles disposées en éven- tail rarement 7 celles des rameaux fleuris 1, 2 ou 3 folioles	velues sur les 2 faces vertes ou grisâtres en dessous 3 folioles dentées la terminale à long pétiole	sans poils au dessus blanches tomenteu- ses en dessous folioles acuminées et étroites	velues sur les 2 faces à 3 folioles la terminale longuement acuminée	amples, molles velues en dessus à 3 folioles, finement dentées la terminale longuement acuminée	minces, vertes en dessous à 3 folioles dentées la terminale obovale, les latérales bilabées
STIPULES	longuement soudées au pétiole					adhérentes ovales et élar- gies à la base du pétiole
FRUITS	noirs, bleuâtres	2 à 5 bleuâtres, gros				2-6 gonflés rougeâtres

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Amygdalite (gelée ou confiture)
- Crachements de sang (infusion, décoction)
- Dartres, herpès (infusion)
- Diabète (infusion)
- Diarrhée chronique, dysenterie (infusion, gelée ou confiture de mûres)
- Digestion difficile (infusion, décoction)
- Enrouement (infusion, gelée, confiture)
- Escarres (décoction dans du vin)
- Glycosurie (infusion, décoction)
- Grippe (infusion, décoction)
- Hématurie " "
- Hémorragie " "
- Hydropisie " "
- Inflammation (eau de vie - sirop de mûres)
- Leucorrhée (infusion, décoction)
- Maux de gorge (infusion, gelée ou confiture)
- Métorrhagie (infusion)
- Pharyngite (infusion, gelée ou confiture)
- Refroidissement (infusion, décoction)
- Stomatite (gelée, confiture)
- Toux (infusion, décoction)

2. Usage externe

- Absès chaud (emplâtre de feuilles fraîches - fomentation de décoction dans du vin)
- Amygdalite, enrouement, gingivite, maux de gorge, pharyngite, stomatite (gargarisme)
- Dartres, herpès (emplâtre de feuilles fraîches)
- Escarres (compresse de feuilles fraîches)
- Leucorrhée (injection de décoction de racines)
- Ulcères (emplâtre de feuilles fraîches, fomentation de décoction dans du vin)

Autre usage

- Thé de ronce

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Sur terrains calcaires frais, haies, broussailles, le long des ruisseaux.

Basse-Ubaye

Roche-Rousse
Vallon de Saint-Martin
Saint-Barthélémy
Champanastay
Le Proneyret au Lauzet/Ubaye
Les Herbez
Méolans

Moyenne-Ubaye

Champs du hameau des Allemands

Haute-Ubaye et Ubayette

La Gondamine-Châtelard
Meyronnes
Les Gleizolles
Les Prads de Saint-Paul

2. NOMS VERNACULAIRES

Ambouècha	}	Fruits
Amaoussa		
Amoura		
Amourouacha	}	Basse-Ubaye
Amourouns		
Ronce		

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Amourier sauvagi	}	Fruits
Amoura de bartas		
Amoura de Roumias		
Amoura de tirassa		

Petavin (Ety. de "peta" parce que ces fruits sont de la grosseur d'un crottin de brebis et du vin dont elles ont la couleur)

La rouni

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Feuille

Astringent
Emollient
Détersif

Fruit

Astringent
Aromatique
Rafraîchissant

Indications thérapeutiques

Contre les affections de la gorge et des bronches.

Contre la dysenterie

les maladies de la bouche (muguet)

Autre usage

"Sirop de mûres"

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les feuilles sont récoltées pendant toute la belle

saison. On les fait sécher en les étalant sur une grande table à l'ombre sous un appentis.

B/ Propriétés

Emollient

Contre une angine (gargarisme)
un enrrouement (gargarisme)
les aphtes (bain de bouche)

Préparation : on prend une grosse poignée de feuilles que l'on trempe dans 1 litre d'eau. On fait bouillir pendant un quart d'heure au moins, puis on filtre à l'aide d'une petite passoire à infusion.

RUE FETIDE
RUTA GRAVEOLENS L.
RUTACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1949, supplément 1954 ;
1972, supplément 1974 (plante fleurie)
- * NOMS VERNACULAIRES : Rue, Rue officinale, Rue puante, Rue des jardins,
Rue commune, Herbe de Grâce.
- * ETYMOLOGIE : du grec "ruô", je conserve, ou bien de "reô", je coule,
par allusion aux propriétés médicinales surtout émménagogues de cette plante.
- * DESCRIPTION :
C'est une plante vivace à tiges ramifiées atteignant 80 cm de haut, glauque, glabre, non glanduleuse dans le haut. Toute la plante dégage une odeur désagréable.
Elle croît spontanément sur les coteaux arides mais souvent échappée d'anciennes cultures.
Les feuilles, triangulaires dans leur pourtour, toutes pétiolées, 2 à 3 pennatiséquées, à folioles obovales - oblongues.
Les inflorescences sont des cymes corymbiformes de fleurs jaunes, la fleur centrale est pentamère, les autres tétramères. Elles s'épanouissent de Juin à Juillet. Le calice est persistant à 4 sépales. Les 4 pétales sont

ovales - oblongs, denticulés ou ondulés, non ciliés. Pendant la floraison, les 8 à 10 étamines, d'abord logées dans la concavité des pétales, viennent successivement s'infléchir sur les stigmates pour y effectuer la pollinisation. L'ovaire, subsessile, est muni à sa base de 8 fossettes nectarifères. Le fruit sec est formé de 4 à 5 follicules soudés à la base.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante préfère souvent les terrains calcaires, ne s'élève pas en général, au-dessus de 500 m d'altitude. En France, elle pousse çà et là, souvent subspontanée dans le Sud de l'Europe, en Asie et en Afrique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Feuille et inflorescence

Usage interne

à doses médicinales

Stimulant
Antispasmodique
Antiseptique
Emménagogue
Antihémorragique
Antihelminthique
Vermifuge
Sudorifique

à doses élevées

Abortif
Excitant génital
Poison

Usage externe

Irritant

Vésicant
Détersif
Révulsif
Topique
Insecticide

B/ Indications thérapeutiques

Usage interne

- Aménorrhée (infusion)
- Anémie "
- Epilepsie (infusion dans l'huile)
- Goutte, rhumatisme goutteux (infusion)
- Hypochondrie (infusion)
- Hystérie (infusion dans l'huile)
- Névrose (infusion)
- Palpitation (infusion)
- Rhumatisme "
- Vers intestinaux (infusion)

Usage externe

- Aménorrhée (lavement)
- Catarrhe pulmonaire (cataplasme)
- Flatulence (lavement)
- Inertie intestinale (lavement)
- Parasite (fomentation)
- Ulcère atonique-(cataplasme de rue pilée -poudre)
- Verrues (cataplasme)

Toxicité

Feuilles broyées, appliquées sur la peau, sont irritantes et vésicantes.
Plante toxique à propriété emménagogue et abortive.
Mortelle à forte dose avec métrorragie.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Coteaux et escarpements du Lauzet/Ubaye au lieu dit "Le Château" à 910 m d'altitude.

2. NOM VERNACULAIRE

Rue

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Ruda (Ety. du latin "ruta" dérivé du grec "rhuté" ou "rhuo", je conserve, à cause de l'usage qu'on en faisait pour la conservation de la santé).

Rudo

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Emménagogue

Anti-ophtalmique pour fortifier la vue

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

La plante est ramassée au moment de la floraison, les sommités fleuries et les feuilles sont utilisées fraîches ou sont mises à sécher en les suspendant dans le grenier ou la grange..

B/ Propriétés

1. Usage interne

- "Abortive" : "Faiseuse d'ange" : tous les matins pendant 15 jours à jeun, la moitié d'une tasse d'infusion pour avorter (Ubaye)
- "Retard des règles" : infusion prise jusqu'à l'apparition des règles.

2. Usage vétérinaire

a) Usage interne :

- "abortive" : l'infusion comporte des risques car dangereuse pour les brebis "pleines" surtout chez les jeunes.
- contre l'"enflure" : météorisme causé après avoir brouté au printemps les anémones, luzernes en grande quantité, ~~et~~ les trolles.

On introduit alors dans la gueule des animaux des branches cassées de rue et on fait boire une décoction de graines de lin.

b) Usage externe :

- Raticide : la plante entière est placée dans les greniers.
- Insecticide : comme pour la scrofulaire, on place la plante fraîche dans les armoires.

C/ Toxicité

Considérée comme un poison.

SAPIN

ABIES PECTINATA D.C.

CONIFERES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (térébenthine d'Alsace ou des Vosges)

* NOMS VERNACULAIRES : Sapin commun, Sapin argenté, Sapin des Vosges, Sapin de Normandie, Sapin d'Auvergne, Sapin-Blanc, Sapin à feuilles d'If.

* ETYMOLOGIE : du grec "Abin, Abios" qui vit longtemps

"pectinata" du latin "pecten" en forme de peigne par allusion à l'aspect de ses feuilles.

* DESCRIPTION :

C'est un arbre élevé qui peut atteindre 40 m et plus de hauteur. Son écorce est d'abord d'un gris argenté et lisse puis largement gerçurée et écailleuse lorsque l'arbre est âgé. Le tronc est droit, les branches sont étalées horizontalement et régulièrement verticillées; les rameaux et les ramules sont opposés, étalés et disposés dans un même plan. La cime du sapin est pyramidale et pointe jusqu'à un âge avancé mais finit par s'aplatir. Les bourgeons, enduits de résine, sont visqueux.

Cet arbre croît communément dans les montagnes où il forme des forêts et il a fourni dans les Vosges et les Alpes, la térébenthine dite "d'Alsace" ou térébenthine au citron en raison de son odeur agréable.

Les feuilles, solitaires, persistantes, arrondies en dessus, plates, étalées, obtuses ou échancrées, paraissent disposées sur 2 rangs opposés et elles sont marquées en long par 2 raies blanches sur la face inférieure. Les cônes staminés ou chatons mâles sont isolés et disposés de même que les cônes pistillés ou chatons femelles sur les rameaux de l'année précédente, et se montrent en Avril et Mai. Les cônes staminés sont jaunâtres, solitaires, axillaires ou terminaux, les pistilles sont verdâtres. Les cônes fructifères sont d'un vert brun mât, toujours dressés, non luisants, cylindriques et arrondis à l'extrémité et ils mesurent de 8 à 12 cm de longueur. Les écailles brièvement pétiolées sont largement obtuses au sommet, coriaces, minces et dépassées par les bractées qui sont membraneuses, denticulées, brusquement terminées en pointe aiguë et renversées sur l'écaille inférieure. Ces écailles tombent à la maturité tandis que les axes des cônes persistent sur les rameaux.

Les cônes arrivent à maturité en Octobre. Les graines sont assez grosses, ovales, comme coupées obliquement au sommet et munies d'une aile courte, large, adhérente et une fois et demi plus longue qu'elles.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Le sapin est commun en France, dans les Vosges, le Jura, les Alpes, le Massif Central et les Pyrénées, souvent planté ailleurs. Il est limité entre 700 m et 1850 m d'altitude dans les Alpes. On le rencontre dans le Centre et le Sud de l'Europe ainsi qu'au Moyen-Orient.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Bourgeon (usage interne)

Diurétique

Balsamique

Antiscorbutique

Sudorifique

Bactéricide

Pectoral
Emollient
Antispasmodique
Dépuratif
Astringent
Expectorant

Résine (usage externe)

Rubéfiant
Révulsif

B/ Indications thérapeutiques

Identiques à celles du pin.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Basse-Ubaye

Forêt de Montagnac (ravin de la Scie)
Cà et là dans le Vallon du Laverq

Moyenne-Ubaye

Forêt de la Maure
Forêt de la Fère
Forêt de Gache

Haute-Ubaye

Forêt de la Condamine-Châtelard
Forêt de Tournoux

2. NOMS VERNACULAIRES

Sap

Bijou : Térébenthine du pin et du sapin recueillie en fendant des ampoules naturelles de l'écorce où ce liquide s'accumule.

Sapin

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Cebetaria (forêt de sapins)
Coucareon, coucarela (bourgeons)
Evet

Térébenthine : Lou bijou

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Pectoral
Expectorant
Emollient
Balsamique

Indications thérapeutiques

Contre les dartres et l'eczéma.
Contre les ulcères au poumon (térébenthine)

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les bourgeons sont récoltés en Février-Mars.
Sous l'écorce on recueille le suc de sapin : benjoin.

B/ Propriétés

1. Usage interne : les bourgeons et benjoin

- . Pectoral : tisane avec du miel, excellent contre les bronchites
- . Diurétique : tisane avec les bourgeons
- . Sudorifique : " "
- . Antitussif : infusion très sucrée ou sirop de benjoin

2. Usage externe : le benjoin

- . Antirhumatismal : en emplâtre
- . Résolutif : cataplasme contre les ecchymoses
- . Révulsif : cataplasme sur la poitrine

3. Usage vétérinaire

- . Résolutif : cataplasme de benjoin sur le membre cassé, réduit d'une brebis.

SARRIETTE DES MONTAGNES
SATUREIA MONTANA L.
LABIEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1949 ; 1972, supplément 1974 (feuille, sommité fleurie)
- * NOMS VERNACULAIRES : Sarriette vivace, Savourée, Sarriette sauvage, Pèbre d'aï.
- * ETYMOLOGIE : du latin "satura", ragoût, car la plante était employée pour assaisonner les ragoûts.
- * DESCRIPTION :

C'est un sous-arbrisseau de 10 à 40 cm de hauteur, à odeur forte et agréable.

Les tiges sont ligneuses dans toute leur partie inférieure, ascendantes ou dressées, à rameaux raides, quadrangulaires, dressés, pubescents et très feuillés.

Les feuilles sont opposées, entières, coriaces, luisantes, glabres, ponctuées - glanduleuses, à limbe lancéolé - linéaire, bordé de cils, très aigu au sommet et atténué en coin à sa base.

Les fleurs, irrégulières, blanches, s'épanouissent depuis le mois de Juillet jusqu'en Septembre sur les coteaux arides et sur les rochers du Midi et du Sud-Est de la France. Ces fleurs sont disposées en faux -

verticilles rapprochés dont l'ensemble constitue une longue grappe composée, terminale et unilatérale. Le calice est tubuleux, un peu en forme de cône renversé, à 5 dents aiguës nettement inégales et égalant à peine le tube. La corolle, à tube long, est très saillante au-delà du calice et présente une lèvre supérieure plus longue que large et une lèvre inférieure relativement développée. Il y a des étamines didynames, courbées - ascendantes. Le style se termine par 2 branches stigmatiques un peu inégales en alène. Les fruits sont des carpelles ovoïdes et lisses.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce préfère les terrains calcaires, ne s'élève guère à plus de 1500 m d'altitude sur les montagnes. Elle est de distribution assez inégale en France, assez rare en Dauphiné, commune en Provence, rare dans les Pyrénées et très rarement subspontanée ou naturalisée dans d'autres contrées. On la rencontre dans toute l'Europe méridionale, ainsi qu'au Caucase et en Algérie.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Stimulant
Tonique
Apéritif
Fortifiant
Stomachique

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Catarrhe muqueux
- Crampes d'estomac
- Crises d'asthme
- Diarrhée aiguë, infectieuse
- Dyspepsie
- Fermentation intestinale
- Flatulence

} infusion

- Gastro-entérite
 - Inflammation du colon
 - Scrofule
 - Vers intestinaux
- } infusion

2. Usage externe

- Douleurs rhumatismales (bain)
- Douleurs nerveuses (bain)
- Engorgement des amygdales (gargarisme)
- Relachement de la luette (gargarisme)
- Ulcères atoniques (lotion)

Autres usages

- Entre dans la composition de l'alcoolat et de l'alcoolature vulnéraire.
- Condimentaire
- Insectifuge (mites des lainages)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Rochers calcaires et coteaux rocailleux, arides de l'Adroit.

Basse-Ubaye

Coteaux de l'Adroit de Pontis
Coteaux du Sauze
Coteaux de Champinasson
Coteaux et escarpements de Coméant
Escarpements de la Roche d'Ubaye
Coteaux du Vallon de Saint-Martin
Escarpements de Champcontier, de Costeplane, de Dramonasc
Coteaux et escarpements des Herbez
Coteaux de Chaudon

Moyenne-Ubaye

Quartier des Blaches à la Malune
Coteaux du torrent des Sagnières
Cône de déjection du Riou-Bourdoux

Haute-Ubaye

Coteaux sous le fort de Tournoux (1600 m d'altitude)
Coteaux de la route du Vallon de Maurin
à saint-Antoine
Coteaux de la Condamine-Châtelard
Coteaux de Serennes

2. NOMS VERNACULAIRES

Pèbre d'ase
Sarriette

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Pèbre d'aï

Pèbre d'ay (Ety. le nom de pèbre a été donné à cette plante parce que desséchée et pulvérisée, elle peut tenir lieu d'un poivre de très basse qualité et aussi parce que les anes en mangent)

Sabruegra, Sabruicha, Sagriega, Sagriecha, Sauriagea, Sendreja, Sarrieta

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Tonique

Stimulant

Apéritif

Fortifiant

Digestif

Stomachique

Expectorant

Autre usage

Condimentaire

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

On récolte la sarriette des montagnes en Juillet-Août lorsqu'elle est en fleurs puis on la fait sécher, comme le thym, en bouquets suspendus dans la grange ou sous l'appentis.

B/ Propriétés

- . Digestif : infusion de la sommité fleurie pour faciliter la digestion
- . Tonique, excitant : l'infusion est considérée comme excitant les sens chez les femmes

- . Sudorifique : en infusion contre les refroidissements
- . Carminatif : infusion de deux plants dans 2 litres d'eau

Autre usage

Condimentaire

SAUGE

SALVIA OFFICINALIS L.

LABIÉES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : monographie 1949 ; 1972, supplément 1974 (sommité fleurie)

* NOMS VERNACULAIRES : Grande sauge, Sauge officinale, Herbe sacrée,
Thé de France.

* ETYMOLOGIE : du latin "salvare", sauver, car on lui attribuait jadis la
propriété de guérir une foule de maladies.

* DESCRIPTION :

C'est un sous-arbrisseau de 30 à 50 cm de hauteur, à odeur
aromatique forte et à saveur aromatique amère, très rameux, à rameaux
nombreux, dressés, quadrangulaires, ligneux à la base sur une assez grande
longueur ainsi que la tige principale.

les feuilles sont opposées, pétiolées, entières, oblongues ou lancéolées,
assez épaisses et à surface un peu rugueuse, finement crénelées, pubescentes
grisâtres ou vertes. Les feuilles inférieures ont un long pétiole
et un limbe ovale à nervure médiane plus claire que le reste du limbe. Les
feuilles supérieures ont aussi une nervure médiane plus claire, mais elles
sont sans pétiole et aiguës au sommet.

Les fleurs d'un bleu-violacé, assez grandes, se montrent depuis le mois
de Juin jusqu'au mois d'Août. Ces fleurs, portées sur des pédoncules très

courts, sont disposées par 3 à 6 en verticilles un peu lâches formant une grappe simple. Le calice, couvert de petits poils, est bilabié, parcouru dans sa longueur par 17 nervures, ses divisions sont toutes aiguës et en pointe, 3 d'entre elles forment la lèvre supérieure. La corolle qui mesure de 2 à 3 cm de long, a son tube muni en dedans d'un anneau de poils, la lèvre supérieure est presque droite. Il y a 2 étamines dont une seule loge est fertile à l'extrémité d'un long connectif ou balancier. Les bractées sont ovales - acuminées et tombent quelque temps après la floraison. Les fruits sont des carpelles ovoïdes-trigones et lisses.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Originnaire de la Méditerranée orientale (elle est très abondante en Grèce et en Yougoslavie), la sauge est acclimatée dans toute la région méditerranéenne, notamment en Italie, en Espagne et dans le midi de la France. Elle est communément cultivée comme plante aromatique et épice.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

feuille et sommité fleurie

Usage interne

Stimulant
Tonique
Digestif
Diurétique
Antispasmodique
Fébrifuge
Antiseptique
Antisudoral
Hypoglycémiant
Emménagogue
Aromatique
Stomachique
Excitant
Céphalique
Cordial

Usage externe

Résolutif

Vulnérable

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

INFUSION

- Adynamie, asthémie, convalescence, atonie
- Aménorrhée, dysménorrhée, ménopause, leucorrhée
- Angine de poitrine, faiblesse de coeur
- Ankylose
- Anthrax
- Anurie, Dysurie
- Anxiété, névrose, psychosténie, neurasthénie
- Artériosclérose, circulation sanguine
- Asthme, bronchite, pneumonie
- Catarrhe
- Coliques, diarrhée persistante
- Crachements de sang
- Crampes d'estomac, digestion difficile
- Dartres, herpès
- Enrouement
- Fistule anale
- Fièvres intermittentes (vin)
- Goître
- Goutte atonique
- Grippe
- Hématurie
- Hydropisie
- Migraine
- Obésité
- Otite
- Parasite
- Refroidissement (liqueur)

- Rhumatisme chronique
- Roséole, rougeole, scarlatine, septicémie
- Spermatorrhée
- Stérilité
- Sueurs nocturnes, transpiration fétide
- Syncope
- Urticaire
- Varice
- Vertige
- Vomissements spasmodiques
- Zona

2. Usage externe

- Amygdalite, angine, gingivite, laryngite (gargarisme)
- Croissance des cheveux (friction de la teinture avec du rhum)
- Dartres, herpès (lotion vineuse)
- Ecchymose (lotion vineuse)
- Eczéma " "
- Engelures " "
- Muguet, aphtes, stomatite (gargarisme, bain de bouche)
- Oedèmes (lotion vineuse)
- Paralysie des membres (bains)
- Refroidissement (bain)
- Ulcère (lotion vineuse, pommade)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Cette plante est cultivée dans les jardins ou dans les potagers ou subspontanée dans les endroits frais et les haies ombreuses autour des fermes.

Basse-Ubaye

Champcelas
Le Lauzet/Ubaye
Le Villard du Lauzet
Le Martinet
Méolans
Champanastay
Les Herbez
Chaudon
La Fresquièrè

Moyenne-Ubaye

Barcelonnette
Uvernet
Fours (Vallon du Bachelard)
Bayasse
Faucon
Les Davids (Jausiers)
Les Sagnières (Jausiers)
Le Lans
Enchastrayes

Haute-Ubaye et Ubayette

La Condamine-Châtelard
Le Villard-Haut
Saint-Paul/s/Ubaye
Meyronnes

2. NOMS VERNACULAIRES

Saouvia

Sauge

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Bons homes

Bouens-homes (Ety. le nom de Bons homes a été donné à cette plante à cause de la couleur bleue de ses fleurs disposées le long de la tige comme un épi, ce qui fait comparer aux religieux établis en Angleterre, en 1259, par le Prince Edouard, sous le titre de Bons - Hommes dont l'habillement était bleu).

Herba de Bouen-Home (Sauge des près)

Salbia, Saubia, Sauvi, Sauvia (Ety. du latin Salvia de Salvare, sauver, à cause des grandes vertus qu'on lui attribuait et dont elle jouit en partie).

Fuelha de Sauvi (feuille de sauge)

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Aromatique

Dépuratif

Stimulant

Digestif, stomachique

Tonique

Vulnéraire, résolutif

Antiseptique

Tonique

Indications thérapeutiques

Affections des voies digestives

Sueurs nocturnes des phtisiques

A/ Parties utilisées, récolte

Les sommités fleuries sont réunies en bouquets que l'on fait sécher dans un grenier ou sous l'appentis.

B/ Propriétés

1. Usage interne

- . Digestif : infusion en cas de difficulté digestive
- . Fortifiant : vin de sauge, bien sucré au printemps pour toute la famille
- . Diurétique : vin de sauge
- . Apéritif : infusion contre le dégoût de la nourriture
- . Cholagogue : infusion en cas de crise de foie
- . Tonique, infusion contre les refroidissements
- . Circulatoire : surtout au moment de la ménopause
- . Couperose : décoction de feuilles

2. Usage externe

- . Emollient : gargarisme avec une infusion concentrée
- . Vulnéraire : lavage des plaies avec l'infusion
- . Masticatoire : sauge fraîche pour renforcer les gencives
- . Anticatarrhale : en fumigation
- . Couperose : compresse faite avec la décoction

3. Usage vétérinaire

- . Digestif : infusion en cas d'indigestion grave pouvant entraîner l'étouffement ou la mort de la bête
- . Apéritif : infusion
- . Refroidissement : fumigation contre un refroidissement chez les ovins.

SCABIEUSE TRONQUEE
SCABIOSA SUCCISA L.
DIPSACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (feuille et fleur)
- * NOMS VERNACULAIRES : Scabieuse succise, Succise, Scabieuse des bois, Mors du diable, Herbe de Saint-Joseph, Tête de loup, Herbe du diable, Charbon
- * ETYMOLOGIE : du latin "scabies", gale, par allusion à de prétendues propriétés médicinales
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace de taille très variable, 5 cm à plus d'un mètre de hauteur. Elle est répandue dans les prés humides, les fossés, et dans les bois.

Les feuilles sont simples, entières ou dentées, les supérieures lancéolées, les inférieures atténuées en pétiole.

Les fleurs bleuâtres, bleues ou un peu lilacées, rarement roses ou blanches, s'épanouissent de Juillet à Septembre. Les fleurs des capitules sont toutes semblables et sensiblement de mêmes dimensions, groupées en demi-sphères, entourées d'un involucre dont les bractées sont disposées sur deux à trois rangs et sont moins longues que l'ensemble des fleurs. Le calice porte 5 arêtes noirâtres qui sont plus longues que l'involucelle.

La corolle présente 4 divisions dressées et égales entre elles. L'involucelle n'est pas portée sur un petit pédoncule, mais entoure étroitement le calice ; cet involucelle est très velu et se termine par 4 dents vertes, ovales et aiguës.

Les espèces suivantes :

SCABIOSA COLUMBARIA L.

SCABIOSA LUCIDA Vill.

SCABIOSA GRAMUTIA L.

ont des propriétés médicinales analogues.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante ne dépasse guère 2000 m d'altitude sur les montagnes. Elle est très commune en général en France et assez commune sur le littoral méditerranéen ainsi que dans toute l'Europe jusq'en Islande. On la rencontre également au Caucase, en Sibérie et en Afrique du Nord.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Parties aériennes ou racine

Usage interne

Tonique

Dépuratif

Digestif

Diurétique

Expectorant

Sudorifique

Usage externe

Résolutif

Vulnéraire

	<p>SCABIOSA</p> <p>SUCCISA SUCCISE</p> <p>ou mors du diable</p>	<p>SCABIOSA</p> <p>COLUMBARIA</p> <p>Colombaire</p>	<p>SCABIOSA</p> <p>LUCIDA</p> <p>luisante</p>	<p>SCABIOSA</p> <p>GRAMUTIA</p> <p>gramontienne</p>
PLANTE	vivace, 30 cm à plus 1 m à souche courte, tronquée sans stolons	vivace, 30 à 80 cm, plus ou moins poilue, à tiges rameuses et à rameaux étalés	vivace, 10 à 30 cm presque sans poils, à tiges simples ou à 1-2 rameaux	vivace, 10 à 30 cm soyeuse-argentée à tiges nombreuses, simples ascendantes, longuement nues au sommet
FEUILLES	entières ou dentées, ovales, les supérieures lancéolées	pubescentes ou velues, celles de la base crénelées ou incisées ou lyrées, celle de la tige pennatiséquées, à segments presque également distants	sans poils, vertes, plus ou moins luisantes, celles de la base crénelées ou incisées celles de la tige rapprochées vers la base, pennatiséquées à segments profonds et étroits	ramassées à la base, linéaires et entières
PEDONCULES	pubescents			
FLEURS	bleues, rarement roses involucre à folioles sur 2 à 3 rangs	d'un bleu-clair, rayonnantes, involucre à 10 folioles linéaires plus courtes que les fleurs	rose lilas, rayonnantes, involucre à 10-15 folioles plus courtes que les fleurs	violet pâle, rayonnantes à 5 lobes inégaux, involucre à folioles lancéolées plus courts que les feuilles
CALICULE ou INVOLUCELLE	calicule très velu, à limbe herbacé divisé en 4 lobes dressés, ovales et aigus	poilu, parcouru par 8 sillons	poilu, creusé de 8 sillons	arrondi, non sillonné, à poils cachant les 8 fossettes du sommet couronne blanchâtre
CALICE	terminé par 5 arêtes noirâtres plus longues que le calicule	arêtes noirâtres et sans nervure, sétacées dès la base	arêtes noirâtres, élargies, avec une nervure saillante à face supérieure	arêtes sétacées, blanchâtres à peine sail-lantes

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Près-bois humides
Champs ou prairies humides
Sagnes jusqu'à la limite des près-bois

Basse-Ubaye

Prairies de Champcelas
Prairies de l'Abbaye du Laverq
Près du Pellegrin (Commune du Lauzet/Ubaye)

2. NOM VERNACULAIRE

néant

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTÉRATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Alexitère
Cordial
Sudorifique
Vulnéraire

Indications thérapeutiques

Contre les tumeurs et les phlegmons

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Cette plante n'est plus utilisée de nos jours par les
Ubayens.

SCROFULAIRE DE HOPPE
SCROFULARIA HOPPEI Koch.
ou SCROFULARIA JURATENSIS Schl.
SCROFULARIACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : non inscrit

* NOMS VERNACULAIRES :

* ETYMOLOGIE : du latin "scrofula", scrofules, par allusion à de prétendues propriétés médicales attribuées à cette plante.

* DESCRIPTION :

C'est une plante bisannuelle ou vivace, de 20 à 60 cm de hauteur, glabre, à souche grosse émettant plusieurs tiges cylindracées - anguleuses.

Elle croît dans les lieux secs et pierreux surtout calcaires, des montagnes. Les feuilles sont la plupart bi-tripennatiséquées, à segments nombreux, distincts, étalés - divariqués, incisés - dentés.

Les fleurs d'un brun rougeâtre, assez petites en panicule pyramidale nue. Le calice est à lobes suborbiculaires scarieux au bord. La corolle, irrégulière, à tube ventru et subglobuleux, à gorge ouverte, à limbe court à 2 lèvres inégales, la supérieure est plus longue que la moitié du tube, souvent munie en dedans d'une petite écaille ou staminode, lancéolée - aiguë. Les étamines didynames sont saillantes.

Le fruit est une capsule de 3-5 mm, subglobuleuse-apiculée.
Cette plante est une sous-espèce de la scrofulaire des chiens
(SCROFULARIA CANINA, L.).

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante préfère les terrains calcaires et peut se rencontrer dans les Alpes jusqu'à 2000 m d'altitude. En France, elle est inégalement distribuée, commune dans le Jura, la Bourgogne, les Alpes, l'Auvergne, les Cévennes et les Pyrénées. Elle pousse également dans le Sud-Ouest, le Centre et le Sud de l'Europe, au Moyen-Orient et en Afrique du Nord.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Souche, sommité fleurie

Usage interne

Emétique	}	à forte dose
Purgatif		
Excitant		
Tonique		
Purgatif		
Vermifuge		

Usage externe

Vulnéraire
Résolutif

B/ Indications thérapeutiques

Usage interne

- Maladies de peau, dartres, eczéma, éruption chronique (décoction de plantes)
- Scrofule (décoction)
- Tumeur ganglionnaire (décoction)

	<p>SCROFULARIO HOPPEI Koch ou S. JURATENSIS Schl.</p>	<p>SCROFULARIA CANINA L.</p>
FEUILLES	<p>la plupart bi-tripennatiséquées, à segments nombreux, distincts, étalés - divariqués, incisés - dentés</p>	<p>feuilles pennatiséquées, à segments peu nombreux, espacés, distincts ou confluent, incisés ou pennatipartites.</p>
FLEURS	<p>d'un brun rougeâtre . assez petites, en panicule pyramidale nue</p>	<p>d'un brun rougeâtre en panicule pyramidale rameuse et multiflore</p>
CAPSULE	<p>3 - 5 mm subglobuleuse - apiculée</p>	<p>3 - 4 mm subglobuleuse - apiculée</p>

Usage externe

- Maladies de peau (cataplasme, fomentation)
- Plaie gangréneuse (cataplasme, fomentation de décoction de plante entière)
- Ulcère (cataplasme, fomentation de décoction de plante entière)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

a) SCROFULARIA HOPPEI Koch

Coteaux rocheux de la zone subalpine

Basse-Ubaye

Coteaux de la Sellette et du Villard au Lauzet/Ubaye

Moyenne-Ubaye

Grave du Bachelard

Coteaux de Grange Commune

Coteaux rocheux de la route du Col d'Allos

Haute-Ubaye et Ubayette

Coteaux de Meyronnes

Coteaux du Vallon de Lauzanier

b) SCROFULARIA CANINA L.

Coteaux pierreux

Haute-Ubaye

Coteaux du ravin de la Condamine

Coteaux du ravin de Serennes

2. NOM VERNACULAIRE

Rue

NOM VERNACULAIRE EN PROVENCE

Herbe de siège

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Antihémorroïdaire

Détersif

Vulnéraire

S. CANINA L.

Amère

Stomachique

Détersif

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Plante entière coupée en petits morceaux et déposée fraîche dans de petits sacs de toile.

B/ Propriétés

Cette plante était utilisée jadis comme insecticide contre les puces, punaises, placée dans les armoires de la maison.

SCUTELLAIRE DES ALPES
SCUTELLARIA ALPINA L.
LABIÉES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : non inscrit
- * NOM VERNACULAIRE : Toque des Alpes
- * ETYMOLOGIE : du latin "scutella" petite écuelle, en raison de la forme du calice.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, de 10 à 30 cm de hauteur, plus ou moins velue, couverte de poils mous, à couche épaisse, ligneuse, dure, émettant de nombreuses tiges simples, quadrangulaires, couchées - ascendantes. Elle pousse sur les rochers et dans les endroits rocailleux des hautes montagnes calcaires.

Les feuilles sont opposées, pétiolées ou subsessiles, rapprochées, plus ou moins poilues, à limbe ovale, obtuses au sommet, largement crénelées ou dentées sur les bords, d'un vert assez foncé et arrondies ou en coeur renversé à la base.

Les fleurs, bleu-violacées rarement blanchâtres, irrégulières avec une lèvre inférieure blanchâtre, sont grandes, rapprochées en épi d'abord dense puis à la fin allongé. Le calice est velu-glanduleux ; la corolle, longue de 2 à 3 cm, est très saillante, pubescente à tube courbé. Il y

a 4 étamines rapprochées - parallèles sous le casque. Les anthères sont ciliées, celles des étamines extérieures à 1 loge, celles des étamines intérieures à 2 loges presque parallèles et le style est à lobes presque égaux. Les bractées sont larges, oblongues, entières, membraneuses souvent colorées d'une teinte pâle ou purpurine et elles recouvrent les calices.

Les fruits sont des carpelles subglobuleux.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce préfère assez souvent les terrains calcaires, ordinairement limitée entre 1100 et 2000 m d'altitude mais peut se trouver jusqu'à 2400 m dans les Alpes. Elle est assez commune ou assez rare en France, dans les Alpes, la Côte d'Or, les Cévennes et les Pyrénées. Elle croît également dans le Centre et le Sud de l'Europe ainsi qu'en Sibérie, au Moyen-Orient et dans le Caucase.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Plante entière

Stomachique

Antipyrétique

B/ Indications thérapeutiques

- Paludisme
- Fièvres tierces
- Infusion stomachique

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Coteaux pierreux et rochers de la zone subalpine
Grèves des torrents et cônes de déjection

Basse-Ubaye

Coteaux et crêtes du Peyron (Montagnac)
Coteaux du Vallon du laverq
Crêtes des Alpagnes de la Gourette

Moyenne-Ubaye

Coteaux de la route du Col d'Allos
Coteaux de Galamonds -Enchastrayes
Grave du Bachelard
Grave du torrent d'Enchastrayes
Coteaux du Vallon de Grange Commune
Coteaux de la zone subalpine de Champérous
Coteaux du chemin horizontal des Maïtz

Haute-Ubaye

Coteaux de la route du Col de Vars
Coteaux du Vallon de Maurin
Coteaux et rochers de la Condamine-Châtelard
Coteaux de Serennes

2. NOM VERNACULAIRE

Toque des glaciers ou des alpes

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Stomachique
Vermifuge

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Cette espèce ne semble plus être employée aujourd'hui par les Ubayens.

SERPOLET
THYMUS SERPYLLUM L.
LABIÉES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1949 ; 1972, supplément 1974
(sommité fleurie)
- * NOMS VERNACULAIRES : Thym-serpolet, Thum-sauvage, Pilolet, Serpoule, Thym rouge, Thum bâtard, Poleur, Poliet, Poulliot, Pouilleux, Petit poulliot, Sent-il-bon, Bouquet, Fringueulette, Pignolet, Pélévouet
- * ETYMOLOGIE : du grec "thyô", je parfume, ou "thymos", force, parce que c'est une plante aromatique et stimulante.

* DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, polymorphe, de 5 à 30 cm de long, verte, glabre ou peu velue, aromatique, qui présente de nombreuses formes.

La souche émet de longues tiges, quadrangulaires, rougeâtres, couchées, réunies en gazon serré. Ces tiges sont presque toujours pourvues de racines adventives pouvant prendre naissance sur les points les plus divers des entre-noeuds. Les tiges florifères et les rameaux sont brièvement poilus.

Les feuilles à nervures saillantes, souvent d'un vert luisant, sont

petites, opposées, obovales, glabres, linéaires-oblongues et longuement atténuées en un pétiole cilié.

Les fleurs roses, rosées, parfois blanchâtres, blanches ou pourprées, groupées en capitules ovales, ou ovoïdes ou en épis interrompus, s'épanouissent depuis le mois de Juin jusqu'au mois de Septembre dans les lieux secs, arides et surtout calcaires, sur les coteaux rocaillieux, dans les pâturages, sur les pelouses sèches, rocailleuses et sur les rochers des hautes montagnes. Le calice poilu tout autour ou glabre au-dessus, présente une lèvre supérieure dont les 3 lobes sont séparés entre eux jusqu'au tiers de sa longueur.

La corolle est bilabiée, à tube inclus, à lèvre supérieure dressée, émarginée, l'inférieure étalée à 3 lobes. Il y a 4 étamines didynames, saillantes, droites et divergentes ; les anthères sont à loges également divergentes.

Les fruits sont des carpelles ovoïdes et lisses.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante peut croître sur tous les terrains, s'élève jusqu'à de grandes altitudes. Elle est très commune en France, sous l'une ou l'autre de ses formes. Elle est répandue dans presque toute l'Europe, ainsi qu'à l'Ouest et au Centre de l'Asie, en Afrique du Nord. Le serpolet est naturalisé en Amérique du Nord.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Plante entière

Stimulant
Tonique
Stomachique
Expectorant
Diurétique
Antispasmodique
Emménagogue

	THYMUS SERPYLLUM L.	THYMUS MONTANUS Waldst	THYMUS LANUGINOSUS Mill.	THYMUS POLYTRICHUS KERN	THYMUS CHAMAEDRYS Friz.
INFLORESCENCE	en têtes globuleuses ou ovoïdes	en épis à verticil- les inférieurs écartés	en têtes ovales ou en épis courts	en épis	en têtes globuleuses ou ovales, à verticill rapprochées
CALICE	poilu tout autour ou glabre en dessus	sans poils ou glabrescent du côté supérieur	très velu à lèvre supé- rieure trifide jusqu'au milieu	hérissé à lèvre supérieure trifide jusqu'au tiers	poilu tout autour ou sans poils au dessus
RAMEAUX	assez allongés, brièvement pubescents tout autour	allongés, glabres ou poilus sur 2 faces alternativement opposées ou sur les angles	allongés, lâchement feuillés, velus hérissés tout autour	couchés - ascendants longuement velus sur 2 faces opposés alternative- ment	allongés, sans poils ou poilus sur 2 faces alternativement opposées ou sur les angles
FEUILLES	étroits sans poils sur les faces et à nervures saillantes	sans poils sur les faces et à nervures peu saillantes	ovales densément velues sur toute leur surface à nervures peu saillantes	ovales hérissées sur les 2 faces à nervures peu saillantes	obovales sans poils sur les faces à nervures peu saillantes
	lieux secs et arides surtout calcaires	pâturages et rochers des hautes montagnes	pelouses sèches et rocailles des hautes montagnes	pâturages et rocailles des hautes montagnes	lieux incultes sur terrains siliceux

Vermifuge
Antiseptique
Astringent
Sédatif

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Affections spasmodiques, convulsives des voies respiratoires (infusion)
- Aménorrhée (infusion)
- Catarrhes chroniques (infusion)
- Constipation des bébés (infusion)
- Flatulence (infusion)
- Grippe (infusion)
- Hémorragie utérine (infusion)
- Insomnie (infusion)
- Leucorrhée (infusion)
- Maladies infectieuses de l'intestin
des reins (infusion)
de la vessie
- Maux de tête, migraine (infusion)
- Spasmes de l'oesophage, de l'intestin (infusion)
- Toux, coqueluche, asthme humide (infusion)
- Vers intestinaux (ascaris, oxyures) (infusion)

2. Usage externe

- Epistaxis (poudre)
- Gonflement articulaire (enveloppement chaud)
- Hémorragie utérine (bain)
- Névralgie (compresse, lotion)
- Ophtalmie des nouveaux nés (lotion)
- Sciatique (lotion, compresse)
- Spasmes douloureux, utérins (enveloppement chaud)

3. Autres usages

- Condiment
- Liquoristerie, parfumerie

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Sur sol aride et sec : pelouses rocailleuses, coteaux pierreux jusqu'à la zone alpine.

Basse-Ubaye

Pelouses du Vallon du Laverq
Pelouses du Vallon de l'Ambouin
Pelouses du Vallon du Col Bas
Pelouses de la Gourette

Moyenne-Ubaye

Coteaux de Galamonds- Enchastrayes
A la base du torrent d'Enchastrayes
Pelouses du Vallon d'Enchastrayes
Pelouses du Col de la Pare
Pelouses de Soleille-Boeuf
Coteaux des Maïtz
Pelouses du Vallon de Clapouse

Haute-Ubaye et Ubayette

Pelouses du Col de Longet
Pelouses du Vallon de Maurin
Pelouses de la Forêt subalpine du Lauzon
Pelouses du Vallon du Lauzanier
Pelouses de l'Oronaye

2. NOM VERNACULAIRE

Serpolet

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Serpoula

Sarpoulet

Serpoul

Serpoulet (Ety. du latin "serpillum", dérivé du grec "serpullos" dont la racine est "erp", je rampe, parce que cette plante est rampante).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Stomachique

Expectorant

Béchique

Antispasmodique

Stimulant

Excitant

Carminatif

Diurétique

Antiseptique

Résolutif

Médecine vétérinaire

Fièvre aphteuse

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

On récolte en juillet-Août, la plante entière fleurie mais débarrassée de ses racines. On en fait des bouquets que l'on sèche à l'ombre sur une table dans la grange ou dans le grenier.

B/ Propriétés

1. Usage interne

. Digestif : infusion de la plante entière ou des sommités fleuries

- . Sudorifique : infusion contre un refroidissement
- . Antitussif : infusion calme la toux
infusion contre la bronchite
infusion avec quelques fleurs de coquelicot diminue la
durée et l'intensité des quintes de toux.

2. Usage vétérinaire

- . Contre la fièvre aphteuse : décoction de la plante entière
- . Utilisé en fumigation tant chez l'homme que chez l'animal

3. Autre usage

- . Condimentaire

SUMAC FUSTET
RHUS COTINUS L.
TEREBINTHACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : non inscrit

* NOMS VERNACULAIRES : Fustet, Arbre à perruque, Barbe de Jupiter,
Pompon, Coquecigué.

* ETYMOLOGIE : du grec "rous", rouge, à cause de la couleur des feuilles
et des fruits à leur maturité.

* DESCRIPTION :

C'est un arbrisseau de 3 à 4 m de hauteur, à odeur de térébenthine et au tronc gerçuré et écailleux. La cime est arrondie, peu fournie ; les rameaux sont gris rougeâtres ou gris verdâtres, glabres et rapprochés en fascicules.

Il croît sur les coteaux secs, arides des montagnes du Sud-Est de la France.

Les feuilles sont alternes , simples, entières, ovales, glabres, plus ou moins glauques, mates sur les deux faces et longuement pétiolées. Le limbe est arrondi au sommet et en coin à la base. Ses feuilles deviennent d'un jaune ou d'un rouge plus ou moins vif en Automne.

Les fleurs jaunâtres apparaissent en Juin-Juillet groupées en panicules très lâches composées de cymes trichotomes. Les pédoncules floraux, ac-

crescents, se garnissent de longs poils rougeâtres après la floraison et forment une panicule plumeuse d'un bel effet décoratif. Il ya 5 sépales persistants ; 5 pétales ovales, étalés blanchâtres et 5 étamines à filet court, muni d'un disque sur lequel est inséré l'ovaire tricarpellé devenu uniloculaire par avortement.

Le fruit est une drupe brune et luisante presque sèche à maturité dont le noyau uniloculaire renferme une seule graine dépourvue d'endosperme.

* DESCRIPTION GEOGRAPHIQUE

Cet arbrisseau peut s'élever jusqu'à 1000 m d'altitude dans les Alpes. Il est très rare dans les Pyrénées, parfois subsponané ailleurs en France. Il est répandu dans toute l'Europe méridionale jusqu'au Caucase.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Feuille

Usage externe

Astringent

Hémostatique (gargarisme et bains de bouche)

Ecorce de la tige

Usage interne

Fébrifuge

B/ Indication thérapeutique

néant

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Coteaux, grèves des torrents de l'Adroit.

Basse-Ubaye

Coteaux de Champcontier

Coteaux d'Ubaye

Coteaux de Dramonasc

Champanastay

Le Martinet

Méolans

2. NOMS VERNACULAIRES

Fustet

Bois jaune

NOM VERNACULAIRE EN PROVENCE

Lou Fustet (Ety. fusta, petit bois, petit arbre)

Les feuilles desséchées pour l'usage des tanneurs sont appelées rous.

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Aucune indication thérapeutique n'est mentionnée dans les ouvrages que nous avons compulsés.

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Partie utilisée, récolte

En Mai-Juin, les sommités fleuries sont cueillies fraîches et regroupées en un bouquet.

B/ Propriétés

Insectifuge :

Un bouquet de fleurs fraîches est placé dans la chambre ou sur la table de la cuisine au moment du repas.

Autre usage

Jadis, on teignait les lainages en jaune avec les jeunes rameaux de cet arbuste.

SUREAU COMMUN
SAMBUCUS NIGRA L.
CAPRIFOLIACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (écorce, fleur, fruit)
- * NOMS VERNACULAIRES : Sureau noir, Sureau, Suseau, Susier, Haut-bois, Grand sureau, Sus, Seus, Seuillet, Seuillon, Arbre de Judas
- * ETYMOLOGIE : du grec "sambucé", flûte parce que les rameaux, vidés de la moelle, servent à faire des flûtes et des seringues.
- * DESCRIPTION :

C'est un arbuste ou un petit arbre, de 3 à 5 m de hauteur, à écorce du tronc gris-noirâtre, fendillée, à moelle blanche abondante. Cette espèce croît dans les haies et les bois, au pourtour des champs, aux bords des chemins, des ruisseaux ou des cours d'eau. Les feuilles sont opposées, composées - imparipennées, à 5-7 folioles ovales -aiguës et dentées. ces feuilles ont souvent à leur base de très petites stipules, parfois en forme de glandes nectarifères. Les inflorescences, volumineuses, sont des corymbes de cymes. Les fleurs, d'odeur forte, peu agréable à l'état frais, ont un calice réduit à 5 dents, une corolle blanc jaunâtre à 5 lobes arrondis. Il y a 5 étamines concrescentes avec le tube de la corolle et à anthères extrorses. L'ovaire

infère, à 3 loges, donne une baie arrondie de 3 mm de diamètre, verte puis d'un noir brillant, renfermant 3 graines à albumen charnu dans un suc rouge violacé.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Originnaire de l'Europe Centrale et Méridionale, le sureau noir est répandu en France dans les bois et les haies, et planté dans les jardins.

On le rencontre également en Asie Occidentale et en Afrique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Ecorce, feuille, fruit, fleur

Feuille fraîche

Laxatif

Fleur sèche

Antidiarrhéique

Sudorifique

Diurétique

Emollient

Aubier (écorce de la racine)

a) Usage interne

Sudorifique

Diurétique

Purgatif

Vomitif

b) Usage externe

Détersif

Résolutif

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Ankylose (infusion de fleurs)
- Angine de poitrine (infusion de fleurs)
- Anurie (décoction d'écorce, infusion de fleurs, vin de baies)
- Arthrose, engorgement artriculaire (décoction d'écorce)
- Ascite (décoction d'écorce)
- Bronchite, pneumonie, rougeole, scarlatine, toux (décoction de fleurs sèches)
- Calculs hépatiques, biliaires, urinaires (infusion de fleurs)
- Cirrhose du foie (infusion de fleurs sèches)
- Colique (infusion de fleurs)
- Constipation (décoction d'écorce dans l'eau ou dans du petit lait)
- Dartres, herpès, démangeaison, éruption chronique (infusion de fleurs)
- Diarrhées (infusion de fleurs)
- Dysurie (décoction d'écorce)
- Engorgement atonique de viscères (feuilles fraîches dans du petit lait)
- Enrouement (infusion de feuilles)
- Hydarthrose (infusion de fleurs fraîches)
- Hydropisie (décoction d'écorce - suc de baies)
- Ictère (infusion de jeune sommité)
- Insuffisance pancréatique (infusion de fleurs)
- Néphrite chronique (infusion de jeunes feuilles dans du petit lait)
- Névralgies (suc frais de baies)
- Oedème (infusion d'écorce)
- Refroidissement (décoction d'écorce, de fleurs sèches, suc frais de baies)
- Rhumatisme articulaire aigué (suc frais de baies)
- Rhume (infusion de fleurs)
- Sueurs nocturnes (infusion de fleurs)
- Variole (infusion de fleurs)

2. Usage externe

- Amygdalite (fumigation)
- Anthrax (compresse de fleurs fraîche)
- Blépharite (compresse de décoction de fleurs sèches)
- Brûlure (compresse de fleurs fraîches)
- Conjonctivite (lotion de fleurs sèches)
- Eczéma (compresse de décoction de fleurs sèches)
- Epistaxis (poudre de feuilles sèches)
- Erisipèle (compresse de décoction de fleurs sèches)
- Hémorroïdes (pommade de feuilles fraîches)
- Inflammation locale (compresse de fleurs fraîches)
- Panaris, phlegmon, plaies, tumeurs froides, ulcère (compresse de fleurs fraîches)
- Teigne (pommade d'écorce fraîche)

C/ Toxicité

Les feuilles et la deuxième écorce (aubier) sont toxiques .

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Bois, haies, aux bords des champs, des ruisseaux et aux alentours des villages et des hameaux.

Basse-Ubaye

Le Lauzet/Ubaye
Le Villard du Lauzet
Le Seuil du Lauzet
Champcontier
Costeplane
Les Herbez
Champanastay
St Barthélémy
Saint-Jacques
Méolans

Moyenne-Ubaye

Miraval
La Lauze
Clot Meyran
Saint-Pons
Les Allemands
Pra-Soubeiran
Bouzoulières
Saint-Flavy
Guenier

Haute-Ubaye et Ubayette

Bois des Tardées
La Condamine-Châtelard
Meyronnes

Les Gleizolles
Saint Paul/s/Ubaye
Les Prads

2. NOMS VERNACULAIRES

Sambuquier
Seic
Séic
Sureau

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Bombardelier. Bombardier
Chagut
Couloubri
Couloubri^{gnier}, Sahuquier, Sahu
Sambequier, Sambiquier, Sambuc

Sambuquier (Ety. du latin "Sambucus" formé du grec "sambuké" instrument de musique que l'on fabriquait avec le bois de cet arbre, d'où Sambuc et de la terminaison "ier", d'autres prétendent que sambucus vient du mot arabe qui signifie purger.

Sampechier
Sauc, **Sau**quier
Sicicar
Soic
Souei
Suelh

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Aubier

Eméto- cathartique
Fébrifuge

Fleur

Emollient

Calmant
Sudorifique
Adoucissant
Anti-ophtalmique

Feuille

Résolutif
Purgatif

Rob

Purgatif hydragogue

Indications thérapeutiques

Contre l'érysipèle (fleurs vinaigrées)
Contre les rhumatismes (bain)
Contre les inflammations, les fluxions et les phlegmons

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

On cueille les fleurs à leur épanouissement. Les fruits sont ramassés dès qu'ils sont noirs, l'écorce et l'aubier en automne.

B/ Propriétés

1. Usage interne

- . Diurétique : infusion concentrée de fleurs
- . Emollient : infusion de fleurs contre l'angine
 - " de fleurs contre le rhume
 - " de fleurs contre la toux
- . Sudorifique : infusion concentrée de fleurs
- . Stomachique : décoction des fruits pour les maux d'estomac
 - confiture de fruits
- . Purgatif : décoction de racines

TANAIISIE ORDINAIRE
TANACETUM VULGARE L.
COMPOSEES - RADIEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : 1972 supplément 1974 (sommité fleurie)

* NOMS VERNACULAIRES : Tanaisie vulgaire, Tanaisie, Herbe-de-Saint-Marc, Barbotine, Herbe-de-Sainte-Maire, Herbe amère, Tanacée, Ganelle, Espergonte, Herbe-aux-vers, Remise, Sent-bon.

* ETYMOLOGIE : du grec "tanaos", long, parce que les fleurs restent longtemps sans se flétrir.

* DESCRIPTION :

C'est une grande herbe, vivace, haute de 80 cm à 1,20 m, à tige droite, simple, glabre, sillonnée longitudinalement. Elle croît dans les endroits incultes, au bord des chemins, sur les berges des cours d'eau, dans les terrains humides. On la cultive également dans les jardins.

Les feuilles, pétiolées à la partie inférieure de la tige, sessiles et embrassantes au sommet, sont ovales, profondément pennatiséquées ; chaque segment étant denté ou divisé en lobes secondaires, larges et aplatis. Les capitules jaune d'or, à fleurs toutes tubuleuses, sont groupés en un corymbe composé très serré et s'épanouissent depuis le mois de Juillet

jusqu'au mois de Septembre. Les fleurs du pourtour sont staminées et terminées par 3 dents ; les autres sont stamino-pistillées à 5 dents. L'involucre est formé de bractées coriaces, obtuses, membraneuses et finement déchiquetées à leur sommet.

Les fruits sont des akènes à 5 côtes. La plante possède une odeur forte, aromatique et une saveur amère et brûlante.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce ne s'élève guère à plus de 1400 m d'altitude sur les montagnes. Elle est commune en beaucoup de contrées mais de distribution très inégale en France. Elle est aussi répandue dans presque toute l'Europe, en Sibérie, dans le Caucase et en Arménie.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Sommité fleurie

1. Usage interne

Tonique
Digestif
Excitant
Diurétique
Vermifuge
Emménagogue
Fébrifuge
Antiseptique
Astringent

2. Usage externe

Insecticide
Vulnéraire

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Aigreur d'estomac (vin blanc)
- Aménorrhée, dysménorrhée, leucorrhée (infusion)
- Catarrhe (infusion)
- Chlorose "
- Colique "
- Crampes "
- Diabète (infusion avec feuilles de Myrtille)
- Diarrhées chroniques (infusion)
- Fièvre (infusion)
- Hystérie "
- Spasmes (infusion)
- Vers intestinaux (infusion de semence, poudre, salade de feuilles avec l'huile d'oeillette)
- Vertiges (infusion)

2. Usage externe

- Entorse (cataplasme)
- Gercures des mains (suc)
- Goutte (cataplasme)
- Rhumatismes (cataplasme avec ou sans vin blanc chaud)
- Ulcères atonique, gangréneux, vermineux (cataplasme avec ou sans vin blanc chaud)

C/ Toxicité

- A forte dose, c'est un convulsivant et toxique

D/ Autre usage

- Insecticide

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Cette plante est cultivée dans quelques jardins, ou subspontanée aux bords des ruisseaux, autour des habitations.

Basse-Ubaye

Champcelas

Le Villard du Lauzet/Ubaye

Moyenne-Ubaye

Faucon

2. NOM VERNACULAIRE

Tanaisie

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE.

Herba-deis-marrouns

Herba-de-ver

Menta d'Espagne

Tamarida

Tanarida

Tanasida

(Ety. du latin "tanacitum" qui n'est, selon Linne, qu'une altération de Athanasia qui signifie immortalité, parce que sa fleur se conserve longtemps).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Vermifuge (oxyures)

Insecticide

Excitante

Stomachique
Emménagogue
Fébrifuge
Tonique amer

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

On récolte les sommités fleuries que l'on réunit en bouquets que l'on fait sécher en les suspendant à un fil tendu dans la grange.

On en coupe des tiges florifères très feuillées à l'automne.

B/ Propriétés

1. Usage interne

Digestif : liqueur, pour faciliter la digestion

2. Usage externe

Insecticide : - Nombreuses tiges florifères mises dans la niche en guise de litière ou dans la paille de la niche
- les branches fleuries répandues entre le matelas et le sommier contre les puces et les punaises

3. Usage vétérinaire

Digestif : décoction de sommités fleuries contre les indigestions des animaux (bovins).

THYM COMMUN
THYM VULGARIS L.
LABIÉES

II. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1949 ; 1972 supplément 1974 (feuille et
sommité fleurie)
- * NOMS VERNACULAIRES : Thym vulgaire, Barigoule, Farigoule, Faligoule,
Frigoule, Mignotise-des-Genevois
- * ETYMOLOGIE : du nom grec de la plante "thymos" venant du mot "thuô",
parfumer, car les plantes de ce genre sont très odorifantes.
- * DESCRIPTION :

C'est un sous-arbrisseau formant des touffes d'aspect grisâtre, de 20 à 30 cm de hauteur, très aromatique. Le thym croît dans les endroits secs et arides, sur les coteaux pierreux de l'adroit des montagnes ou sur les rochers. Les tiges sont ligneuses, tortueuses, dressées, très rameuses, à rameaux quadrangulaires, tomenteux-blanchâtres tout autour. Les feuilles sont subsessiles à extrémité obtuse, petites, opposées, lancéolées ou linéaires, enroulées sur leurs bords et couvertes en dessous d'un tomentum dense. La plupart d'entre elles donnent naissance à leur aisselle, à de petits rameaux très courts dont on ne voit que les feuilles qui semblent réunies en faisceaux

Les fleurs purpurines-rosées, groupées en glomérules, s'épanouissent d'Avril à Juillet. Le calice est velu, à 5 lobes et à tube un peu bossu dans sa partie inférieure. La corolle est bilabée, la supérieure étant échancrée, l'inférieure est divisée en 3 lobes. Il y a 4 étamines didyames, saillantes, droites et divergentes. Les anthères sont à loges divergentes.

Les fruits sont des carpelles ovoïdes et lisses.

Le thym a une odeur et une saveur très aromatique et caractéristique.

Il existe plusieurs variétés de thym, qui diffèrent par la dimension des feuilles, la pilosité, la disposition des fleurs et la composition de l'huile essentielle.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante préfère souvent les terrains calcaires ou argileux ; elle peut s'élever jusqu'à 1500 m d'altitude dans les Alpes. Elle est commune dans la région méditerranéenne et encore abondante sur les talus, les rocailles dans les Alpes de Provence jusqu'à 1200 m. On la trouve à l'état spontané dans tout le Midi de la France, dans la Péninsule Ibérique ainsi qu'en Italie. Il est fréquemment cultivé dans les jardins pour des usages culinaires.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Sommité fleurie

- Tonique
- Stomachique
- Stimulant
- Antispasmodique
- Pectoral
- Emménagogue
- Carminatif
- Diurétique

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Anurie (infusion)
- Asthme "
- Catarrhe "
- Coliques "
- Convalescence (infusion)
- Courbature "
- Crampes, crampes d'estomac (infusion)
- Digestion difficile (infusion)
- Dysménorrhée, leucorrhée (infusion)
- Dyspepsie (essence de thym dans l'alcool)
- Enrouement (infusion)
- Neurasthénie (infusion)
- Névralgie (infusion)
- Paralysie (infusion)
- Parasite "
- Psychasténie (infusion)
- **Sciaticque** "
- Toux, coqueluche (infusion)
- Vers intestinaux (potion : essence dans l'alcool)

2. Usage externe

- Adynamie, anémie, asthénie, atonie, rachitisme (bain fortifiant)
- Douleurs de carrie dentaire (thymol)
- Contusions (lotion, compresse, enveloppement)
- Courbature (bain)
- Luxation (compression, lotion, enveloppement)
- Rhumatisme chronique des vieillards, goutte avec points douloureux
(lotion, compresse, enveloppement)

3. Remarque

Les propriétés sont voisines de celles du serpolet.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Terrains secs, rocailleux
Coteaux ensoleillés et arides

Basse-Ubaye

Coteaux de Roche-Rousse
Coteaux de Champinasson
Coteaux du Noyeret
Coteaux Coméant
Coteaux de la Roche d'Ûbaye
Coteaux de l'Adroit du Pontis

2. NOM VERNACULAIRE

Thym

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Faligoula, Faligouleta, Farigola, Farigoula, Farigoulita,
Ferigla, Ferigoula,
Herbas finas
Herbas menudes
Rigoula

(Ety. du grec "phalangion", plante salutaire)

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Digestif
Béchique
Carminatif
Tonique
Stomachique
Antispasmodique
Antiseptique
Antiparasitaire

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

A la belle saison, on ramasse le thym fleuri du côté d'Ubaye. On en fait des bouquets que l'on fait sécher en les suspendant à un fil dans la grange ou sous l'appentis.

B/ Propriétés

1. Usage interne

- . Digestif : infusion de sommités fleuries
- . Cholagogue : l'infusion soigne une crise de foie
- . Stomachique : calme les spasmes et les maux d'estomac

2. Usage externe

- . Antiseptique : décoction pour bain de siège tous les jours jusqu'à guérison

3. Autre usage

- . Condimentaire

TILLEULS OFFICINAUX

TILLEUL SAUVAGE A PETITES FEUILLES

TILIA CORDATA Mill ou T. SYLVESTRIS Desp.
ou T. PARVIFOLIA Ehr. ou T. ULMIFOLIA Scop.

TILLEUL A GRANDES FEUILLES

TILIA PLATYPHYLLOS Scop.
ou TILIA GRANDIFOLIA Ehr.

TILIACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1949 ; 1965 et 1972 et supplément 1974
(aubier, inflorescence)
- * NOMS VERNACULAIRES : Teil, Til (en vieux français)
- * ETYMOLOGIE : du latin "telum", javelot, le bois de tilleul servait chez les Anciens à faire les javelots.
- * DESCRIPTION :

Les tilleuls sont des arbres pouvant atteindre 20 à 30 mètres, de haut, dont le tronc à écorce grise et lisse, est couronné d'une cime ramifiée, à branches inférieures étalées horizontalement.

Les feuilles, en coeur à la base, sont brusquement acuminées et à bords dentés.

Chez le tilleul à petites feuilles, TILIA SYLVESTRIS Desp., elles sont glabres, sauf à l'aisselle des nervures où se trouvent des poils roux.

Chez le tilleul à grandes feuilles, TILIA PLATYPHYLLOS Scop., les feuilles, plus grandes, sont molles et un peu velues à la partie inférieure.

Les fleurs s'épanouissent en Juin - Juillet à l'aisselle des feuilles.

Elles sont disposées en une cyme dont le pédoncule est soudé, dans sa partie inférieure, à une longue bractée membraneuse, presque incolore ou d'un

vert-jaunâtre.

Les fleurs, d'un blanc-jaunâtre, ont un calice formé de 5 sépales libres, ovales et une corolle composée de 5 pétales oblongs. Les étamines sont en nombre indéfini, libres. Le pistil pentaloculaire, globuleux, est surmonté d'un style se divisant en 5 lobes stigmatiques.

Chez le *TILIA PLATYPHYLLOS*, les fleurs sont généralement au nombre de 2 à 5 par cyme au lieu de 5 à 10 chez le *TILIA SYLVESTRIS*. La bractée, plus large que dans la seconde espèce, est fortement décurrente sur le pédoncule et sa longueur dépasse rarement celle du pédoncule.

Les inflorescences au moment de la cueillette doivent être au stade de pleine floraison et ne doivent pas comporter de parties brunâtres.

Le fruit est une petite capsule indéhiscence à parois minces et lisses pour le tilleul sauvage, plus épaisses et marquées de côtes pour le tilleul à larges feuilles ; il renferme une ou deux graines albuminées.

La pharmacopée admet le remplacement des inflorescences des espèces précédentes par celles du tilleul dit de Hollande, (*T. INTERMEDIA* DC ou *T. VULGARIS* Hayne) qui ne serait peut-être qu'un hybride et qui a des caractères intermédiaires entre ceux des espèces officinales. Par contre, sont rejetées les inflorescences du tilleul argenté dit tilleul d'Italie (*T. ARGENTEA* Desp. ou *T. TOMENTOSA* Moench) dont les feuilles ont un tomentum blanchâtre à la face inférieure. Les fleurs de ces espèces possèdent en plus des faisceaux staminaux normaux, 5 staminodes pétaloïdes, caractère également présenté par des tilleuls d'origine américaine.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Les tilleuls officinaux sont spontanés dans nos bois, abondants surtout dans le Sud-Est et les Pyrénées et rencontrés dans toute l'Europe surtout méridionale.

Le tilleul sauvage préfère les terrains calcaires et peut s'élever jusqu'à 1500 m d'altitude.

Le tilleul à grandes feuilles peut s'élever jusqu'à 1300 m d'altitude dans les Alpes et jusqu'à 1400 m dans les Pyrénées.

Ils sont plantés dans les avenues et les parcs et sont cultivés en grand en France dans le massif des Barronies au Sud-Ouest des Pré-Alpes.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Fleur

Antispasmodique
Calmant
Sudorifique
Diurétique
Antipléthorique

Aubier, feuille

Emollient
Adoucissant
Cholagogue

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Angine de poitrine (infusion)
- Artériosclérose "
- Asthme, bronchite, grippe (infusion)
- Athérome (infusion)
- Brûlure; et douleurs de la goutte (décoction de feuilles et d'aubier - charbon de bois)
- Calculs hépatique et biliaire (infusion)
- Coliques (infusion)
- Congestion cérébrale (infusion)
- Congestion pulmonaire "
- Courbatures (infusion)
- Crampes, crampes d'estomac (infusion)
- Diarrhées chroniques (décoction de feuilles ou d'aubier- charbon de bois)
- Digestion difficile (infusion - charbon de bois)
- Flatulence, haleine fétide (charbon de bois)
- Frissons, refroidissement (infusion)
- Gastro-entérite (décoction de feuilles et d'aubier - charbon de bois)

	TILIA PLATYPHYLLOS Scop.	TILIA SILVESTRIS Desp.	TILIA INTERMEDIA DC
FEUILLES	grandes vertes et mollement velues en dessous à aisselles garnies de poils blanchâtres	petites suborbiculaires glauques et glabres en-dessous, à aisselles garnies de poils roussâtres	grandes vertes et glabrescentes en dessous à aisselles garnies de poils roussâtres
BOURGEOIS	velus à 3 écailles apparentes	glabres à 2 écailles apparentes	glabres, à 2 écailles apparentes
BOURGEOIS	2 à 5 blanc - jaunâtre très odorantes	5 à 10 blanc sale odeur faible	nombreuses blanchâtres odorantes
FRUITS	gros, velu obovoïde à parois ligneuses à 5 côtes saillantes	petits globuleux tomenteux à parois minces et fragiles, à côtes peu ou point saillantes	gros elliptiques velus à parois épaisses et résistantes à 5 côtes saillantes

- Maux de reins et de la vessie (infusion)
- Migraine, névralgies (infusion)
- Neurasthénie, névrose, psychasténie (infusion - décoction d'aubier)
- Tétanos (infusion)
- Vertiges "
- Vomissements nerveux (infusion)
- Zona (infusion)

2. Usage externe

- Blépharite (bains d'yeux)
- Brûlures et douleurs de la goutte (lavement de la décoction de feuilles et de l'aubier)
- Brûlure (cataplasme de feuilles)
- Convulsions des enfants (grand bain d'infusion de fleurs)
- Diarrhées chroniques (lavement de la décoction de feuilles et d'aubier)
- Furoncle (pommade à base d'aubier)
- Gingivite (bain de bouche d'infusion de fleurs)
- Hémorroïdes enflammées (cataplasme de feuilles)
- Plaies douloureuses, dartres vives (cataplasme de feuilles).

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Les tilleuls officinaux sont subsponnés et spontanés dans les forêts de l'Ubaye comme dans la zone subalpine du quartier des Blaches à la Malune.

On les rencontre également plantés dans quelques jardins ou le long des routes.

Basse-Ubaye

Route du Pellegrin au Pas de la Tour

Route du Lauzet à Champanastay

La Rouvière

Route de Champanastay à Longe Feyssole via le Martinet

2. NOMS VERNACULAIRES

Tilhu

Tilleul

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Theilh

Tiei

Til

Tiliol

Tilhoou

Tilhul

Tillot

Tilloul

Tillut

(Ety. du latin "tilia", dont on ignore l'origine).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Fleur

Calmant
Sédatif
Sudorifique
Antispasmodique

Feuille et écorce

Lotions émollientes

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les fleurs sont cueillies en Juin-Juillet puis on les fait sécher rapidement à l'ombre en les étalant sans les remuer sur une table.

B/ Propriétés

Usage interne

Digestif : l'infusion de fleurs avec deux feuilles de cassis facilite la digestion

Sédatif : infusion concentrée de sommités fleuries ou infusion d'aubier

Circulatoire : infusion de fleurs pendant toute la durée de la ménopause.

Usage externe

Calmant : faire bouillir des sommités fleuries. Refroidir la décoction puis la verser dans l'eau destinée à un bain.

Cela calme la personne qui est énervée.

C/ Remarque

L'utilisation du tilleul est identique à celle de l'aubépine.

TUSSILAGE
TUSSILAGO FARFARA L.
COMPOSEES - RADIEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : monographie 1949 ; monographie 1965 ; 1972 supplément 1974 (capitule floral)
- * NOMS VERNACULAIRES : Pas d'âne, Herbe de Saint-Quirin, Taconnet, Chou de vigne, Herbe aux pattes, Pas de cheval, Pied de cheval, Racine de Peste, Pied de poulain.
- * ETYMOLOGIE : du latin "tussis", toux, et "agere", chasser, parce que cette plante dissipe la toux.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace par son rhizome, fournissant au début du Printemps des hampes florales de 10 à 20 cm portant des feuilles alternes violacées, réduites à des écailles et terminées chacune par un seul capitule. jaune d'or, entouré de bractées rougeâtres.

Elle croît sur les remblais, les talus, au bord des chemins, dans les terrains argileux frais et calcaires.

Ce n'est qu'après la floraison qu'apparaissent les grandes feuilles pétiolées qui partent de la base de la plante. Elles sont disposées en rosette à la base des tiges florifères ; le limbe est vert en-dessus, velu et blanchâtre ou grisâtre en-dessous, arrondi, en coeur à la base, à

bords sinueux dentés. Le pétiole est arrondi, à la face supérieure à peu près plan, à odeur un peu poivrée et à saveur piquante.

Au centre du capitule se trouvent des fleurs, mâles, tubuleuses et à la périphérie des fleurs femelles en languette de même teinte. Les fleurs mâles comprennent un calice représenté par plusieurs rangs de soies, une corolle tubuleuse à 5 étamines également soudées en un tube. Les fleurs femelles possèdent des soies représentant le calice, une corolle formée d'abord de 5 pétales soudés en tube puis déjetés en une ligule sur le côté et un ovaire renfermant un seul ovule.

Les fruits sont des akènes bruns, surmontés par les soies du calice, aussi longues que le fruit.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante préfère souvent les terrains argileux ou calcaires, et s'élève à une assez grande altitude même jusqu'au voisinage des glaciers.

Elle est assez commune en France mais moins répandue en certaines contrées comme les Ardennes, les Vosges, la Bretagne. Elle pousse dans toute l'Europe et en Asie septentrionale, naturalisée en Amérique du Nord.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Racine, feuille, fleur

Usage interne

Astringent
Emollient
Antispasmodique
Béchique
Adoucissant
Expectorant

Feuille

Usage externe

Résolutif léger
Vulnéraire

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Angine, laryngite, trachéite (infusion de fleurs, feuilles, racines)
- Asthme, bronchite, toux, grippe (infusion de fleurs, feuilles, racines)
- Catarrhe (infusion de fleurs, feuilles, racines)
- Fièvre " " " "
- Lésion ganglionnaire des voies respiratoires (décoction de feuilles et racines)
- Maladies des reins et de la vessie (infusion)
- Rhume (infusion)
- Transpiration fétide (infusion)
- Ulcère cutané (décoction de feuilles et racines)

2. Usage externe

- Eczéma (lotion de décoction de racines)
- Erysipèle (emplâtre de feuilles broyées, avec du miel)
- Furoncle (cataplasme de feuilles cuites dans du vin ou feuilles fraîches)
- Humeur froide (lotion de décoction de racines)
- Plaies (cataplasme de feuilles fraîches ou cuites dans du vin)
- Scrofule (lotion de décoction de racines)
- Sueur excessive des pieds (bain de feuilles dans du vin)
- Ulcère variqueux (cataplasme de feuilles fraîches ou cuites dans du vin)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Terrains humides et légers, sur les remblais des pistes forestières, au bord des sentiers, grèves de torrents et cônes de déjection.

Basse-Ubaye

Pistes forestières de Montagnac et du Vallon du Laverq
Sentiers de la Forêt du Lauzet/Ubaye

Moyenne-Ubaye

Cône de déjection du Riou-Bourdoux
Grave du Bachelard
Coteaux d'Enchastrayes
Talus de la route du Col d'Allos

Haute-Ubaye et Ubayette

Grave du ruisseau du Parpaillon
Grave de l'Ubaye entre Saint-Antoine et Maljasset dans
le Vallon de Maurin
Champs et décombres de Larche

2. NOMS VERNACULAIRES

Carogna
Messoungiera
Oungla chiavelina
Miéas (Condamine)
Fuélha d'Oungla (feuille)
Tussilage

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

- Couxassa
- Drouya

- Feuilha d'ongla
- Feuilhas d'oungla (Ety. parce que la feuille ressemble à un ongle, blanche d'un côté, verte de l'autre)
- Flour d'oungleta
- Flour de pipa (Ety. le nom de fleur de pipa lui vient de ce qu'on l'emploie souvent au lieu du tabac pour fumer)
- Herba de la pata
- Messoungiera, Messoungieras (Ety. ainsi nommée parce que cette plante paraît mentir, ses fleurs se montrant avant ses feuilles, ce qui est le contraire de la règle générale)
- Ongla cavalina
- Pas d'ane, pepouli
- Pipada (Ety. de "pipa" et de terminaison "passada", pipe faite, pipe remplie, parce qu'on l'emploie pour fumer au lieu du tabac)
- Tussilagi (Ety. du latin "tussilago" formé de "Tussil" et de la terminaison "agi", dérivé de agere, ago dans le sens de pousser, chasser).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Pectoral (fleur)
Vésicatoire (feuille)
Calmant de la toux
Herbe des teigneux

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les tiges fleuries sont ramassées au mois d'Avril, mais le plus souvent ce sont seulement les fleurs qui sont cueillies. Ces fleurs sont ensuite séchées en les étalant dans une pièce aérée ou sur une feuille de journal disposée sur le sol tout près de la cuisinière.

B/ Propriétés

Usage interne

Traitement des maladies respiratoires

Emollient : infusion de fleurs pour soigner un rhume ou un refroidissement au printemps

Antitussif : lors d'une forte grippe avec toux ou lors d'une bronchite, on fait une infusion avec des fleurs de tussilage, de pensée des montagnes et des bourgeons de pins (plusieurs fois par jours dans un grand bol avec un peu de miel)

Usage externe

Vulnéraire : cataplasme avec des feuilles de tussilage sur les plaies qui guérissent mal ou après un vésicatoire.

Autre usage

Alimentaire : les feuilles de tussilage ou feuilles d'ongle, mélangées avec des orties, servaient (il n'y a pas si longtemps) à nourrir les cochons de la ferme.

Remarque

Les feuilles de tussilage sont parfois confondues avec les feuilles de Pétasite officinal.

ULMAIRE
SPIRAEA ULMARIA L.
ROSACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972 supplément 1974 (fleur)
- * NOMS VERNACULAIRES : Spirée-ulmaire, Reine des près, Belle des près,
Barbe de chèvre, Fleur des abeilles, Ornière,
Pied de bouc, Vignette
- * ETYMOLOGIE : du grec "speira", spirale, par allusion aux carpelles
contournés de la Reine des près.
- * DESCRIPTION :

C'est une plante herbacée, vivace, d'environ 1 m de haut, qui croît souvent en grand nombre au bord des rivières ou des fossés et dans les prairies humides, où elle fleurit depuis le mois de Juin jusqu'au mois d'Août.

Les feuilles sont grandes, imparipennées, à 5-9 paires de segments larges, inégaux, sessiles, écartés, doublement dentés, parfois des segments très petits sont intercalés entre les autres, les 3 supérieurs confluent en un seul trilobé. Ces feuilles sont tantôt blanches sur la face inférieure, tantôt vertes sur les deux faces ; dans tous les cas, elles sont couvertes de petits poils. Les stipules sont un peu en forme de demi-cercle et dentées.

Les fleurs, blanches, sont disposées en corymbe, à branches inégales. Le calice persistant est à 5 lobes sans calicules. La corolle, formée de 5 pétales suborbiculaires. Les étamines sont nombreuses et plus longues que les pétales. L'ovaire est libre et supère.

Le fruit sec est composé de 5-9 carpelles contournés en spirale les uns autour des autres.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante est commune dans les lieux humides de presque toute la France. Elle peut s'élever jusqu'à 1700 m d'altitude dans les Alpes, mais manque sur le littoral méditerranéen.

On la rencontre en Europe Centrale et Septentrionale ainsi qu'en Asie Occidentale. Elle est aussi naturalisée en Amérique du Nord.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Sommité fleurie

1. Usage interne

Diurétique
Sudorifique
Astringent léger
Tonique léger
Sédatif
Cardiotonique
Somnifère
Stomachique
Antispasmodique
Antirhumatismal

2. Usage externe

Antiphlogistique
Vulnéraire
Détersif

	<p>SPIRAEA ULMARIA L.</p> <p>Reine des Prés</p>	<p>SPIRAEA FILIPENDULA L.</p> <p>Filipendule</p>	<p>SPIRAEA ARUNCUS L.</p> <p>Barbe de bouc</p>
FLEURS	blanches en corymbe à branches inégales	blanches ou rougeâtres en corymbes rameux	blanches, petites staminées ou pistillées ou stamino-pistillées
ETAMINES	plus longues que les pétales suborbiculaires	plus courtes que les pétales obovales	plus longues que les pétales oblongs
FEUILLES	grandes, imparipennées de 5 à 9 paires de folioles	imparipennées de 15 à 25 paires de folioles	grandes, triangulaires dans leur pourtour, 2 à 3 fois pennatiséquées
FOLIOLES	larges, inégaux, sessiles, écartées, doublement dentées. les 3 supérieures confluent en une seule trilobée vert ou blanc-tomenteux en dessous	étroites presque contiguës, non confluentes, très inégales à lobes ciliés	opposées, pétiolées, ovales, acuminées, doublement dentées,

Feuille

Sudorifique

Calmant

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Adipose (infusion de sommités fleuries)
- Affection cardiaque " " "
- Ankylose " " "
- Ascite " " "
- Calculs urinaires, coliques néphrétiques (infusion de sommités fleuries)
- Cellulite (infusion de sommités fleuries)
- Diarrhée, dysenterie (décoction de racine)
- Fièvre adynamique " "
- Gravelle (infusion)
- Grippe (vin)
- Hémorragie (décoction de racine)
- Hydropisie abdominale (infusion)
- Hydarthrose (infusion)
- Oedème des membres (infusion)
- Rhumatisme articulaire aiguë (infusion)
- Rougeole (infusion chaude de fleurs)
- Variole " " "

2. Usage externe

- Douleurs musculaires, rhumatismales (cataplasme très chaud de plante entière)
- Plaies (fomentation, lotion de décoction de racine)
- Ulcère " " " "

3. Danger

- Risque d'hématurie

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Endroits humides, bois, près et haies
Au bord des ruisseaux et dans les sagnes

a) Spiraea ulmaria L.

Moyenne-Ubaye

Le Plan à Barcelonnette
Près-bois du Sauze
Près-bois de la Forêt de la Maure
Près-bois de la Forêt subalpine de Gimette

b) Spiraea filipendula L.

Basse-Ubaye

Champcelas

Moyenne-Ubaye

Les Clots à Faucon

c) Spiraea aruncus L.

Près-bois et rochers à Uvernet

2. NOM VERNACULAIRE

Reine des près

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Sommité fleurie et feuille

Sudorifique

Calmant

Diurétique

Amère

Astringente

Indications thérapeutiques

Utilisée dans la goutte
la gravelle
les rhumatismes
les catarrhes
les affections cardiaques

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les sommités fleuries sont coupées en Août. On les regroupe en bouquets que l'on suspend dans un endroit sec et bien aéré.

B/ Propriétés

Diurétique : infusion de feuilles ou de sommités fleuries
Antirhumastimal : " " " "
Dépuratif : " " " "
Sudorifique : " " " "

VALERIANE OFFICINALE
VALERIANA OFFICINALIS L.
VALERIANACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : Monographie 1949, monographie 1965, monographie 1972 et supplément 1974 (racine et rhizome)

- * NOMS VERNACULAIRES : Herbe aux chats, herbe aux coupures, Herbe à la femme meurtrie, Herbe Notre-Dame, Herbe de Saint - Georges, Guérit-tout, Herbe du loup, Valériane sauvage, Herbe à la femme battue

- * ETYMOLOGIE : du latin "valere", se bien porter, par allusion aux propriétés médicinales de cette plante.
C'est "la racine des Vandales" que les Germains croyaient capable de les préserver des sortilèges.

- * DESCRIPTION :
C'est une plante herbacée, vivace, à souche courte, fibreuse, émettant de nombreuses racines.
Elle croît dans les endroits humides, au bord des cours d'eau, dans les bois et prairies humides.
La tige est dressée, creuse pouvant atteindre 2 m de hauteur, sillonnée dans toute sa longueur, abondamment ramifiée dans sa partie supérieure et velue aux noeuds.

Les feuilles, courtement pétiolées, légèrement velues à la face inférieure, sont opposées, pennatiséquées en 7-21 segments lancéolés, plus ou moins dentés ou denticulés ; les unes sont groupées en rosette à la base de la tige, les autres sont insérées le long de la tige.

Les fleurs blanches, rosées ou rose foncé, odorantes, s'épanouissent de Mai en Août. Elles sont groupées en cymes terminales ramifiées, chacune d'elles naissant à l'aisselle d'une bractée ovale, allongée, membraneuse sur les bords et ciliée. Toutes ces fleurs sont stamino-pistillées ; le calice est formé d'un verticille de poils plumeux repliés sur eux-mêmes et constituant un bourrelet autour du tube de la corolle, cette dernière est faiblement irrégulière, en forme d'entonnoir à 5 pétales d'abord étalés puis soudés en un tube muni d'une petite bosse à sa base. Il y a 3 étamines à anthères biloculaires introrsées et dont les filets sont insérés sur la corolle, une seule se développe et renferme un seul ovule.

Le fruit est un akène surmonté par les soies plumeuses du calice ; la graine dépourvue d'albumen présente une face concave à une seule côte, une face convexe à 3 côtes.

D'autres espèces possèdent des propriétés médicinales analogues :

VALERIANA MONTANA L.

VALERIANA TRIPTERIS L.

VALERIANA SALIUNCA All.

VALERIANA DIOICA

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante est commune en France mais elle manque dans la région méditerranéenne. On la rencontre dans le Jura, les Corbières, les Pyrénées et dans les Alpes jusqu'à 1000 m d'altitude.

Elle est répandue en Europe tempérée jusque dans la partie méridionale. Les espèces V. MONTANA L., V. TRIPTERIS L., V. TUBEROSA, V. SALIUNCA All. préfèrent les terrains calcaires tandis que l'espèce V. DIOICA croît sur les terrains siliceux.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

	VALERIANA OFFICINALIS L.	VALERIANA MONTANA L.	VALERIANA TRIPTERIS L.	VALERIANA SALICINA All.	VALERIANA DIOICA L.	VALERIANA TUBEROSA L.
PLANTE	vivace de 40 cm à 2 m, élégante, d'un vert clair à souche courte fibreuse, très odorante, émettant des stolons terminés par une rosette de feuilles	vivace, 20 à 50 cm, verte glabrescente, à souche ligneuse, rameuse et odorante, émettant plusieurs tiges fertiles et stériles	vivace de 20 à 50 cm sans poils, d'un aspect vert cendré à souche ligneuse, rameuse et odorante émettant plusieurs tiges fertiles et stériles	vivace de 5 à 15 cm sans poils, à souche épaisse, ligneuse, rameuse, très odorante, émettant plusieurs tiges	vivace, de 10 à 40 cm sans poils et verte à souche grêle, oblique, longuement rampante et stolonifère	vivace de 10 à 40 cm sans poils à souche épaisse, tubéreuse, oblique, très odorante et sans stolons
TIGE	assez robuste, sillonnée, creuse, velue aux noeuds	forte, striée, velue aux noeuds	striée, finement pubescente aux noeuds	striée, sans poils aux noeuds	striée, finement pubescente aux noeuds	striée, glabre même aux noeuds
FEUILLES	pennatiséquées, 7 à 11 segments lancéolés, plus ou moins dentées ou denticulées	d'un vert clair et luisant, celles des rejets stériles sont ovales et arrondies, décourantes sur le pétiole, entières ou dentelées, celles de la tige sont entières, denticulées ou divisées en 3 à 5 segments en forme de folioles	celles des rejets stériles ovales en coeur, grossièrement dentées et longuement pétioolées, celles des tiges fleuries presque sessiles, à 3 segments quelquefois 5 segments	les inférieures et celles des rejets entières, obtuses, atténuées en pétiole, celles de la tige peu nombreuses, sessiles, linéaires, entières, munies d'une longue dent à la base	inférieures ovales ou elliptiques, entières, longuement pétioolées, les supérieures presque sessiles, pennatiséquées à 5-9 segments, le terminal plus grand	radicales, obovales ou elliptiques, obtuses, entières, pétioolées, les caulinaires subsessiles, pennatiséquées à 5-9 segments, le terminal plus grand
FLEURS	stamino-pistillées, rosées, en corymbes amples et assez serrés, bractées membranées et ciliées	stamino-pistillées ou staminées ou pistillées rosées en corymbes assez lâches, bractées herbacées et lancéolées	stamino-pistillées ou staminées ou pistillées rosées en corymbes peu lâches et étalés bractées membranées	stamino-pistillées ou staminées ou pistillées rosées, en têtes serrées, bractées linéaires, velues et ciliées	sur les pieds à fleurs staminées, la corolle est 2 fois plus grande que sur les pieds à fleurs pistillées, rosées	roses, polygames, en corymbes contractés
FRUITS	sans poils, ovales et oblongs	sans poils et ovales	sans poils, ovales	gros, sans poils, ovales, à côtes fines	ovales, sans poils	ovales, poilus entre les côtes

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Racine

Usage interne

Antispasmodique
Anticonvulsivant
Antiépileptique
Sédatif
Hypnogène
Carminatif
Antipyrétique
Vermifuge

Usage externe

Vulnéraire
Sternutatoire

Feuille

Usage externe

Détersif

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Aigreurs d'estomac (infusion de plante ou décoction)
- Anxiété " " "
- Arythmie " " "
- Asthme " " "
- Coliques " " "
- Congestion cérébrale " " "
- Antidiabétique " " "
- Convulsion des enfants (infusion ou décoction)
- Crampes, crampes d'estomac, gastralgie nerveuse, hoquet (infusion, décoction)
- Douleurs thoraciques (infusion, décoction)

- Dyspnée nerveuse (infusion, décoction)
- Epilepsie, hystérie, neurasthénie (infusion, décoction)
- Fièvre intermittente (infusion, décoction)
- Goître (infusion, décoction)
- Hypochondrie (infusion, décoction)
- Insomnie " "
- Ménopause " "
- Névralgie " "
- Psychasténie " "
- Sciatique " "
- Spasme cardiaque (infusion, décoction)
- Sueurs nocturnes " "
- Suffocation " "
- Tension (hypo ou hyper) (infusion, décoction)
- Vertiges (infusion, décoction)

2. Usage externe

- Affaiblissement de la vue (poudre de racine prisee)
- Contusions (lotion, compresse de décoction)
- Plaies " " "
- Stomatite (bain de bouche de décoction de feuilles)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

a) Valeriana officinalis L.

Lieux humides et ombragés, prairies et au bord des ruisseaux.

Elle s'élève jusqu'à Larche (1700 m d'altitude) et au-dessus de Saint-Pauls/Ubaye.

Basse-Ubaye

Champcelas

Près-bois de Montagnac (1565 m)

Moyenne-Ubaye

Près-bois de la forêt subalpine de Gimette

Haute-Ubaye

Les plans (route des Gleizolles à Saint-Paul)

Près-bois de la forêt subalpine du Lauzon (1660m)

b) Valeriana dioica L.

Forme minima

Moyenne-Ubaye

Sagnes de Jausiers jusqu'à 2000 m

Prairies tourbeuses d'Enchastrayes

c) Valeriana tuberosa L.

Pelouses et pâturages sur terrains calcaires

Vallon du Crachet au Col de Vars

d) Valeriana tripteris L.

Rochers, près-bois.

Moyenne-Ubaye

Près-bois d'Enchastrayes
Coteaux rocheux du Col d'Allos
Coteaux de Bayasse (Col de la Cayolle)

Haute-Ubaye

Vallon de Fouillouse

e) Valeriana montana L.

Coteaux pierreux, rochers de la zone subalpine

Moyenne-Ubaye

Sous-bois des Blaches à la Malune
Prairies de Galamonds
Base du torrent d'Enchastrayes
Près-bois du Riou Chanal
Coteaux pierreux de Champérous
Pelouses et coteaux de Soleile-Boeuf
Coteaux rocheux du chemin horizontal des Maïtz
Sous-bois du Riou-Bourdoux
Coteaux du Torrent des Sagnières

Haute-Ubaye et Ubayette

Près-bois de la forêt du Lauzon
Près-bois de l'Ubac de Larche
Rochers de Serennes
Rochers de l'Oronaye

f) Valeriana salianca all.

Eboulis de la zone alpine

Basse-Ubaye

Haut-Vallon du Riou-Chanal
Coteaux et éboulis des Maïtz

Crêtes de l'Eyssina au Col de Vars
Eboulis du Parpaillon
Rochers du Croues
Coteaux et éboulis du Vallon du Bérard

2. NOM VERNACULAIRE

Valériane

NOM VERNACULAIRE EN PROVENCE

Valeriana (Ety. du latin "Valeriana" dérivé, selon les uns d'un certain Valerius qui l'aurait employée le premier comme médicament ou de Valère, se bien porter, avoir de grandes propriétés suivant les autres).

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Valeriana officinalis L.

Fébrifuge
Aromatique
Céphalique
Antispasmodique

Valeriana montana L.

racine

Antiépileptique
Antispasmodique

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Pour éviter les confusions possibles, on arrache les racines lorsque la plante est fleurie. Les racines sont lavées, séchées sur le rebord de la fenêtre et mises bien sèches dans un bocal.

B/ Propriétés

- Antiodontalgique : infusion de quelques morceaux de racine pour apaiser des maux de dents
- Céphalique : décoction de morceaux de racine, puis ajouter à la tisane un peu de miel pour masquer le goût
- Fébrifuge : décoction de racines, plus efficace que l'épine-vinette.

Cas d'une "méningite" : une vieille femme fit boire à une jeune fille qui était dans un état comateux, une décoction concentrée de racines. Après de fortes sueurs, la malade sortit de son assoupissement profond.

- Sédatif : décoction de racines contre les troubles de la ménopause, en particulier l'instabilité d'humeur et l'irritabilité.

Les gens du Pays la considère comme "une drogue".

VERONIQUE OFFICINALE
VERONICA OFFICINALIS L.
SCROFULARIACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : monographie 1949; 1972 supplément 1974 (sommité fleurie)

* NOMS VERNACULAIRES : Thé d'Europe, Thé du Nord, Véronique-mâle, Herbe aux ladres, Véronique vraie.

* ETYMOLOGIE : ce genre a été dédié à Sainte Véronique.

* DESCRIPTION :

C'est une plante vivace des sous-bois, velue, grisâtre noircissant un peu. Sa saveur est amère et un peu astringente.

Les tiges qui ont de 10 à 45 cm de longueur, sont feuillées, dures, rameuses, à rameaux dressés. Elles sont couchées, enracinées et produisent à l'aisselle des feuilles des grappes dressées de fleurs.

Les feuilles sont grisâtres, mollement velues, ovales ou obovales-arrondies, finement dentées en scie, opposées sauf les petites bractées qui accompagnent les fleurs.

Les fleurs, bleu-pâle, veinés de bleu foncé, sont petites et disposées en grappes serrées, ordinairement alternes. Elles s'épanouissent dans les sous-bois, au bord des sentiers forestiers depuis le mois de Juin jusqu'au mois d'Août. Chaque fleur est placée sur un pédoncule plus court que le calice et que la bractée à l'aisselle de laquelle il se trouve. Le calice

velu, est divisé en 4 lobes lancéolés peu inégaux. La corolle ne dépasse pas de beaucoup le calice ; elle est formée de 4 pétales disposés en roue irrégulière. Il y a 2 étamines saillantes insérées à la base du pétale supérieur.

Le style égale la hauteur de la capsule ; celle-ci est velue, triangulaire, cordiforme, comprimée, peu échancrée, bien plus longue que le calice.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante ne s'élève guère à plus de 1800 m d'altitude sur les diverses montagnes en France.

On la rencontre en Europe jusqu'en Islande, plus rarement en Europe méridionale, en Asie du Sud-Ouest et en Amérique du Nord.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Plante entière

1. Usage interne

Tonique
Stomachique
Diurétique
Sudorifique
Astringent
Calmant

2. Usage externe

Détersif
Cicatrisant
Vulnéraire

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

	VERONICA OFFICINALIS L.	VERONICA ALLIONII Vill.
PLANTE	velue - grisâtre, noircissant un peu	pubérulente, noircissant un peu sur le sec
FEUILLES	opposées, ovales-ou obovales - arrondies, finement dentées en scie mollement velues	opposées, rapprochées, ovales, entières ou finement crénelées, coriaces, presque sans poils
FLEURS	d'un bleu pâle veiné de bleu foncé, petites, en grappes spiciformes grêles, assez serrées sur des pédoncules axillaires velus	d'un bleu foncé, grandes, en grappes spiciformes, serrées, multiflores sur des pédoncules axillaires épais et tomenteux
FRUIT	velu , triangulaire - obcordé, comprimé et peu échancré, surmonté par le style persistant	obovale, comprimé, peu échancré, dépassant peu le calice surmonté par le style persistant

- Aérophagie (infusion)
- Anorexie, inappétence, apéritif, atonie (infusion)
- Asthme, bronchite, rhume, toux (infusion concentrée)
- Catarrhe vésical (infusion)
- Colique (infusion)
- Congestion cérébrale (infusion)
- Crampes d'estomac, digestion difficile, dyspepsie (infusion)
- Eczéma chronique (infusion)

- Jaunisse (infusion)
- Goutte, rhumatisme goutteux, rhumatisme articulaire (infusion)
- Maux de tête (infusion)
- Somnolence (infusion)

2. Usage externe

- Angine (gargarisme de décoction)
- Brûlure (compresse de décoction)
- Plaie (compression de décoction)
- Stomatite (gargarisme de décoction)
- Ulcère (lotion de décoction)

3. Autre usage

- Succédané du thé

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Coteaux, pelouses, pâturages et près-bois

Basse-Ubaye

Près-bois, pistes forestières de la zone subalpine de la forêt du Lauzet s/Ubaye

Moyenne-Ubaye

Forêt subalpine de Gimette

Haute-Ubaye et Ubayette

Forêt subalpine du Lauzon

Forêt de l'Ubac de Larche

2. NOMS VERNACULAIRES

Veronica

Thé

Véronique

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Stomachique

Dépuratif

Fortifiant

Béchique

Vulnéraire

Indications thérapeutiques

- Asthme humide
- Catarrhe
- Dartres
- Fièvres
- Langueurs et douleurs d'estomac

- Maladie du poumon
- Migraines
- Pansements des ulcères
- Phtisie

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Les bergers et les forestiers cueillent cette plante dès la moitié du mois de Juin et pendant tout le mois de Juillet ; puis, elle est séchée dans la cabane.

B/ Propriétés

- Stomachique : l'infusion calme les maux d'estomac
- Sudorifique : l'infusion favorise une transpiration abondante
- Anticatarrhal : décoction
- Céphalique : décoction contre les maux de tête et lors d'une migraine
- Emollient : infusion lors d'un refroidissement.

Autre usage

Cette boisson est considérée comme du thé.

Usage vétérinaire

Lors d'une indigestion ou au moment de l'agnelage, faire boire à la bête une décoction de plusieurs plants de véronique.

Les Ubayens emploient la véronique d'Allioni dans les mêmes conditions que la véronique officinale.

VERONIQUE D'ALLIONI
VERONICA ALLIONII vill.
SCROFULARIACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : non inscrite
- * NOM VERNACULAIRE : Véronique d'Allioni
- * ETYMOLOGIE : Dédiée à Sainte Véronique
- * DESCRIPTION :

C'est une plante vivace, pubérulente noircissant peu sur le sec, à tiges de 10 à 40 cm de longueur, plus ou moins ligneuses, rameuses, à rameaux dressés, couchées en partie sur le sol et munies çà et là de racines adventives.

Les feuilles, toutes opposées, sauf celles réduites à de types bractées accompagnant les fleurs, sont coriaces, subsessiles, rapprochées, ovales, entières, glabres et finement crénelées.

Cette espèce fleurit en Juillet et Août, les fleurs d'un bleu foncé, grandes, sont disposées en grappes spiciformes, serrées et multiflores sur des pédoncules axillaires velus-cotonneux. Le calice, lui aussi velu-cotonneux, est divisé en 4 lobes linéaires ; la corolle est 4 fois aussi longue que le calice. Le style est plus long que la hauteur de la capsule ; celle-ci est obovale, comprimée, peu échancrée et dépasse un peu le calice.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante préfère les terrains siliceux; elle peut s'élever dans les Alpes jusqu'à 2500 m d'altitude, ordinairement limitée à la zone alpine.

En France, elle est assez rare dans les Alpes de la Savoie, du Dauphiné, de la Provence et dans les Alpes Maritimes.

On la trouve également dans les Alpes italiennes.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

La véronique d'Allioni possède des propriétés médicinales analogues à la véronique officinale.

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Pelouses rocailleuses et sèches

Basse-Ubaye

Pelouses du Vallon du Col Bas et du Vallon de l'Ambouin
Pelouses du relarguier de la Gourette

Moyenne-Ubaye

Pelouses subalpines de chapérous
Pelouses de Soleille-boeuf
Pelouses du Vallon de Grande Commune
Pelouses du Vallon supérieur du Riou-chanal

Haute-Ubaye et Ubayette

Rochers et pentes du Lac du Lauzanier
Pelouses du Vallonnet de St Ours (Meyronnes)
Pelouses du Vallon du Bérard
Pelouses du Vallon Supérieur du Chambeyron (2780 m)
Pelouses du Riou-German (Petite Serennes)

2. NOMS VERNACULAIRES

Veronica
Thé
Véronique rampante

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

L'action pharmacologique et les indications thérapeutiques
sont les mêmes que celles de la Véronique officinale.

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte et séchage

Toute la plante et notamment les feuilles et les sommités fleuries. La récolte se fait pendant tout le temps de la floraison. Les feuilles et les sommités fleuries sont séchées à l'ombre.

B/ Propriétés

Cette espèce est employée en médecine usuelle comme tonique lors d'une convalescence ou en guise de thé.

VIOLETTE EPERONNEE
VIOLA CALCARATA L.
VIOLACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : non inscrite.

* NOM VERNACULAIRE : Pensée des Alpes

* ETYMOLOGIE : Le nom de violette est une forme diminutive empruntée au latin "viola", lui-même diminutif du grec "ion" que la légende mettait gratuitement en relation avec Io de la mythologie.

* DESCRIPTION :

C'est une plante herbacée, vivace, gazonnante qu'on trouve en abondance dans les prés, les pâturages ou les rochers des hautes montagnes des Alpes et du Jura.

Les tiges sont courtes, nues et ascendantes à la partie inférieure. Les feuilles sont ovales ou oblongues - lancéolées presque toutes ramassées en rosette, dentées ou presque entières. Les stipules sont pennatifides à 2-4 lobes étroits, l'inférieur petit, le médian linéaire - oblong et entier.

Les fleurs sont violettes, lilacées ou parfois jaunes, plus rarement blanches, s'épanouissent en Juin-Juillet-Août et quelquefois en Septembre.

Les sépales sont ovales en pointe, les 4 pétales supérieurs sont rapprochés et dressés ; le pétale inférieur a un éperon étroit, grêle plus long que

les sépales et égalant les pétales. Le stigmate est creusé en entonnoir. Ces fleurs exhalent un parfum léger et délicat.

Le fruit est une capsule à 1 loge, s'ouvrant par 3 valves qui libèrent plusieurs graines ovoïdes-globuleuses.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce peut se trouver sur les terrains les plus variés, limitée entre 1200 et 2300 m d'altitude, dans toute la chaîne du Jura ; elle est répandue dans les Alpes de la Savoie, du Dauphiné et de la Provence, en Europe Centrale et Méridionale, de la Bavière à la Sicile et à la Grèce.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

Idem TRICOLOR

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Pelouses subalpines et alpines

Basse-Ubaye

Pelouses du Col-Bas

Pelouses de la Gourette

Moyenne-Ubaye

Pelouses du Col de Fours

Haute-Ubaye et Ubayette

Pelouses du Col du Longet

du Col de Vars

du Vallon du Parpaillon

du Vallon du Lauzanier

du Vallon de Maurin

de Sainte-Anne la Condamine

du Vallon de Fouillouse

du Crouès

du Vallon Supérieur du Chambeyron (2970 m)

Rochers du Lac du Lauzanier

2. NOMS VERNACULAIRES

Pensée des montagnes

Pensée

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Panséa (Ety. mot pris du français qui en altérant l'orthographe a fait disparaître les traces de son origine. Ce mot vient de "paon tea" ou de "paon" faisant allusion aux couleurs qui brillent sur la queue de ce bel oiseau)

Panséja

Panseya

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE
EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Béchique
Dépuratif
Sudorifique
Expectorant

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

En Juin-Juillet, on récolte, à l'aide d'un couteau, de nombreux plants entiers sans les racines. La cueillette est étalée sur une table dans la maison pendant au moins une semaine. De temps à autre, il faut prendre soin de les brasser.

B/ Propriétés

Dépuratif : décoction de 2 ou 3 plants dans une petite casserole. Cette tisane provoque chez les enfants une diarrhée verte et des éruptions de boutons. Elle est très active lorsque l'urine est fétide.

Antihistaminique : infusion contre un urticaire ou un eczéma.

Emollient : contre la bronchite ou contre un coup de froid.

Émétique : on n'emploie pas les racines à cause de cette propriété.

Usage externe

En gargarisme lors d'une irritation de la gorge.

VIOLETTE ODORANTE
VIOLA ODORATA L.
VIOLACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : Monographie 1949 ; 1965 ; 1972 et supplément 1976 (fleur)
- * NOMS VERNACULAIRES : Violette, Violette de Mars, Violette des haies, Violette de Carème, Jacée de Printemps, Violier commun.
- * ETYMOLOGIE : du grec "ion", violet, à cause de la couleur de la fleur de la violette
- * DESCRIPTION :

C'est une petite plante herbacée, vivace, assez répandue dans les bois, les haies, les près et les pelouses. La souche est épaisse, à rejets longs pouvant s'enraciner et fleurir.

Les feuilles radicales adultes sont largement ovales en coeur, obtuses, crénelées ; celles des stolons de l'année sont arrondies en rein. Les stipules sont ovales-lancéolées à cils plus courts que la moitié de leur longueur.

Cette espèce présente des fleurs isolées, d'un beau violet, formées d'un calice à 5 sépales ovales, prolongés en appendice et d'une corolle à 5 pétales irréguliers dont l'antérieur est éperonné, les deux latéraux

souvent barbus et les deux postérieurs dressés. L'androcée comprend 5 étamines, à filets dilatés, parmi lesquels deux sont pourvus d'un appendice qui s'introduit dans l'éperon de la corolle. Le stigmate de la fleur est en forme de crochet. La fleur de violette a une odeur agréable, une saveur douceâtre et mucilagineuse.

Le fruit est une petite capsule, subglobuleuse, qui s'ouvre par trois valves.

Un certain nombre de violettes, à fleurs non odorantes, peuvent s'employer de la même façon que la violette odorante et partagent ses propriétés médicinales. Ce sont :

- La violette hérissée, VIOLA HIRTA L.
- La violette des bois, VIOLA SILVESTRIS L.
- La violette des chiens, VIOLA CANINA L.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante croît dans les haies, bois et près dans toute la France, ainsi qu'en Europe, en Asie Occidentale jusqu'à l'Inde et en Afrique du Nord.

Elle peut atteindre 2300 m d'altitude sur les diverses montagnes.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Fleur

Béchique
Emollient
Expectorant
Sudorifique

Suc de fleur ou graine

Laxatif

Feuille

Diurétique
Emollient

	VIOLA ODORATA L.	VIOLA CANINA L.	VIOLA HIRTA L.	VIOLA SILVESTRIS Lamk	VIOLA TRICOLOR L.	VIOLA CALCARATA L.
COULEURS	violet foncé rarement lilacées ou blanches	bleu cendré ou d'un violet pâle	violettes	violet clair ou bleuâtre	blanches jaunes violettes ou mêlées	violettes ou jaunes
PERON	violacé	jaunâtre	dépassant les appendices	étroit violacé	court dépassant peu ou point les appendices	grêle
FEUILLES	ovales en coeur crénelées	ovales oblongues ou lancéolées toujours obtuses	ovales ou oblon- gues, en rosette crénelées, velues en dessous	rosette centrale ovales en coeur	ovales oblongues ou lancéolées crénelées	ovales, ramassées en rosette dentées
FRUITES	ovales - lancéolées à cils courts	frangées plus courts que le pétiole ou le dépassant de peu	lancéolées à cils courts	étroites lancéolées linéaires frangées	digitées à lobe terminal plus grand	pernatifides 2-4 lobes étroits
FRUITES	en crochet aigu	en crochet aigu	en crochet aigu	en crochet aigu	creusé en entonnoir	creusé en entonnoir
ROUCHE	épaisse émettant des stolons allongés et radicants		épaisse sans stolons ni rejets rampants			

Expectorant

Sudorifique

Suc de fleur ou graine

Laxatif

Feuille

Diurétique

Emollient

Racine

Vomitif

Expectorant

Purgatif

Graine

Purgatif

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Angine (infusion de fleurs)
- Apathes (sirop de violette)
- Asthme humide, stases bronchiques (poudre de racine, graine)
- Bronchite (infusion de fleur)
- Catarrhe chronique (infusion de fleur)
- Constipation (suc de feuilles fraîches, décoction de racine)
- Coqueluche (décoction de plante entière, sirop, poudre de racine)
- Eczéma (infusion)
- Goutte, rhumatisme goutteux (infusion)
- Hystérie (infusion)
- Inflammation des voies digestives, des reins, de la vessie (infusion de fleurs)
- Prévention des cancers (macération de feuilles)
- Rhume (infusion de fleurs)
- Rougeole " "
- Scarlatine " "
- Toux (sirop)
- Tuberculose (infusion)

2. Usage externe

- Irritation intestinale (lavement - feuilles -)
- Ophtalmie (lotion de feuilles)
- Prévention des cancers (macération de feuilles en compresse)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

a) Viola odorata L.

Endroits frais et ombragés, forêts humides, lisière des
près.

Basse-Ubaye

Champanastay
Forêt du Lauzet/Ubaye
Montagnac
Vallon du Laverq
Bois des Blaches

Moyenne-Ubaye

Forêt de Gimette
Forêt de la Maure

Haute-Ubaye

Forêt du Lauzon
La Condamine-Châtelard

b) Viola hirta L.

Près, bois, coteaux
Bois de feuillus
Lieux frais et humides

Basse-Ubaye

Champanastay
Bois des Blaches au pont du Pellegrin

2. NOM VERNACULAIRE

Violette

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Panlega
Violeta
Viouleta
Viouleta-fera

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

fleur

Expectorant
Sudorifique
Purgatif
Sédatif
Béchique

feuille

Emollient
Diurétique

racine

Purgatif
Vomitif

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Dès le début Avril et pendant le mois de Mai, il est d'usage de récolter quelques fleurs de violette que l'on fait sécher en les étalant sur une feuille de papier disposée sur le parquet non loin de la cuisinière. Ces fleurs sont, soit utilisées seules, soit en mélange avec d'autres plantes.

B/ Propriétés

Sudorifique : infusion de 3 ou 4 fleurs dans une tasse

Pectoral : infusion de fleurs contre la grippe, ou un refroidissement au printemps.

Infusion avec des fleurs de primevère, de tussilage et de violette lors d'une bronchite.

VIOLETTE TRICOLERE
VIOLA TRICOLOR L.
VIOLACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

* PHARMACOPEE : 1972, supplément 1974 (fleur)

* NOMS VERNACULAIRES : Pensée, Pensée des champs, Petite pensée ou Grosse pensée, Violette sauvage, Herbe de la Trinité, Violette des Moissons, Pensée sauvage, Petite jacée, Pensée des Alpes, Pensée du Mézenc, Violette à grandes fleurs, Grande violette des Cévennes ou des Vosges

* ETYMOLOGIE : du grec "ion", violet, à cause de la couleur de la fleur

* DESCRIPTION :

C'est une plante polymorphe, annuelle, bisannuelle ou vivace dont la taille est comprise entre 10 et 55 cm.

Elle pousse dans les champs, les endroits incultes, les près.

Les tiges sont pluriflores et présentent en longueur, des angles plus ou moins marqués.

Les feuilles sont ovales, oblongues ou lancéolées, crénelées ; les supérieures et souvent les inférieures aussi sont plus longues que larges et dentées. Les stipules sont profondément divisées en 3 à 9 lobes dont les plus nombreux sont du côté de la stipule qui est extérieure au pétiole.

La floraison a lieu d'Avril à Septembre. Les fleurs blanches, jaunes, violettes ou mélangées de ces trois couleurs, sont petites ou grandes. Le calice est persistant, à 5 sépales inégaux, prolongés à la base en appendices. La corolle présente 4 pétales supérieurs rapprochés et dressés ; l'inférieur, réfléchi, est prolongé en un éperon dépassant de très peu les appendices des sépales. Il y a 5 étamines, à filets courts et élargis ; le style est droit, épaissi au sommet et le stigmate est creusé en entonnoir.

Le fruit est une capsule subtrigone, glabre, qui renferme des graines luisantes, brunes ou d'un brun rougeâtre.

D'autres espèces voisines ont des propriétés médicinales analogues : ce sont

- VIOLA CENISIA L.
- VIOLA BIFLORA L.
- VIOLA LUTEA Huds.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette plante est commune en France, Suisse, Belgique ainsi que dans toute l'Europe, en Asie septentrionale et occidentale, en Afrique du Nord et en Amérique septentrionale.

Elle ne s'élève pas au-dessus de 1900 m d'altitude avec les cultures.

* TABLEAU COMPARATIF (voir page suivante)

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Fleur

Béchique
Sudorifique
Expectorant

Plante entière

Dépuratif
Diurétique
Laxatif
Tonique
Éméto-catarthique à forte dose

	VIOLA BIFLORA L.	VIOLA CENISIA L.
URS	jaune avec des lignes brunes	violettes
RON	dépassant peu les appendices	grêle, arqué, conique égalant les sépales
ELLES	en rein très obtuses crénelées ciliées	petites, ovales ou arrondies
PULES	petites ovales entières	stapulées foliacées entières
EMATE	élargi en disque horizontal bilobé	creusé en entonnoir
CHE	rampante	très rameuse

Feuille

Emollient
Diurétique

Racine

Purgatif
Emétique

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

- Ankylose (infusion de la plante entière)
- Anthrax " " "
- Apte " " "
- Artériosclérose (infusion de la plante entière)
- Catarrhe vésical " " "
- Circulation sanguine, varices (infusion de la plante entière)
- Convulsions des enfants " " "
- Coqueluche (infusion ou décoction de la plante)
- Croûte de lait (macération de plante bue à jeun)
- Cystite (infusion de la plante entière)
- Dartre, herpès (infusion de la plante)
- Dent déchaussée " "
- Dermatose : acné, eczéma chronique, éruption chronique, furonculose, maladies de la peau (infusion de la plante entière)
- Dysurie, polyurie (infusion de la plante entière)
- Hémorroïdes " " "
- Phlébite " " "
- Rhumatisme articulaire aiguë (infusion de la plante entière)
- Roséole, rougeole (infusion de la plante entière)
- Teigne " " "
- Ulcère variqueux " " "
- Urticaire " " "

2. Usage externe

- Angine (compresse)
- Gingivite (gargarisme)
- Ophtalmie (lotion)

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Basse-Ubaye

Champs du Lauzet/Ubaye
Champs de la Sellette
Champs du Villard du Lauzet
Champs et jardins de Dramonasc

2. NOM VERNACULAIRE

Pensée des moissons

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Dépuratif

Racine

Vomitif

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

A/ Parties utilisées, récolte

Dans les champs cultivés, on récolte la plante sans les racine.

B/ Propriétés

Dépuratif : très doux en infusion.

VIPERINE
ECHIUM VULGARE L.
BORRAGINACEES

I. ETUDE BIBLIOGRAPHIQUE

- * PHARMACOPEE : 1972 supplément 1974 (fleur)

- * NOMS VERNACULAIRES : Vipérine, Herbe aux vipères, Herbe à la vipère, Langue d'oie, Buglosse, Buglossé sauvage, Herbe à la couleuvre , Dragon

- * ETYMOLOGIE : du grec "echis", vipère, par allusion aux soies piquantes et aux taches de la tige, à la forme des carpelles en tête de vipère.

- * DESCRIPTION :
C'est une plante herbacée, bisannuelle, de 30 à 80 cm de hauteur, verte.
Elle croît partout dans les lieux arides, les rocailles, les prairies, sur les décombres et les vieux murs.
Les tiges sont dressées, rameuses et tachées de noir.
Les feuilles et les tiges sont hérissées de poils raides, fins, piquants, étalés, espacés et faiblement tuberculeux. Ces poils sont entremêlés d'un duvet court et souvent renversé par rapport à la direction de la tige.
Les feuilles sont rudes, ovales-allongées ou étroites, avec une forte nervure saillante en-dessous. celles de la base sont groupées en rosette ;

les inférieures sont pétiolées et les caulinaires sont alternes, sessiles et aiguës.

Cette plante fleurit de Mai à Septembre. Les fleurs d'abord rouges puis violacées ou bleues sont disposées en grappes recourbées dont l'ensemble forme une inflorescence composée et cylindrique dans son contour. Le calice est hérissé de poils raides et ses divisions sont étroites et dressées. La corolle est irrégulière, pubescente, presque bilabiée ou en cloche, à 5 lobes inégaux ; son tube est inclus dans le calice. Il y a 5 étamines, inégales, très saillantes au-delà de la corolle ; les filets sont glabres, allongés et les anthères sont fixées par le dos.

Le style est saillant, filiforme et bifide au sommet.

Le fruit est formé de 4 carpelles libres, brièvement tuberculeux, insérés sur le réceptacle.

* DISTRIBUTION GEOGRAPHIQUE

Cette espèce est commune en France et peut s'élever jusqu'à 1800 m d'altitude sur les montagnes.

On la rencontre dans toute l'Europe, y compris la partie sud de la zone arctique, ainsi que dans le Sud et le Sud-Ouest de l'Asie et en Algérie. Elle est aussi naturalisée en Amérique.

* USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE

A/ Action pharmacologique

Sommité fleurie

Emollient
Pectoral
Diurétique

Plante entière

Adoucissant
Pectoral
Diurétique

B/ Indications thérapeutiques

1. Usage interne

Dépuratif (infusion des sommités fleuries)

Toux (infusion des sommités fleuries)

2. Usage particulier - croyance -

Epilepsie

application du principe de la signature

Morçure de vipère

II. TRAVAUX PERSONNELS

1. LOCALISATION DANS LA VALLEE DE L'UBAYE

Coteaux pierreux et ensoleillés
Champs arides
Bords des chemins et des routes
Pelouses rocailleuses subalpines jusqu'à Saint-Paul
/s/Ubaye (1466 m)

Basse-Ubaye

Coteaux de Coméant
Coteaux de l'Adroit de Pontis
Champs et talus de Roche-Rousse
Escarpements de Champcontier et de Costeplane
Le Pruneyret
Le Gâ
Barnousdesc
La Mandeysse
Longe Feyssolle
Chaudon

Moyenne-Ubaye

Les Prats des Thuiles
Miraval
La Frache
Champs des Allemands
Coteaux de bouzoulières
Champs du Bourget
Champs de la Chalannette (Vallon de Clapouse)

Haute-Ubaye et Ubayette

Les Gleizolles
La Rochaille de Meyronnes

2. NOMS VERNACULAIRES

Vipérine
Bourrache bâtarde
Herbe des vipères

NOMS VERNACULAIRES EN PROVENCE

Bourragi-fer
Bugla
Faure
Linga de Biau
Suçamela (Ety. du "suça'melia", suce miel parce qu'on trouve dans les nectaires de ses fleurs, une liqueur mielleuse qu'on suce)
Viperina (Ety. à cause de la ressemblance de sa tige avec la peau de la vipère)

3. ETUDE DE L'USAGE EN MEDECINE TRADITIONNELLE A TRAVERS LA LITTERATURE EN RELATION DIRECTE AVEC LA VALLEE DE L'UBAYE ET LA PROVENCE

Fleur

Béchique
Incisive
Diurétique
Rafraîchissante
Emolliente

Indications thérapeutiques

Employée contre la toux et les inflammations de la poitrine.

4. ENQUETE AUPRES DES HABITANTS DE LA VALLEE

Les Ubayens utilisent la Vipérine pour les mêmes indications thérapeutiques que la Bourrache.

CLASSIFICATION PHARMACODYNAMIQUE

I. MEDICAMENTS MODIFICATEURS DU SYSTEME NERVEUX CENTRAL

- Sédatifs : Aubépine, Camomille, Coquelicot, Eglantier, Mauve, Mélisse, Millepertuis, Primevère officinale, Tilleuls, Valériane.
- Antinévralgiques : Aethuse meum, Ail, Bourrache, Buis, Camomille.
- Antiodontalgiques : Bistorte, Camomille, Sureau, Valériane.
- Antirhumatismaux : Ail, Bardane, Cassis, Chou Potager, Fraisier, Frêne, Genevrier, Germandrée Petit Chêne, Mélèze, Prêle des Champs, Renouée des oiseaux, Sapin, Ulmaire.
- Antipyrétiques, Fébrifuges : Achillée naine, Bourrache, Camomille, Chiendent, Epine-Vinette, Frêne, Gentiane Jaune, Valériane.

II. MODIFICATEURS DU SYSTEME NERVEUX AUTONOME (ORTHO et PARASYMPATHIQUE)

- Sudorifiques : Achillée naine, Bardane, Bourrache, Buglosse, Gênepi, Genevrier, Mélèze, Pulmonaire, Sapin, Sarriette, Scabieuse Tronquée, Serpolet, Sureau, Ulmaire, Véronique, Violette Odorante.
- Antispasmodiques : Airelle, Myrtille, Cassis, Coquelicot, Eglantier, Epine-Vinette, Mélèze.
- Antimigraineux : Camomille, Lavande, Mélisse, Origan, Primevère officinale, Valériane, Véronique.

III. MEDICAMENTS AGISSANT SUR L'APPAREIL CARDIO-VASCULAIRE

a) Coeur : Aubépine, Herniaire

b) Vaisseaux :

- Vasoconstricteurs veineux : Bardane, Bouillon Blanc, Bourse à Pasteur, Cerfeuil.
- Vasodilatateurs (hypotenseurs) : Ail, Aubépine, Epine-Vinette, Gui, Oignon, Paronyque, Prêle des Champs.

c) Sang :

- Antianémiques : Epinard Sauvage, Orties, Oseille
- Hémostatiques : Plantains, Sureau
- Circulatoires : Armoise, Aubépine, Bourse à Pasteur, Lavande, Mélisse, Menthe, Tilleuls.

IV. MEDICAMENTS MODIFICATEURS DE L'APPAREIL RESPIRATOIRE

- Béchiques, pectoraux : Bouillon blanc, Bourrache, Buglosse, Coquelicot, Figuier, Guimauve, Mauve Alcée, Hysope, Lichen, Pied de Chat, Pin Sylvestre, Primevère officinale, Pulmonaire, Sapin, Tussilage, Violette Odorante, Vipérine.
- Emollients : Aigremoine, Bourrache, Buglosse, Camomille, Eglantier, Guimauve, Mauve Alcée, Lichen, Mauve, Oignon, Primevère Officinale, Pulmonaire, Réglisse, Ronce, Saugue, Sureau, Tussilage, Véronique, Violette Eperonnée, Vipérine.
- Antiseptiques pulmonaires : Genévrier, Pin Sylvestre, Sapin, Serpolet, Thym.
- Antitussifs : Ail, Bouillon-Blanc, Bourrache, Coquelicot, Mauve, Origan, Serpolet, Tussilage, Violette.
- Fluidifiants expectorants : Aethuse meum, Ail, Bouillon Blanc, Hysope, Lichen, Mauve, Pin Sylvestre, Primevère Officinale, Pulmonaire, Sapin, Véronique.

V. MEDICAMENTS MODIFICATEURS DE L'APPAREIL RENAL

- Diurétiques : Asperge, Bardane, Busserole, Cassis, Cerfeuil, Chiendent, Fraisier, Fumeterre, Genévrier, Germandrée, Petit Chêne, Herniaire, Pissenlit, Poireau, Renouée des Oiseaux, Saugue, Sureau, Ulmaire, Vipérine.
- Dépuratifs : Bardane, Bourrache, Buglosse d'Italie, Buis, Chicorée, Chiendent, Douce Amère, Fraisier, Frêne, Gentiane Jaune, Germandrée, Petit Chêne, Noyer, Orties, Pissenlit, Poireau, Prêle des Champs, Ulmaire, Violette Eperonnée, Pensée des Moissons.

- Hypocholestérolémiant : Armoise

VI. MEDICAMENTS AGISSANT SUR L'APPAREIL DIGESTIF ET MODIFICATEURS DE LA NUTRITION

- Digestifs : Absinthe, Achillée naine, Aigremoine, Camomille, Cassis, Dryade, Poireau, Sarriette, Sauge, Serpolet, Tanaisie, Thym.
- Stimulants : Bistorte, Dryade, Epiaire, Génépi, Genévrier, Gentiane Jaune, Hysope, Mélisse, Menthe, Origan.
- Stomachiques : Absinthe, Achillée naine, Ail, Airelle - Myrtille, Angélique, Bistorte, Camomille, Cassis, Epine-Vinette, Euphrase, Fumeterre, Génépi, Genévrier, Gentiane jaune, Hysope, Impératoire, Lavande, Livèche, Menthe, Milleperthuis, Noyer, Origan, Oseilles, Sauge, Scutellaire des Alpes, Sureau, Véronique.
- Condiments : Aethuse meum, Balsamite, Carvi, Cerfeuil des Jardins, Impératoire, Livèche, Origan, Sarriette, Sauge, Serpolet, Thym.
- Carminatifs : Aethuse meum, Athamante - Selin - Persile, Camomille, Gentiane jaune, Hysope, Lavande, Livèche, Menthe, Sarriette.
- Masticatoires : Angélique, Astragale à feuilles de réglisse, Oseilles, Réglisse.
- Anti-ulcères gastriques : Aethuse meum, Bistorte, Groseiller à grappes, Orties.
- Laxatifs : Buis, Frêne, Mauve.
- Purgatifs : Lin, Mélèze, Nerprun des Alpes, Noyer, Rhubarbe des Moines, Sureau.
- Antidiarrhéiques : Airelle - Myrtille, Aubépine, Bistorte, Bouillon Blanc, Camomille, Dryade, Eglantier, Genévrier, Guimauve, Hysope, Lavande, Mauve, Millepertuis, Plantains, Prunellier, Rhododendron, Sureau.
- Cholagogues et Cholérétiques : Aigremoine, Chicorée, Fumeterre, Germandrée Petit Chêne, Pissenlit, Sauge, Thym.
- Emétique : Violette Eperonnée.
- Antivomitifs : Mélisse, Menthe.
- Angigouteux : Fraisier, Herniaire.

VII. MEDICAMENTS MODIFICATEURS DES GLANDES ENDOCRINES ET EXOCRINES

- Antidiabétique : Lierre Grimpant
- Emménagogues : Armoise, Bourse à Pasteur, Lavande, Matricaire inodore, Persil, Renouée des Oiseaux, Rue, Saugé.
- Abortifs : Armoise, Bryone, Rue.
- Aphrodisiaque : Sarriette
- Galactogènes : Buis, Gui.

VIII. MEDICAMENTS TOPIQUES

- Emollients : Aigremoine, Bourrache, Buglosse, Camomille, Eglantier, Guimauve, Mauve Alcée, Lichen, Mauve, Oignon, Primevère Officinale, Pulmonaire, Réglisse, Ronce, Saugé, Sureau, Tussilage, Véronique, Violette éperonnée, Vipérine.
- Antiprurigineux : Chicorée, Noyer, Plantains, Violette éperonnée.
 - Vulnéraires : Arnica, Grande Astrance, Bouillon Blanc, Cerfeuil des jardins, Chicorée, Choux potager, Epinard sauvage, Figuier, Guimauve, Mauve Alcée, Joubarbe, Lin, Lys Blanc, Lys Safrané, Paradisia Faux-Lys, Millepertuis, Noyer, Orties, Persil, Pied de Chat, Plantains, Sapin, Saugé, Scabieuse, Tronquée, Tussilage.
 - Cicatrisants : Bouillon Blanc, Guimauve, Mauve Alcée, Joubarbe, Lin, Lys blanc, Lys safrané, Paradisia-faux-Lys, Millepertuis, Plantains, Tussilage.
 - Astringents : Aigremoine, Bistorte, Busserole, Camomille, Carum Noix de Terre, Chicorée, Conyze, Eglantier, Groseiller à grappes, Noyer, Prunellier, Pulmonaire.
 - Antiophtalmiques : Bleuet, Camomille, Euphrase, Lys Blanc, Sureau.
 - Rubéfiants, irritants, vésicants : Ail, Chélidoine, Joubarbe.
 - Stimulants du cuir chevelu : Lierre grimpant, Noyer, Saugé.

IX. MEDICAMENTS PARASITICIDES ET ANTIINFECTIEUX

- Insectifuges : Absinthe, Ail, Conyze, Epiaire, Noyer, Rue, Scrofulaire de Hoppe, Sumac-Fustet, Tanaisie.

- Vermifuges anthelminthiques : Absinthe, Ail, Cade , Camomille, Gênepi, Gentiane Jaune, Matricaire, Matricaire inodore, Millepertuis, Scutellaire des Alpes.
- Antiseptiques :
 - Internes : Genevrier, Gentiane Jaune, Matricaire.
 - Externes : Ail, Cade, Eglantier, Ellébore Blanc (Vératre), Hysope, Serpolet.

CONCLUSION

CONCLUSION

L'enquête que nous avons réalisée dans la Vallée de l'Ubaye, nous a permis de répertorier 136 plantes médicinales.

Ces remèdes à base de plantes en se transmettant au gré de la vie, de génération en génération, d'une famille à une autre, de village à village, ont fini par constituer "une médecine populaire" suffisamment efficace pour permettre de soigner convenablement les affections courantes.

Mais le savoir empirique se perd, le désenclavement de la Vallée, la transformation de la Société ont modifié les mentalités, bousculé les traditions, et depuis plusieurs décennies, les médicaments d'origine chimique ont pris une place de plus en plus importante en thérapeutique au détriment des simples.

D'après les monographies que nous avons établies, il nous paraît intéressant de rappeler - sinon de révéler - quelques curiosités quant à l'emploi de certaines d'entre elles.

Ainsi, l'Aconit des Alpes ou Anthore fut utilisé dans le traitement des coliques venteuses.

Les Jeunes feuilles d'Armoise sont employées comme hypocholestérolémiant.

Les feuilles du Lierre grimpant sont administrées comme Antidiabétique.

La Paronyche et les fruits d'Epine-Vinette qui ont en commun la propriété d'être fébrifuge, sont utilisés dans cette Vallée en tant qu'hypotenseur.

Bien d'autres récits sont demeurés au stade de l'anecdote parce que certaines informations ne nous ont jamais permis d'aboutir à la détermination exacte de la plante. La tradition orale n'ayant conservé d'elle que quelques éléments confus à propos de leur localisation, de leur nom vernaculaire ou de leur description.

Par contre, notre enquête a révélé pour certaines plantes un nombre élevé de propriétés ; nous prenons à titre d'exemple la Sauge qui est décrite

pour ses propriétés : apéritive, cholagogue - cholérétique, digestive, diurétique, émolliente, fortifiante et vulnaire.

Malgré les progrès considérables qui ont été observés en thérapeutique, ces dernières années, en particulier par l'apport de plus en plus conséquent de médicaments d'origine chimique, cela ne doit pas faire oublier le bien fondé de la Médecine traditionnelle basée sur une longue expérience que l'on qualifie souvent d'empirisme.

La Phytothérapie d'aujourd'hui constitue une projection de la Médecine populaire d'hier, à cette différence près que les recherches modernes confirment fréquemment les activités des plantes utilisées en Médecine traditionnelle.

La Phytothérapie est-elle une Médecine douce ?

Pas toujours ! Les plantes médicinales comme les médicaments d'origine chimique (qui en dérivent souvent) peuvent être responsables d'effets indésirables. Sans évoquer celles qui sont toxiques, nous pouvons constater des effets nocifs chez des plantes réputées sans danger ; notamment lors d'un emploi répétitif tel que peut l'être une tisane laxative à base d'écorce de bourdaine dont l'action des principes actifs est bien connue.

Dans l'ensemble, nous pouvons dire que la Phytothérapie est moins "agressive" que les médicaments et trouve des applications dans de nombreux domaines.

Beaucoup de Médecins reviennent même à un mode de prescription des végétaux, plus traditionnel, sous formes d'infusion, de teinture et nous affirment que les formules des infusions et des décoctions préconisées par certains auteurs, peuvent aujourd'hui comme hier rendre de grands services dans de nombreuses affections.

C'est une seconde jeunesse que les plantes vivent actuellement ! Plus qu'une mode, ne s'agit-il pas là d'un phénomène social de réaction et de défense ?

Les "Simples" ne sont'ils pas une sorte de Manne accordée aux Hommes tout au long du grand périple terrestre dont l'origine s'est perdue ?

Pour que les "Simples" restent à jamais salutaires, nous devons leur faire confiance et apprendre à mieux les connaître.

BIBLIOGRAPHIE

B I B L I O G R A P H I E**1. ALBERT (Abbé)**

Histoire géographique, naturelle, ecclésiastique et civile
du Diocèse d'Embrun 1783.

2. ALLIX A.

Nivation et sols polygonaux dans les Alpes Françaises

La Géographie, 1923, p. 431 - 438 , 6 fig.

Les Glaciers du Dauphiné

Bull. Ass. Géographes Français, 1926, N° 10 (Juillet) p.2 - 3.

3. ANNALES des BASSES-ALPES

Les Veillées de Barcelonnette

Tome III, 1840, p. 153, 201, 225 et 313.

4. ANNALES de HAUTE-PROVENCE

Bulletin de la Société Scientifique et Littéraire des Alpes de Haute-Provence

" LA VALLEE DE BARCELONNETTE".

Tome XLIX, 1980.

5. ANNALES des MINES

Rapport à son Excellence le Ministre de l'Agriculture, du Commerce
et des Travaux Publics

Vallée de Barcelonnette

5ème Série T 19 Paris ; 1861.

6. ARBOS Gh

La vie pastorale dans les Alpes Françaises.

Etude de géographie humaine

Paris (A. COLIN) ; 1922.

7. ARDENE Paul

Année Champêtre 6 Vol. ; 1798 - 1799.

8. ARDOUIN - DUMAZET

Voyage en France 12ème Série

Alpes de Provence et Alpes-Maritimes

(Chapitre Var et Ubaye) ; 1897.

10ème Série

Les Alpes du Léman à la Durance p. 285 - 317

La Vallée de Barcelonnette

(Revue du Monde Moderne) ; 1897.

9. ARNAUD François

- Les Barcelonnettes au Mexique Digne, 1891, 73 p.

Bull. Soc. Sc. Litt. des Alpes de Haute-Provence T. V

- Notice historique sur les torrents de la Vallée de l'Ubaye Paris ; 1895 ;

- Documents et notices historiques sur la Vallée de Barcelonnette ; 1898 ;

- La Vallée de Barcelonnette l'Ubaye 1900, Grenoble GRATIER et CIE

- L'Ubaye et le Haut Verdon Essai Géographique ; 1906 ;

- Le langage de la Vallée de Barcelonnette

En collaboration avec G. MORIN

Soc. d'Etudes d'Histoire Scientifique et Littéraire des Hautes-Alpes
8° ; 1920 ;

- Notice historique et étude des voies de communication de la Vallée de
l'Ubaye.

Bull. Annales de Haute-Provence, n° 289 - 290

T. XLIX ; 1980.

10. ARNAUD Pierre

L'Emigration et le Commerce Français au Mexique

Thèse de Droit 1902, Paris , 166 p.

11. ASTOIN

Revue des moeurs et usages dans les Alpes

Digne, Repros., 1839.

12. ARTAUD Abel

Association strasbourgeoise des séjours scolaires en France,
Grandes Vacances ; Barcelonnette ; 1929 ;

La transhumance dans les Basses-Alpes. D.E.S. dactylogr. 1954

13. AUBERT G., BORE L., LAVAGNE A., MOUTTE P.

Documents pour la carte de la végétation des Alpes III
 Feuille d' Embrun Est ; 1965 ;
 Imp. Louis Jean

14. AUNE Lucien

Propos sur la Vallée de Maurin
 Bull. Soc. Sc. Litt. des Basses-Alpes ; 1975 ; T XLIII, N°275 p. 181-199.

15. AVOCAT Charles

- Le Tourisme dans la Vallée de l'Ubaye
 D.E.S. Fac. des Lettres de Lyon ; 1966 ;
- Premiers résultats du recensement de 1968 en Ubaye
 Revue de Géographie alpine ; 1970 ; P. 435 - 451.
- Pra-Loup, une grande station de l'Ubaye : un premier bilan
 Revue de Géographie alpine ; 1971 ; p. 243 - 257.
- Essai sur l'évolution économique et humaine de la haute montagne
 intra-alpine ; 1979 ; 680 p.
- Montagnes de Lumière (Briançonnais, Embrunais, Queyras, Ubaye)
 Evolution humaine et économique
 Imprimerie A. Fayolle et Cie VILLEURBANNE 1979.

16. AZAIS G.

Catalogue Botanique synonymie languedocienne, provençale, gascone,
 quercynoise etc... ; 1871 ; Beziers Malinas .

17. BAILHACHE J. (Docteur)

- L'atelier temporaire de Barcelonnette - Le Lauzet (1593 - 1594)
 extrait du courrier numismatique N° 22 Paris. 1680 ;
- Le bulletin de la Société Scientifique et Littéraire
 des Alpes de Haute-Provence T. XXIII p. 261 - 275.

18. BALSEINTE

Climats montagnards et stations climatiques d'altitude en France
 Thèse ; 1966 ; Paris (Fabre)
 Note sur la population française vivant dans les communes dont le Chef-Lieu
 est situé entre 900 et 2000 m d'altitude.
 Revue Géog. Alpine ; 1957 ;

19. **BARAT G.**
Le Mélèze dans les Vallées Alpines.
La Nature, Oct. 1933 ; p. 311
20. **BARATIER E.**
Atlas historique de Provence, Comtat, Orange, Nice, Monaco (sous la direction) G. DUBY, E. HILDESHEIMER
Armand COLIN ; 1968 ;
histoire de la Provence sous la direction de PRIVAT ; 1969 ;
21. **BARBET J.**
François de Meyronnes.
Pierre ROGER (Disputatio) Paris ; 1961 ;
22. **BARRALIE Lou**
Li Remédi de la man de Dieù.
1932 ; Edicioun dou Porto-Aigo AIS-DE-PROUVENCO
23. **BARRUOL Guy**
Rigomagus et la Vallée de Barcelonnette
Actes du 1er Congrès
PROVENCE - LIGURIE ; 1966 ;
24. **BARTOLI Ch.**
Etudes écologiques sur les associations forestières de la Haute Maurienne.
Thèse, 1966 , Nancy
25. **BEAUFORT Louis de**
La Vallée de l'Ubaye à l'époque celtique et romaine
Le Puy ; 1893 ;
26. **BENEVENT E.**
- La pluviosité de la France du Sud-Est
Bull. Soc. Scientifique du Dauphiné 4ème Série T. XII ; 1913 ;
- La neige dans les Alpes Françaises. Revue Géog.alpine ; 1917 ; p. 403-497
- Lettre à propos de la neige dans les Alpes Françaises
Revue Géog.alpine ; 1918 ; p. 489 - 493.

- Du passage de dépressions barométriques secondaires à travers les Alpes Françaises et de leur influence sur le climat
Revue Géog.alpine ; 1921 ; p. 505 - 519.
 - Climat des Alpes Françaises. Thèse Lettres ; 1926 ; Grenoble.
 - Documents sur le climat des Alpes Françaises.
Etude critique Grenoble (Allier); 1926 ;
ou Revue Géog.alpine ; 1926 ; p. 681 - 764.
 - Les Vents de Foehn dans les Alpes Françaises
Union Générale des Rhodaniens VII Congrès, Lauzanne, 1935.
27. **BERNARD**
Mémoire pour servir à l'Histoire naturelle de la Provence
2 vol ; Paris Didot fils aîné ; 1781 - 1782 ;
28. **BERTIN A.**
Le Barrage de Serre-Ponçon, pièce maîtresse de l'aménagement de la Durance.
Revue Géographique Alpine T. XLVIII ; 1960 ;
29. **BERTRAND Léon, HAUS et KILIAN**
- Région limite des Vallées de l'Ubaye, du Var et de la Tinée.
Bull. Carte Géol. , N°63 , T. X, p. 182 - 185 ; 1897 ;
- L'âge oligocène des Grès d'Annot
Compte rendu des séances de la Société Géologique de France 2 Déc. 1935.
30. **BERWICK (Maréchal de)**
Mémoires Amsterdam ; 1739 ; Paris ; 1872 ;
31. **BEZANGER-BEAUQUESNE Lucienne, PINKAS Madeleine, TORCK Monique**
Les Plantes dans la thérapeutique moderne,
Mabine S.A., Editeur, 1975,
32. **BIANCHINI F.**
Flore Alpine
Hachette, Collection, "le petit guide" , 1972.

33. **BLACHE J.**

Comment s'établit le profil accidenté des Vallées Glaciaires ?
Revue Géographie-alpine ; 1936 ; p. 646 - 667.

34. **BLANC Pierre**

Liste des travaux sur la FLORE PROVENCALE ; 1933 ;

35. **BLANCHARD R.**

- Altitude moyenne des régions naturelles des Alpes Françaises
Revue de Géographie alpine ; 1919 ; p. 245 - 305
- Régimes hydrauliques et climatiques Alpes du Sud et ensemble des Alpes Françaises.
Revue de Géographie alpine ; 1920 ; p. 177 - 223
- Les Alpes Françaises. Coll. "Colin" N°56 Paris ; 1925 ; 218 p.
- La répartition de la vigne dans les Alpes Françaises
Revue de géographie alpine ; 1930 ;
- Les possibilités de modernisation d'une haute vallée alpestre
Revue de géographie alpine ; 1948 ; avec P. VEYRET et P. CHAUVET.
- Les Grandes Alpes du Sud
Vol 1 ; 1949 ; Vol 2 ; 1950 ;
dans la collection des Alpes Occidentales T. V Grenoble Arthaud
- La mortalité d'aujourd'hui dans les Alpes Françaises
Bull. ass. Géographes Français ; 1957 ; n°269 - 270 p. 219
- Les Alpes et leur destin, Fayard ; 1958 ;
- Réflexions sur les hautes vallées alpestres
Ann. Géogr. ; 1958 ; p. 308 - 318.

36. **BOIS**

Les végétaux, leur rôle dans la vie quotidienne ; 1909 ;

37. **BOISVERT J.J.**

La neige dans les Alpes Françaises
Revue de Géographie alpine ; 1955 ;

38. BONNET Ed.

Histoire du Gui

Le Naturaliste, 1er Mars 1880 n° 23 p. 183 et 1er Avril 1880 n°25 p. 198.

39. BONNIER S.

Les plantes de la région alpine et leur rapport avec le climat

Ann. de Géographie ; 1894 - 1895 ; p. 393 - 413.

Flore complète illustrée en Couleurs de FRANCE, SUISSE et BELGIQUE

Paris E. Orlhac ; 1934 ;

40. BORDEAUX (Général P. E)

Historique de la Vallée de l'Ubaye pendant la guerre 1914 - 1918

Bull. Soc. Scientifique littéraire des Alpes de Haute-Provence

T. XXI ; p. 100

41. BORRELY Ernest

L'Ours et le Loup dans les traditions alpestres

Bull. Soc. Scientifique et littéraire des Alpes de Haute-Provence

T. XXXII ; p. 211.

42. BOUTEILLER Marcelle

Sorciers et jeteurs de Sort , Plon ; 1958 ;

Médecine populaire d'hier et d'aujourd'hui , Maisonneuve et Larose ; 1966 ;

43. BOUVIER J.C.

Le pronom personnel sujet et la frontière linguistique entre provençal et francà-provençal.

Revue de linguistique romane T. 35 n° 137 - 138 ; Janvier et Juin 1971 ;

44. BRAUN - BLANQUET J.

La végétation des vallées sèches à l'intérieur des Alpes et son origine

Stuttgart ; 1961 ;

45. BRAVARD Y.
Notes sur l'évolution humaine récente des Alpes du Sud.
Revue Géographie alpine ; 1954 ;
L'arrêt du dépeuplement des Alpes du Sud
Revue de Géographie alpine ; 1956 ;
Les Alpes du Sud, population et économie
Revue de géographie alpine ; 1959 ;
46. BRION Marcel
LA PROVENCE Edition ARTHAUD ; 1972 ;
47. BROSSE Guy (de la)
De la nature, vertu et utilité des plantes ; 1628 ;
48. CANONGE Jules
Légendes Provençales ; 1862 ;
49. CARRERE , CLERISSI
Enquête sur la région de l'Ubaye
Institut de recherche économiques et sociales, Marseille ; 1956 ; (texte ronéotypé)
50. CARREVON H.
Flore Alpine. Delachaux et Niestlé ; 1939 ;
51. CARTE CLIMATIQUE
- Carte climatique détaillée de la France , CNRS et Ophrys, au 1/250 000
Feuille Gap, publiée sous la direction de Ch. P. Péguy.
52. CARTES GEOLOGIQUES
- Carte géologique des Basses-Alpes au 1/320 000 (Scipion Gras)
- Carte géologique de la Provence au 1/240 000 (Devilleneuve - Flayosc)
- Carte géologique du Dauphiné au 1/250 000 (Charles Lory)
- Carte géologique du Bassin de l'Ubaye au 1/320 000 (Goret)
- Carte géologique des Chaînes subalpines entre Gap et Digne
au 1/200 000 (Haug)

- Carte géologique détaillée du Nord du Var (Guébard)
- Carte géologique détaillée du Sud des Basses-Alpes (Guébard)
- Carte géologique du Massif du Morgon au Nord de l'Ubaye au 1/20 000 (D. Schneegans).
- Esquisse géologique des Bassins du Haut-Verdon et du Bachelard au 1/50 000 (Y. Gübler - Wahl)
- Carte géologique d'Allos et du Lac d'Allos au 1/20 000 (Y. Gübler - Wahl)
- Carte géologique de la Bordure des Alpes, de la Bléone au Var 1/200 000 (Goguel)
- Stratigraphie et tectonique tertiaires des régions provençales et alpines 1/300 000 (A.F. Lapparent)
- Carte géologique de Gap 1/80 000
- Carte géologique de Barcelonnette 1/50 000 feuille XXXV - 39
- Carte géologique de Larche 1/50 000 feuille XXXVI- 39
- Carte géologique d'Embrun 1/50 000 feuille XXXV - 38

53. CARTES TOPOGRAPHIQUES

- Carte schématique au 1/100 000 de la Vallée de l'Ubaye dressée d'après les esquisses de Maître F. ARNAUD et du Docteur J. COSTI
- Cartes de France au 1/50 000 (IGN)
 - CHORGES, feuille 34 - 38
 - SEYNE, feuille 34 - 39
 - EMBRUN, feuille 35 - 38
 - BARCELONNETTE, feuille 35 - 39
 - AIGUILLES, feuille 36 - 37
 - AIGUILLE du CHAMBEYRON feuille 36 - 38
 - SEYNE, feuille 36 - 39
 - LARCHE, feuille 36 - 39
- Cartes de France au 1/25 000 (IGN)
 - EMBRUN feuille 35 -38/ 5 - 6
 - EMBRUN feuille 35 -38/ 7 - 8
 - AIGUILLE du CHAMBEYRON feuille 36 - 38/ 5 - 6
 - CHORGES, feuille 34 - 38/ 7 - 8
 - SEYNE, feuille 35 - 39/ 1 - 2
 - SEYNE, feuille 35 - 39/ 3 - 4
 - SEYNE, feuille 35 - 39/ 7 - 8
 - BARCELONNETTE 1 - 2
 - BARCELONNETTE 3 - 4

BARCELONNETTE 5 - 6
BARCELONNETTE 7 - 8
LARCHE 1 - 2
LARCHE 5 - 6

54. CARTE de la VEGETATION de la FRANCE
CNRS, N° 68, NICE, GRENOBLE, 15 Mars 1956, (P. OZENDA)
carte de la Végétation de la France
CNRS, N° 60, GAP, GRENOBLE, 1964, (J. Gobert, P. Ozenda et A. Tonnel).
Carte de la Végétation de la France
CNRS, N° 67, DIGNE, GRENOBLE, Juillet 1970 (P. OZENDA)
55. CAUVIN Christian
Histoire de la Haute-Provence ; 1914 ;
Une révolte au Val-des-Monts en 1791
Bull. Soc. Scientifique et Littéraire des Alpes de Haute-Provence
T. XII ; p. 381 et p. 425.
56. CAUVIN Georges
La Médecine populaire en PROVENCE
Thèse ; Faculté de Médecine et de Pharmacie de Lyon ; 1930 ;
57. CAZIN F.D.
Traité pratique et raisonné des plantes médicinales indigènes avec un
atlas de 200 planches lithographiées.
3ème édition Paris , 1868
58. CHABOT Georges
Géographie régionale de la FRANCE ; Paris ; 1975 ;
59. CHAPPUIS Ch.
Etude Archéologique et Géographique sur la Vallée de Barcelonnette à
l'époque celtique.
Besançon , De Valluet Jeune, ; 1862 ; 92 p.
60. CHARDONNET Jean
- Types de Bordures des massifs centraux dans les Alpes Occidentales
Ann. Géographie ; 1942 ; p. 264 - 283

- Le relief des Alpes du Sud

2 Volumes. Grenoble 1947 - 1948 (Didier-Richard)

Thèse lettres, Paris, 1945

61. CHARLES-ROUX Jules

Légendes de Provence ; 1910 ;

62. CHARPENEL Emile

L'épopée de Barcelonnette on toute la vie d'un Valéian parti au Mexique, décrite par lui-même, suivi des recettes gastronomiques séculaires et spécifiques de la Vallée de l'Ubaye.

Bull. Soc. Scientifique et Littéraire des Alpes de Haute Provence

T. n° 277 ; 1976 ; et Digne ; 1978

63. CHAUMETON F.P., CHAMBERT et POIRET

Flore médicale ; 1814 ;

64. CHAUVET P. et PONS P.

Les Hautes Alpes,

hier, aujourd'hui, demain : la nature, l'homme, Economie, cadre de vie, Régions.

Thèse S E H A Louis Jean ; 1975 ;

65. CLEBERT Jean-Paul

Histoires et légendes de la Provence mystérieuse

Paris : Tchou ; 1968 ; in 8° 319 p.

66. COLLIER Raymond

Note sur l'histoire d'Allos et de la Vallée de l'Ubaye en 1630 -1631

Bull. Soc. Sc. et Litt. des Alpes de Haute-Provence T. XXXII ; n° 186

La vie en haute Provence de 1600 à 1850 , (Digne ; 1973 ; 546 P.)

67. COMBES R. et GERTRUDE M.T.

Action du Climat alpin sur le métabolisme végétal

Compte-rendu Séances de l'Académie des Sciences ; 1939 ; P. 661-664

68. CONIGLIANO (de)
L'hiver en Ubaye
Club Alpin Français Bull. de la Section de Barcelonnette ; 31 déc. 1925 ;
69. CONSTANTIN Antoine
BRIEF TRACTE de la Pharmacie provinciale et familière ; 1597 ;
70. CORREVON H.
La Botanique et la Montagne. 1917 ;
71. COSTE Julien (Docteur)
VALLIS MONTIUM
Histoire de la vallée de Barcelonnette, Hautes terres de Provence des
origines à nos jours.
Grenoble ; 1932 ; 228 p. et Gap ; 1976 ;
72. COSTE (Abbé H.)
Observations sur quelques plantes de la vallée de l'Ubaye
Bulletin de la Société de Botanique de France ; 1897 ; T. 44 p. L XX VII
Flore descriptive et illustrée de FRANCE, de la Corse et des Contrées
limitrophes
Second tirage. Librairie Scientifique et Technique Albert BLANCHARD Paris
73. COULET Noël
Circulation et échanges au moyen-âge
Vallée de l'Ubaye XIII et XVème Siècle
in Provence historique T. XXIII ; fasc. 93 - 94 ; 1973 ;
74. CUBERNATIS (Angelo de)
La Mythologie des plantes ou les légendes du Règne Végétal
2 Volumes Paris ; 1878 - 1882 ;
75. DARLUC Michel
Histoire Naturelle de la Provence
3 Volumes ; Avignon, Niel ; 1782 - 1786 ;

76. DAVID J.

Excursion dans la haute montagne intra-alpine des Alpes du Sud :
quelques formes froides.

Revue géographie alpine ; 1967 ; p. 205 - 210

77. DE ROYER F. et LECOANET A.

Revel et Méolans, deux Communes de l'Ubaye
Grenoble ; 1968 ; I.E.P. mémoire de 2ème Cycle.

78. DE SAINTIGNON M.F. et A. DOUGUEDROIT

- Les pluies d'Août et Septembre 1968 dans les Alpes Françaises
Revue géographie alpine ; 1969 ; n°2 ; p. 335 - 360

- A propos des Alpes Françaises du Sud un nouveau mode de représentation
des températures moyennes en montagne l'OROTHERMOGRAMME
Revue Géographie Alpine, n°2 ; 1970 ; p. 205 - 217.

- Méthodes d'études de la décroissance des températures en montagne
de latitude moyenne : l'exemple des Alpes Françaises du Sud
Revue Géographie alpine, n°3 ; 1970 ; p. 452 - 472

79. DE VILLE Jne Bte

Histoire des plantes de l'Europe et des plus usitées qui viennent d'Asie,
d'Afrique et d'Amérique où l'on voit leurs figures, leurs noms, en quel
temps elles fleurissent et le lieu où elles croissent avec un abrégé de
leurs qualités et de leurs vertus 1680 ;

80. DEBELMAS A.M. et DELAVEAU P.

Guide des Plantes dangereuses, Maloine SA, Editeur Paris, 1978,

81. DEBELMAS Jacques et GIDON Maurice

- Les coupes du Guil et de l'Ubaye
au travers de la zone Briançonnaise Hautes et Basses Alpes
in bulletin de la Société géologique de France 6ème Série T. VIII n°7 ;
Juin 1959 ; p. 641, 1 carte , 2 coupes.

82. **DEBELMAS Jacques**
- Alpes, Savoie et Dauphiné
Coll. Guides géologiques régionaux Masson et Cie
Guide géologique régional ; 1970 ; 215 p.
83. **DEBELMAS Jacques ., LEMOINE M.**
La structure tectonique et l'évolution paléogéographique de la chaîne alpine d'après les travaux récents
Information scientifique ; 1964 ; p. 1 - 33.
84. **DECOLLARD- DESHOMMES R.**
La médecine populaire de PROVENCE au début du XXème Siècle
Thèse de Médecine ; 1907 ; Toulouse.
85. **DELATTE Armand**
Herbarius, recherches sur le cérémonial usité chez les anciens pour la cueillette des simples et les plantes magiques.
2ème édition , Liège, Paris ; 1939 ; 176 pages
86. **DELABORDE Pierre**
Notes de géographie alpine Embrunais Ubaye, Tinée
in recueil des travaux de l'Institut de géographie alpine T.III
1915 ; fasc. IV p. 421 - 424.
87. **DELAVEAU Pierre**
Plantes agressives et poisons végétaux,
Horizons de France ; 1974 ;
88. **DELEUIL G.**
- Localités nouvelles de plantes rares ou intéressantes et précisions sur certaines localités déjà connues in contribution à l'étude de la flore provençale. Fasc. VI ; T. XII ; p. 87 - 92.
Bull. du Muséum d'Histoire Naturelle de Marseille, 1955 ;
- Bibliographie Botanique provençale Végétaux Vasculaires
1954 ; T. XIV ; p. 1 - 208. Bull. Mus. Hist. Nat. de Marseille.
- Omission des publications antérieures à 1954 et travaux publiés depuis cette date.
Supplément N°1 ; T. XVIII ; 1958 ; p. 105 à 148.

89. DEMANGEOT Jean

La géographie physique du Lauzanier

Bull. Soc. Nat. d'acclimatation 1938 ; n°1 2 p. 54-60

Le relief de la Haute Ubaye

Ann. Geo. ; 1939 ; p. 348 - 358 et carte morphologique

Note sur la Haute Vallée de l'Ubaye

Structure, altitudes moyennes, tracé du réseau hydraulique

Revue Géographie Alpine ; 1943 ; p. 535 - 575 6 fig, 4 pl.

90. DEMONTZEY Prosper

- Etude sur les travaux de reboisement et de gazonnement des montagnes
Paris, 1878, 421 p.

- L'extinction des torrents en France par le reboisement
Paris, 1894, 225 p.

91. DEPERRAZ A.

- Les pâturages de montagne, la fertilisation.

Bull. Fed. Fr. Economie Montagnarde ; 1956 - 1957 ;

- L'alimentation économique du bétail laitier en montagne

Bull. Fed. Fr. Economie Montagnarde ; 1956 - 1957 ;

92. DERBEZ Henri

- L'élevage du mouton dans la Vallée de l'Ubaye

Lyon ; 1935 ; 69 p.

93. DESSALLE - REYNIER

- Matériaux pour servir à l'histoire de la flore Basse Alpine

Bull. Soc. Scienti. et Littéraire des Basses-Alpes ; 1915 ;

94. DIRECTION DEPARTEMENTALE DE L'AGRICULTURE

Etude Départementale d'aménagement rural : synthèse et exposé des
objectifs Alpes de Haute Provence. D.D.A. ; 1973 ;

95. DOUGUEDROIT A.

- Les forêts de Haute Provence et des Alpes Maritimes , Thèse, 1972

- Aperçu sur l'étagement des forêts de Haute Provence et des Alpes Maritimes,
Méditerranée, 3 - 4 ; 1972 ; p. 61 - 88.

96. DROGUE D.
- Les Ovins dans les Alpes Françaises : répartition et évolution
du cheptel autochtone
Revue Géographie Alpine ; 1950 ; p. 633 - 677.
97. DU VACHAT A.
Les torrents des Basses-Alpes, Le Chêne, 5ème année, N°17 p. 18 - 25
98. DUBOIS Pierre
- La vie pénible et laborieuse de Jean-Joseph ESMIEU, Marchand Colporteur
sous la Révolution.
Bull. Soc. Sci. et Litt. des Alpes de Haute Provence, n° 255 à 262
Digne ; 1971 ;
99. DUCHAUFOR Ph.
- L'érosion des sols en région méditerranéenne
Revue Forestière Française ; 1950 ;
- Les sols des pâturages d'altitude
Bull. Fed. Fr. d'Economie Alpestre ; 1956 - 1957 ;
100. EBRARD Pierre
- Les Mexicains de l'Ubaye
Thèse de Droit ; 1948 ; AIX EN PROVENCE
Et Bull. Annales de Haute-Provence ; XLIX ; 1980
101. ENCYCLOPEDIE des FLEURS et PLANTES de JARDIN
Sélection du Reader's Digest, Paris, Bruxelles, Zurich, Montréal, 1978.
102. ESCALLIER E.
Serre-Ponçon, miracle de l'homme.
Société d'Etudes des Hautes-alpes ; 1970 ;
103. EISENMENGER G. et CAUVIN Ch.
- La Haute-Provence, Etude de Géographie Régionale
Digne ; 1914 ; 240 p. , 96 fig.

104. FABRE J.P.A.

- Des habitants des montagnes considérés dans leurs rapports avec le régime forestier.
Marseille ; 1849 ; 60 p.

105. FAVERGER Claude

- Flore et Végétation des Alpes.
Paris, Delachaux et Niestlé ; 1958 ;

106. FERAUD (Abbé Jn. Ph, Maxime)

- Géographie historique et biographique du Département des Basses-Alpes
Digne ; 1849 ;
- Biographie des hommes remarquables des Basses-Alpes
Digne, Repros. ; 1850 ;
- Histoire géographique des Basses-Alpes
Digne ; 1861 ;
- Le Pèlerinage de St-CURS à MEYRONNES
Digne ; 1879 ; 32 p.
- Souvenir religieux des Eglises de la Haute-Provence
Digne ; 1879 ; 346 p.
St-Pons, Faucon, Moulanès, Revel, St-Ours.
- Histoire, géographie et statistique du Département des Basses-Alpes
1861 ; p. 384 - 442 ; Digne, Vial
Nyons, Chantemerle ; 1972 ;

107. FLAHAUT Ch.

- Flore de la Vallée de Barcelonnette.
Notice publiée par le Comité local d'organisation de la Session
Extraordinaire de la Société Botanique de France dans la Haute Vallée
de l'Ubaye en Août 1897, Montpellier et Roumegus ; 1897 ;
- Herborisation du dimanche 1er Août dans le bassin du torrent des Sagnières
Vallée de l'Ubaye Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T. 44 ; p. CLXXVII ;
- Herborisation du mardi 3 Août sur le cône de déjection du Riou-Bourdoux
Vallée de l'Ubaye Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T. 44 ; p. CXCVI ;
- Herborisation du Mercredi 4 Août au Bassin du Riou-Bourdoux
Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T. 44 ; p. CC ;

- Excursion du samedi 7 Août au ravin du Riou-Chanal et de Gaudrissart (Vallée de l'Ubaye) Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T. 44 ; p. CCXXII ;
- Herborisation dans la Vallée inférieure de l'Ubaye, de Prunières à Barcelonnette et aux environs de cette dernière ville. Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T. 44 ; p. CLVIII ;
- Herborisation dans la vallée supérieure de l'Ubaye du 10 au 22 Août 1897
 - a) Forêt du Lauzon p. CCXXXVII
 - b) Col du Longet p. CCXL
 - c) Col de Vars et Crête de l'Eyssina p. CCXLIII
 - d) Vallon supérieur du Chambeyron p. CCXLVI
 Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T. 44 ; p. CCXXXVI
- Liste complémentaire et rectificative des plantes vasculaires observées dans le Bassin supérieur de l'Ubaye pendant les excursions de la Société Botanique de France aux environs de Barcelonnette. Bull. Soc. Bot. de France ; 1897 ; T.44 ; p. CCXXXIII
- Notice sur la flore de la Vallée de l'Ubaye Club Alpin Français ; 1898 ;

108. FLORE (1a) de la Vallée de l'Ubaye et du Département

Compte-Rendu du livre de Louis LAURENT :
 Catalogue raisonné des plantes vasculaires des Basses-Alpes
 In Journal de Barcelonnette ; 1939 ;

109. FONTENELLE Julia et BARTHEZ

Nouveau dictionnaire de Botanique médicale et pharmaceutique
 contenant la description et les propriétés médicinales des
 végétaux, animaux et minéraux ; 1836 ;

110. FOURCHY P.

Remarques sur la question du déboisement dans les Alpes
 Revue géographie alpine ; 1944 ; p. 113 - 128

Ecologie de Mélèze particulièrement dans les Alpes Françaises
 Arn. Ecol. Nat. des Eaux et Forêts T. XIII ; Fasc 1 ; 1952 ;

Alpes vertes et Alpes sèches à la recherche d'une limite climatique
 forestière entre Grenoble et Gap.

Revue Forestière Française ; 1962 ;

111. FOURNIER P.

- Le livre des plantes médicinales et vénéneuses de France.
Editeur Paul Lechevalier, Paris, 1947.

112. FREMONT - GARNIER

- Lettre sur la Vallée de Barcelonnette.
Digne (Guichard) ; 1822 ; 60 p.

113. GABERT P.

- Rapport sur la nécessité de préserver les paysages naturels de la région des Aiguilles du Chambeyron et de la Haute Vallée de l'Ubaye.
Etude d'une zone de protection en Haute-Ubaye, COSINA, Marseille.

114. GACOGNE

- Excursion dans la Vallée de Barcelonnette, nouvelle station d'Astragalus Alopecuroïdes.
Ann. Soc. Bot. Lyon ; 1875 ; 1876 ; 4ème Année ; p. 86.
- Excursion botanique dans la vallée supérieure de Barcelonnette.
Ann. Soc. Bot. Lyon ; 1879 ; p. 100;

115. GALIEN

- Le second livre de Galien à Glaucon, contenant les remèdes et manières de curer toutes apostèmes ou tumeurs contre nature, tant intérieures qu'extérieures, toutes ulcères, abscez, sinuositez, fistules, gangrènes, cancrez, éléphantie, hydropysie et autres males dispositions, commenté par Martin Acakia et mis en françays par Guillaume Chrestian,....
A Lyon, par Benoist Rigaud et Jean Saugrain, 1558,
In. 16, 241 p, Ip. n. Ch. et 2 F. N. CH. (table incomplète)
Ex Libriés armorié J. B. de Villeneuve - Vaucluse.
Bibliothèque Municipale de Barcelonnette.

116. GARDELLE Ch.

- La transhumance ovine entre les régions méditerranéennes et les Alpes en 1964.
Revue Géog. Alpine ; 1965 ; p. 449 - 479.
- La vie pastorale dans les Alpes Françaises.
Revue Géog. Alpine ; 1973 ; p. 449 - 461 ;

117. GARIDEL Pierre
- Histoire des plantes qui croissent aux environs d'Aix et dans plusieurs autres endroits de la Provence.
Aix, 1715 ; Paris, 1723 ;
118. GARNIER M.
- Climatologie de la France.
Sélection des données statistiques
Direction de la Météorologie Nationale, Paris ; 1967 ;
119. GENIN Auguste
- Les français au Mexique du XVIème Siècle à nos jours.
Paris ; 1933 ; 544 p.
120. GEORGE P.
- Géographie des Alpes Coll. "La FRANCE" sous la direction de E. GRANGER ;
Paris Presses Universitaires ; 1942 ; 223 p. 10 fig. 8 planches et photos.
121. GERARDI Ludovici
- Flora GALLO-PROVINCIALIS ; 1761 ;
122. GIDON Maurice
- Les rapports entre schistes lustrés et terrains Briançonnais en haute Ubaye
Comptes-rendus hebdomadaires de l'Académie des Sciences ; 4 Janvier 1956.
 - Note sur le quaternaire de la Haute-Ubaye et de la Haute Maïra.
Feuilles Aiguilles de Chambeyron au 1/50 000^e
Bull. Service de la Carte Géologique de France ; 1957 ; p. 31 - 37
 - Données nouvelles sur la stratigraphie et la tectonique de la zone
Briançonnaise sur les feuilles Embrun, Aiguilles de Chambeyron et Larche
au 1/50 000^e
Bull. de Service de la carte Géologique de la France ; 1958 ; p.161 - 164 ;
 - La zone Briançonnaise en Haute-Ubaye (Basses-Alpes) et ses prolongements
au Sud-Est.
Mémoire du Service de la Carte Géologique de la France ; 1959 ;
123. GIGNOUX Maurice
- Les sols polygonaux dans les Alpes et la genèse des sols polaires
Ann. Geog. ; 1931 ; p. 610 - 619.

- Un bel exemple de "sol polygonal" dans les Alpes Françaises.
Bull. Soc. Sc. du Dauphiné ; 1936 ; p. 453 - 564 près du Lac des
neuf-coculeurs en Ubaye.
- Quelques réflexions sur les théories tectoniques récentes.
Annales de l'Université de Grenoble, Sciences - Médecine ; 1942 ; p.73 - 95

124. GIGNOUX et MORET Léon

- La tectonique des terrains salifères, son rôle dans les Alpes Françaises
Société Géologique de France T. II ; p. 329 ; Paris ; 1930 ;
- Les grandes subdivisions géologiques des Alpes Françaises.
Ann. Géographie N°244, 15 juillet 1934 ; p. 337 - 363.
- Quelques réflexions sur les théories tectoniques récentes.
Annales de l'Université de Grenoble Sciences - Médecine ; 1942 ; (GIGNOUX M.)

125. GIGNOUX Maurice, MORET Léon, et SCHNEEGANS Daniel

- Le problème du flysch calcaire dans la région frontale des nappes de
l'Embrunais - Ubaye.
Compte rendu de l'Association Française pour l'avancement des Sciences,
Congrès de Chambéry ; 1933 ; p. 240
- Observations géologiques dans le Bassin de la Haute Durance entre Gap et
la Frontière Italienne.
Extrait des travaux de Laboratoire de géologie de la Faculté des Sciences
de l'Université de Grenoble. T. XVIII ; 1934 ;

126. GOGUEL Jean

- Tectonique des chaînes subalpines entre la Blêgne et la Durance.
Bull. Carte géologique N°202, T. XLI ; 1939 ; p. 189 - 235, 26 fig. 2 cartes.
- Les Alpes de Provence - géologie
Paris, Hermann ; 1953 ;

127. GORET

- Géologie du Bassin de l'Ubaye
Bull. Soc. Geol. XV ; 1886 - 1887 ; p. 539 - 555
- Esquisse géologique du Département des Basses-Alpes ; 1928 ;

128. GOUY Patrice
- L'écho du Mexique (élément pour une compréhension de l'émigration des populations de la Vallée de Barcelonnette au Mexique) 1821 - 1955
Thèse des Sciences Politiques, Grenoble ; 1979 ; 241 p.
 - Pérégrination des "Barcelonnettes" au Mexique,
Presses Universitaires de Grenoble. Collection "l'Empreinte du Temps"
Grenoble ; 1980 ; 158 p.
 - Les Barcelonnettes et le Mexique.
Bull. Annales de Haute-Provence, Tome XLIX ; 1980 ;
129. GRANIER René
- Protection de la Vallée de l'Ubaye
Bull. Soc. Sc. et Litt. des Alpes de Haute-Provence T. XLVI ; 1977 ; n°279
130. GRAS Scipion
- Cartes et Coupes (Gypse de Faucon ; gypse, ardoises, toulières de Jausiers ; toulières de Maurin, de Larche, du Lauzanier, du Col de la Madeleine, de St-Ours).
Statistique minéralogique du département des Basses-Alpes
Grenoble ; 1840 ; 224 p.
131. GULLER WAHL Y.
- La Nappe de l'Ubaye au Sud de la Vallée de Barcelonnette,
Thèse Sciences, Paris ; 1928 ; 204 p.
- Schéma structural de la nappe de l'Ubaye dans les bassins du Haut Verdon
et du Bachelard
Bull. du service de la Carte Géologique ; 1929 ; T n°32 n° 174 ; p. 427 - 439.
132. HARALAMB
- Le reboisement dans les Alpes Françaises
Thèse d'Université Grenoble
Grenoble allier ; 1931 ;
133. HAUG Emile
- Les chaînes subalpines entre Gap et Digne
Bull. Carte Géologique n°21, T 3 ; 1891 ; 197 p. 20 Fig. et 4 planches.

- Les nappes de charriage de l'Embrunais et de l'Ubaye et leurs faciés caractéristiques.
Bull. Soc. geol. de France T.XII, 8 Août 1912 ;
- Contribution à une synthèse stratigraphique des Alpes Occidentales
Bull. Société géologique 4ème Série, T. XXV ; 1925 ; p. 97 - 224 ;

134. HAUG Emile et KILIAN W.

- Notice géologique sur la Vallée de Barcelonnette avec une carte schématique
In Société Géologique de France
Session Extraordinaire de la Haute Vallée de l'Ubaye en Août ; 1897 ;
Montpellier, 1898 ; p. 554 -557

135. HENRY D.J.M.

- Recherches sur la géographie ancienne et les antiquités du Département des Basses-Alpes.
Forcalquier ; 1818 ;
- Inscriptions de Barcelonnette
Bull. Soc. Sci, et Litt. des Alpes de Haute-Provence T. XXV ; p.34

136. HISTOIRE des BASSES-ALPES

Basses-Alpes, Haute-Provence, aspect géographique, historique, touristique, économique et administratif.

137. HONNORAT Simon-Jude

- Vocabulaire FRANCAIS-PROVENCAL ; 1848 ;
- Dictionnaire PROVENCAL - FRANCAIS, 1846 ;
- Catalogue des plantes de PROVENCE
Ext. ann. Sc. et Ind. du Midi de la FRANCE ; 1832 ;

138. HULIN V.

Les glissements de terrain en Montagne
Revue d'Economie Française ; 1932 ; p. 107-114

139. ISNARD Emile

Vieux papiers ; le dernier seigneur d'Ubaye.
Bull. Soc. Sci. et Litt. des Alpes de Haute-Provence ; T. XX ; p.262

140. ISNARD M.Z.
Le Val des Monts, ses privilèges, traité entre St-Paul et Amédée VII
Comte de Savoie (1388 - 1559)
Bull. Soc. Sc. et Litt. des alpes de Haute-Provence ; T.II ; p. 448 ;
141. ISNARDY Léon
Géographie du Département des Basses-Alpes
Manosque, S. Mollet , 1939
142. JACQUES (Chanoine Louis)
Barcelonnette et la Cité Rigomagensis
Gap ; 1969 ; 14 p.
143. JEAN L.
Les plus belles et les plus rares fleurs des Alpes
GAP ; 1937 et 1942 ;
Fleurs des Alpes, Ophrys ; 1973 ;
144. JEAN-BLAIN C. et GRISVARD M.
Plantes vénéneuses
Toxicologie
La Maison rustique ; Paris ; 1973 ;
145. JOANNE Adolphe
Géographie du Département des Basses-Alpes
Paris ; 1880 ;
146. JULLIEN J.J.
- Passage de l'Armée d'Annibal dans la Vallée de Barcelonnette
Digne Repros ; 1829 ;
- Documents historiques sur la Vallée de Barcelonnette
Annales des Basses-Alpes ; 1839 ; T.II
147. KERCKHOVE Claude
La zone du Flysch dans les nappes de l'Embrunais - Ubaye (Alpes Occidentales)
Compte-rendu de J. Massepert in revue de Geog. alpine T. IX, 1972-2 ; p.387-389

148. KILIAN W.

- Sur la constitution géologique des massifs de la Haute Blêone et du Haut Verdon
Compte-rendu de l'Académie des Sciences, T. 124, 8 Mars 1897, p. 516-518
- Sur le verrou du Chatelet (Ubaye)
Bulletin carte géologique, Compte-rendu n° 85, T.12, 1901 ; p.158

149. KILIAN W. BLANCHET F. MORET L. ROCH E.

- Contribution à la connaissance du terrain houiller de la zone intra-alpine française.
Bull. Soc. de statistique de l'Isère T.13 ; 1923 ;

150. KILIAN W. FLUSIN , OFFNER J.

- Nouvelles observations sur les glaciers du Dauphiné et de la Haute-Ubaye
Annales Société Touristique du Dauphiné, N°27, 1901 , p. 197 - 238

151. KILIAN W. et REVIL J.

- Les schistes lustrés dans les Alpes Françaises
Bull. Soc. de Statistique de l'Isère ; 1919 ; p. 283 - 317
Historique des différentes conceptions ayant concerné ce terrain.

152. LANNES

- Catalogue des plantes les plus remarquables croissant dans le Bassin supérieur de l'Ubaye (Basses-Alpes) compris entre Barcelonnette et la Frontière d'Italie d'un côté et les Hautes Alpes de l'autre.
Bull. de la Société botanique de France : 1879 ; T. 26 p. 155

153. LAURENT Louis

- Catalogue raisonné des plantes vasculaires des Basses-Alpes
Marseille ; 1937 - 1939 ; 2 Vol.

154. LAVAGNE A.

- Contribution à la connaissance de la végétation rupicole des hautes Vallées de l'Ubaye et de l'Ubayette (Alpes cottiennes)
Végétation , T. XI , 1963 ; p. 353 - 371 ;

- Note relative à la répartition et à l'écologie du pin à crochets dans la Vallée de l'Ubaye
Revue Forestière ; 1963 ; p. 659 - 674
En collaboration avec MOUTTE P.
- Le Mélèze dans la Vallée de l'Ubaye (Basses-Alpes)
Ann. Sciences Forestières T. XXI ; 1964 ; p. 485 - 524 ;
- Note sur l'Astragalus Alopécuroïdes
Bull. du Muséum d'Histoire Naturelle de Marseille T.XXV, 1965, p. 25-32,
- La végétation forestière de l'Ubaye et des pays de Vars
Thèse, Faculté des Sciences, Marseille, 1968.

155. LAVAUDEN I.

Les forêts des Basses-Alpes, Le Chêne, 5ème Année n°17 p. 5-17

156. LE CLERC (Médecin du Roy)

La Chirurgie complète 3ème Edition augmentée Paris chez Barthélémy Girin, 1648 ;

(Bibliothèque privée Le Lauzet/Ubaye)

157. LE GUERNIC

La zone du Roure, contribution à l'Etude du Briançonnais interne et du piémontais en Haute-Ubaye

Travaux du Laboratoire de Géologie Alpine n°43 ; 1967 ;

158. LENOBLE Félix

- La légende du déboisement des Alpes

Revue de Géographie Alpine, XIV , 1926 ; p. 187 - 213

- Sur la définition de la région méditerranéenne en géographie botanique et ses limites dans le Sud-Est de la France

Bull. Soc. Botanique de France ; 1934 ; T. LXXXI p. 88 - 96

- sur la composition floristique des prairies et pâturages des Alpes. ; 1924 ;

159. LEROY R.

- Les forêts des Alpes Françaises

Revue de Géographie Alpine ; 1957 ;

160. LEVAINVILLE J.

La Vallée de Barcelonnette

Ann. de Géographie, Volume 16 ; 1907 ; p. 223 - 244

161. LOUP J.

L'exploitation des alpages dans les Alpes Françaises

Revue Geog. Alpine ; 1963 ; p. 393 - 428

Durée de la couverture nivale sur un adret et sur un ubac de la région d'Embrun (Hautes-Alpes)

Revue Géog. Alpine ; 1969 ; n° 3 p. 593 - 608

162. LOUP J. et JAIL M.

- La prévention des crues dans les Alpes

Revue Geog. Alpine ; 1972 ; N°3 p. 483 - 497

- Lombardes et avalanches

Revue Céog. Alpine ; 1972 ; N°4 p. 643 - 646

163. MAGHAMI PARVIZ

Culture et Cueillette des plantes médicinales ; Hachète ; 1979 ;

164. MAGNIN A.

- Mousses et Lichens de la Vallée de l'Ubaye

Bull. Soc. de Botanique de France ; 1936 ; N°2

165. MAIGRE R.

Le Barrage de Serre-Ponçon sur la Durance

Construction ; 1956 ; T. XI ; N°2 ;

166. MAIN A.

Le régime des cours d'eau des Alpes Françaises

Revue Géog. Alpine ; 1915 ; p. 243 - 335

167. MALTE - BRUN V.A.

- Basses-Alpes. Géographie - Histoire - statistique - administration ;

Ed. du Bastion ; 1882 ;

168. MARTIN D.

Les glaciers quaternaires des bassins de la Durance et du Var.
Réunion des articles parus de 1911 à 1918 dans Bull. Soc. Et. des
Hauts-Alpes

Et. JEAN ; Gap ; 1926 ; 534 p.

169. MARTIN - CHARPENEL (Docteur Georges)

- Description générale de la Vallée de Barcelonnette en 1727 par le
Chevalier de Roquepique

Bull. Soc. Sc. et Litt. des Alpes de Haute-Provence ; T. XXV ; p.30

- Notices historiques. Miettes d'histoire anecdotique.

Bull. Soc. Sc. et Litt. ; T. XXVII ; p.14

170. MARTONNE (Emm. De)

- L'érosion glaciaire et la formation des Vallées Alpines

Ann. Géo. ; 1910 ; p. 289 - 317

Et 1911 p. 1-29

- Principes de l'analyse morphologique des niveaux d'érosion appliquée
aux vallées alpines.

Séances Académie des Sciences ; 24 Juillet 1911 ; p. 309

- L'évolution des vallées glaciaires alpines, en particulier dans les
Alpes du Dauphiné.

Bull. Soc. Géo. de France ; 1912 ; p. 516 - 549 ;

- Les Alpes.

Collec. Colin " N° 76 "

Paris ; 1932 ; 218 p. , 24 cartes ou figures.

- Tectonique et évolution des Vallées Alpines.

Ann. Géographie ; 1936 ; p. 337 - 348.

171. MASCLEF Amédée (Abbé)

Atlas des Plantes de France utiles, nuisibles et Ornementales

3 Volumes Paris ; 1881 ;

172. MASSEFORT J.

- Comptes rendus critiques sur le Flysch de l'Embrunais - Ubaye

Revue de géographie alpine ; 1972 ; T. IX ; p. 387.

173. **MATTIOLI** Pietro Andréa

Les commentaires de Monsieur Pierre André MATTHIOLI, ... sur les six livres des simples de Pedacius Dioscoride, ... traduit du latin en français avec une table médicinale extraite d'iceux des remèdes de toutes les maladies qui peuvent advenir au corps humain

Seconde impression revenue et augmentée de nouveau. Esquelz avons adjousté deux copieuses tables de tous les simples et autres choses principales, l'une en Grec, Arabe et Latin et l'autre en François....

A Lyon, par la vefve de Gabriel COTIER ; 1956 ;

In. J1. ; 31 ff. n. Ch., 538 pp, 11 f.f. n. ch., illustr.

(Bibliothèque Municipale de Barcelonnette).

174. **MAUREL** (Abbé M.J.)

Histoire religieuse du Département des Basses-Alpes pendant la Révolution.

Marseille (P. Ruat).

Digne (Chaspoul) ; 1902 ;

175. **MAURY** Léon

- Les noms de lieux des montagnes françaises.

Paris ; 1929 ;

176. **MEJEAN** Paul

- Petite géographie du Département des Basses-Alpes. (pas de date)

Référence Bibliothèque Municipale n° P. 1119.

177. **MEYRAN** Jean

Regards sur l'histoire de la Vallée.

ANNALES de HAUTE-PROVENCE

Bull. n° 289 - 290 ; T. XLIX ; 1980 ;

178. **MEYRAN** Octave

- Excursion botanique dans le Briançonnais et la partie supérieure de la Vallée de l'Ubaye.

Ann. Soc. Bot. Lyon ; 1880 - 81 ; 9ème Année ; notes et mémoires p. 57 paru en 1889 ;

179. **MICHARD André**
Etudes géologiques dans les zones internes des Alpes cottiennes
Paris ; 1967 ;
180. **MOQUIN TANDON A.**
- Eléments de Botanique médicale contenant la description des végétaux utiles
à la médecine et des espèces nuisibles à l'homme- ; 1861 ;
181. **MOUGIN P.**
- Chutes de neige de 1920 à 1930
Ministère de l'Agriculture
Direction Générale des Eaux et Forêts
Etudes Glaciologiques ; T. VII ; 1934 ;
- Nomenclature des glaciers du Dauphiné et de la Provence
Etudes glaciologiques.
- Variations des glaciers des Alpes depuis le début des observations.
Etudes glaciologiques ; T. VII ; 1934 ;
- Le déboisement des Alpes du Sud
Ann. Géog. ; 1934 ; p. 194 - 198.
182. **MOULIN Raymond**
- Le climat des Alpes de Haute-Provence en 1977,
Annales de Haute-Provence T. 48 , n° 285, 3eme p. 154 - 158 ; 1979 ;
183. **NOOL**
- La Vallée de l'Ubaye 1er Décembre 1897
Revue Alpine n°12 ; Déc. 1897 ; p. 357 - 371
- Les Séolanes, suivi du Col du Sautron et les émigrants piémontais
Revue Alpine n° 6 ; Juin 1902 ; p. 197 - 206
184. **OFFNER Jules (Docteur) et PONS Joseph**
Les plantes médicinales et aromatiques des Alpes Françaises.
GAP ; Louis JEAN (Imprimeur-éditeur) ; 1931 ;

185. OLIVE H.

- Excursions d'un journaliste dans les Hautes et Basses Alpes
Marseille, Lebon, 1876 in 12.

186. OLLIVIER A. (Docteur)

- La Vallée de Barcelonnette, simple relation sur quelques monuments celtiques
Digne, Barbaroux ; 1883 ;

- Monuments celtiques de la Vallée de Barcelonnette
Digne (Chaspoul) ; 1883 ; 20 p.

- Deux monuments anciens de la Vallée de Barcelonnette
Bull. Soc. Sci. et Litt. des Alpes de Haute Provence ; T. III ; p. 503

- Une voie gallo-romaine dans la Vallée de l'Ubaye et le passage d'Annibal
dans les Alpes.
Digne, Giraud ; 1889 ; 94 p.

187. ONDE H.

L'aération des massifs montagneux et son évaluation
Revue géographie alpine ; 1939 ; p. 447 - 453

188. PACCALET Yves

- L'herbier de la Provence
Paris : Tchou, Laffont ; 1974 ;

189. PARIS R.R. et MOYSE H.

Précis de Matière Médicale
Edit. Masson et Cie T. I ; 1976 - T.II ; 1981 ; - T. III ; 1971 ;

190. PEGUY Ch. P.

- Haute Durance et Ubaye
Climat, végétation, eaux, glaciers.
Revue Géographie Alpine ; n°35 ; 1947 ; p. 585
Thèse lettres Arthaud ; 1947 ;

- Carte climatique détaillée de la France.
Feuille de Gap C.N.R.S. (ER n°30)
Éditions OPHRYS ; Gap ; 1970 ;

191. PELLISSIER J.E. (Abbé)
Histoire d'Allos, depuis les temps les plus reculés jusqu'à nos jours
2 Vol. ; Digne ; 1901 ;
192. PERRET R.
A propos d'érosion glaciaire.
Discussion de quelques idées nouvelles.
Ann. Géog. ; 1930 ; p. 178 - 181
193. PERROT Emile PARIS René
- Les plantes médicinales,
Presses Universitaires de France, 4ème Trimestre 1974
194. PHARMACOPEE FRANCAISE
7ème Edition (1949)
8ème Edition (1965)
9ème Edition (1972)
Supplément 1974 - 1976 - 1978 - 1979 - 1980.
195. PIERY
- Le climat des Alpes Françaises
Journal de Médecine de Lyon ; 5 décembre 1929 ;
- Climats et stations climatiques des Alpes Françaises
Gazette Médicale de France ; 1er septembre 1931 ;
196. PINONCELY (E) et MIR
- Résumé des observations météorologiques faites à l'école normale de
Barcelonnette en 1886, 1887 et 1888
Bull. Soc. Sci. et Litt. des Alpes de Haute Provence ; T. III ;
197. PINONCELY de LARCHE
Poésie sur la Vallée de Barcelonnette
AIX ; 1869 ;

198. PLAN J.

La Fenêtre de Barcelonnette

Travaux du laboratoire de géologie de Grenoble ; 1964 ;
ou Bull. du service de la carte géologique de la France
Paris ; 1968 ; T. LXV ; n° 280

199. PONS J.

- Les plantes médicinales des Hautes-Alpes

Imp. Louis JEAN et FEYROT

GAP ; 1922 ;

200. PONTIS (Louis de)

Mémoires de Sieur Louis de PONTIS. 2 Vol.

Paris, chez Guillaume Desprez ; 1715 ;

201. PROVENCE Marcel

- La situation sanitaire du Canton de St-Paul en 1898

Bull. Soc. Sci. et Litt. T. XXXVII n° 229

- La Pastorale de Fcurs

Aix ; 1931 ; 39 p.

- Mission dans le haut pays

Gap , 1932 ; 61 p.

- Essai sur le folklore de l'Ubaye

Marseille, 1934 , 24 p.

- Le retour de Barcelonnette à la France en 1713

Digne ; 1936 ; 114 p.

- Enquête sur la vie de l'homme en Haute-Provence

Bull. Soc. Sci. et Litt. des Alpes de Haute-Provence T. XXV et XXVI

- Erquête sur la vie de l'homme en Haute-Provence

Bull. Soc. Sci. et Litt. T. XXIX ; T. XXX et T. XXXI

202. REVUE DE GEOGRAPHIE ALPINE

Lombardes et avalanches ; 1972 ; n°4 ; p. 643 - 646

203. REVUE du TARN
Quelques mots sur les vieilles superstitions de nos campagnes
in revue du Tarn ; 1901 ;
204. REYNAUD Paul
Mémoires , Venu de sa Montagne ; 1960 ;
205. REYNAUD (Abbé A.J.)
- Moeurs et coutumes de Fours
Bull. Soc. Sci. et Litt. des Alpes de Haute-Provence ; T. XXXI ; n°185 ;
206. REYNAUD (Chanoine)
- Monographie du Couvent des Trinitaires de FAUCON de BARCELONNETTE
Digne ; 1913 ; 108 p.
207. REYNIER (E)
- Un canton qui décline : le Lauzet (Basses-Alpes)
Revue de Géographie Alpine ; 1937 ; p. 225 - 233
208. ROUILLON G.
- Un aspect en faveur de l'Ubaye, visitons l'Ubaye
Club Alpin Français
Bull. de la Section de Barcelonnette ; 31 Déc. 1925 ;
209. RHAM (R. de)
- Le climat des Alpes méridionales
La météorologie n° 43 p. 453 - 508
Paris ; 1929 ; n° 44 p. 509 - 625
- Les années humides 1935 et 1936 dans les Alpes méridionales
La météorologie ; 1938 ; p. 314 - 319
210. ROLET Antonin avec BOURET Désiré
Plantes médicinales, culture et cueillette des plantes sauvages ; 1928 ;

211. ROLLAND E.

- Flore populaire ou Histoire Naturelle des plantes dans leurs rapports avec la linguistique et le Folklore ; 1896 - 1914 ; 6 volumes ; réimpression en 1968 ; Maisonneuve - Larose.

212. ROLLAND M.

Dictionnaire des expressions vicieuses et fautes de prononciation les plus communes dans les Hautes et les Basses Alpes.

GAP (Allier) ; 1810 ;

213. ROQUES Jh.

- Nouveau traité des plantes usuelles spécialement appliqué à la Médecine domestique et au régime alimentaire. ; 1837 - 1838 ;

214. ROUX Nisius

- Herborisation de Château Queyras à Saint-Paul sur Ubaye par les Vallées de Saint-Véran et de Maurin.

Lyon, Ass. Typ. de la Barre ; 1899 ;

Ext. des Annales de la Société Botanique de Lyon, T. XXIV ; 1899 ;

215. ROYER (F. de) et LECOANET (A)

Revel et Méolans, deux communes de l'Ubaye

Grenoble I.E.P. Mémoire de 2ème Cycle ; 1968 ;

216. SABOUREUX de la BONNETRIE

Traduction d'anciens ouvrages latins relatifs à l'agriculture et à la Médecine vétérinaire ; 1772 - 1773 ;

217. SAUVAGEON G. et BAUDERON Brice

La Pharmacopée

Revue et corrigée et augmentée ; 1663 - 1665 ;

218. SCHAEER J.P., VEYRET P., FAVARGER Cl., ROUGEOT P.C., HAINARD R., PACCAUD O.

Guide du naturaliste dans les Alpes.

Delachaux et Niestlé ; 1972 ;

219. SCHNEEGANS Daniel

- Les subdivisions de la nappe de l'Ubaye dans le Massif du Morgon
Compte-rendu de l'Académie des Sciences ; 27 Décembre 1932 ;
- Les relations entre la zone du Flysch dans l'Embrunais et la nappe du Briançonnais.
Compte-rendu de l'Académie des Sciences ; 17 Juillet 1933 ; T. 187 p. 262.
- Observations sur les racines de la nappe de l'Ubaye dans la vallée de la Stura (Alpes Italiennes).
Compte-rendu de la Société Géologique de France ; 18 Décembre 1933 ; p.253-255
- Présence du Jurassique Moyen (dogger) dans la nappe de l'Ubaye au nord de la vallée de Barcelonnette.
Compte-rendu de l'Académie des Sciences, T. 196 ; 16 Janvier 1933 ; p.201-203
- La stratigraphie du lias de la nappe de l'Ubaye - Embrunais dans le Massif du Morgon.
Compte-rendu de l'Académie des Sciences, T. 202, 20 Avril 1936 ; p.1378-1380
- La sédimentation du Flysch des nappes de l'Ubaye - Embrunais.
Compte-rendu de la Société Géologique ; 12 Avril 1937 ; p. 83-84.
- La géologie des nappes de l'Ubaye
- Embrunais entre Durance et Ubaye
Paris, 1938, Thèse Sciences Grenoble, 339 p, 46 figures, 12 plans, 1 carte

220. SCLAFERT Th.

- A propos du déboisement dans les Alpes du Sud, le rôle des troupeaux
Ann. Géog. ; 1934 ; p. 126 - 145
- Un aspect de la vie économique dans les hautes Vallées des Alpes du Sud : la surcharge pastorale.
Bull. Ass. des Géographes Français n° 120 ; mars 1939 ;

221. SEBILLOT Paul

Le folklore de France Volume 3
La Faune et la Flore Paris ; 1906 ;

222. SEIGNOLE C.

Le folklore de la Provence
Paris ; Maisonneuve ; 1967 ;

223. SOCIETE GEOLOGIQUE DE FRANCE

- Réunion extraordinaire dans les Alpes Méridionales du 10 au 17-9-1938
Compte-rendu fasc. 14 des séances de la Société Géologique de France,
1938, p. 247 - 283.

224. TARDIEU Gustave

- Les Alpes de Provence, guide du touriste, du naturaliste, de l'archéologue.
Paris ; 1912 ; à travers les Alpes, de Digne au Grand Ruben
Digne ; 1894 ; 30 p.

225. TERMIER Pierre

- Le bord occidental de la zone des Schistes lustrés dans la Haute-Ubaye.
Bulletin Société Géologique 4ème Série, T. 21, 1921 - 1922, p. 286 - 296.

226. TINCHANT Fernand

- Un siècle de protection de la nature en Ubaye.
Bull. Annales de Haute-Provence n° 289 - 290 ; T. XLIX ; 1980 ;

227. THISELTON - DYER T.F.

- The folklore of plants
London ; 1889 ;

228. TRUCHOT Hélène

- Les troupeaux transhumants du Sud-Est de la France, leur vie, leur
histoire.
Bull. Soc. Sc. de Litt. des Alpes de Haute-Provence. T. XXVI, 1937, n°173.

229. VALLEE de BARCELONNETTE

- Déclaration du Roy
Paris, Saugrain , 1715.
- C'est le Narré de ce qui s'est passé dans la Vallée de Barcelonnette pendant
la deuxième guerre entre le Roi de France et le Duc de Savoie : 3 Juin 1690 -
6 Novembre 1696.
Digne, Repros, 1839 ;
- Aménagement, le P.O.S. de St-Paul/s/Ubaye. Un exemple à ne pas suivre
n° 1386 ; 1976 ;

230. VALMONT de ROMARE Jean- Christophe
- Dictionnaire raisonné Universel d'Histoire Naturelle 3ème Edition, 1776,
9 Vol. et 4ème Edition ; 1792 ; 15 Vol.
231. VALNET Jean (Docteur)
Traitement des maladies par les essences des plantes.
Paris, Mabine ; 1964 ;
232. VAN - GENNEP A.
- Le Folklore du Dauphiné
Maisonneuve ; 1932 - 1933 ;
- Le Folklore des Hautes-Alpes
Maisonneuve ; 1946 ;
233. VEYRET P. et G.
- Les pays de la moyenne Durance Alpestre (Bas-Embrunais, Pays de Seyne,
Gapençais, Bas-Bochaine) Etude Géographique
Thèse Lettres ; Grenoble (Arthaud) ; 1945 ; 596 p., 64 Fig., 16 photos.
- Les grandes Alpes ensoleillées : Gapençais, Ubaye, Queyras, Briançonnais.
In revue de géographie alpine ; T. LIX ; n°3 , p.384 - 385, Arthaud ; 1970 ;
234. VEYRET - VERNET G.
- Un grand barrage en terre : Serre-Ponçon et l'aménagement du Bassin de
la Durance dans les Hautes-Alpes.
Revue Géographie Alpine ; 1953 ; p. 355 - 359.
235. VILLENEUVE - BARGEMONT (Comte de)
- Voyage dans la Vallée de Barcelonnette
Département des Basses-Alpes ; 1815 ;
236. VIRE Marie-Madeleine
- Inventaire des incunables et des imprimés du XVIème Siècle conservés dans
le Département des Alpes de Haute-Provence.
Association des Amis de la Bibliothèque Centrale de Prêt des Alpes de
Haute-Provence ; Digne ; 1981 ;

237. WAHL., GUBLER J., SCHOELLER H.

- Note préliminaire sur la structure du Lan ou Chapeau de Gendarme, au Sud de Barcelonnette (Basses-Alpes).

Bulletin Société Géologique 4ème Série, T. 26, 1926 ; p. 609 - 618.

238. WAHL Y., et SCHOELLER H.

Géologie du Vallon de Clapouse au Sud de Jausiers

Bull. Soc. Géol. France (4), T. XXVII ; 1927 ; p. 97 - 100

239. WAKSMAN Pierre

- Les Français et Barcelonnette de 1690 à 1693

Actes du 90ème Congrès National des Sociétés Savantes

Nice ; 1965 ;

240. WATON de FERRY Germaine

- Chants de la Valéia ; 1941 ; 62 p.

- Pastourala de la Valéia ; 1948 ; 84 p.

- Benoita, Poème gavot en dialecte provençal de la Vallée de l'Ubaye Aubanel. AVIGNON ; 1954 ;

241. WIDMANN M.

- Le Génévrier thurifère dans les Hautes-Alpes

Revue Géographie Alpine ; 1950 ;

242. WILLIAMS John G., WILLIAMS Andrew E., et ARLOTT Norman

- Guide des Orchidées sauvages d'Europe et du Bassin Méditerranéen.

243. WISTEDT Rolf

- Médecine vétérinaire. Recettes du XIVème Siècle ; 1972 ;

244. YACONO Danielle

- Les Mexicains à Barcelonnette.

Bulletin la Section de Géographie du Ministère de l'Education Nationale ;
Paris ; 1966 ; p. 71 - 161.

Tirage effectué par le Service de Reprographie

de la

**FACULTE de PHARMACIE
de Marseille**