

# LO CAMIN VIELH

*LOU CAMI BIELH*

Promenade  
botanique  
de Béost  
à Bagès

Association Pierrine Gaston-Sacaze

# SUR LE CHEMIN DE PIERRINE

## " LOU CAMI BIELH DE BAGÈS "

La route actuelle reliant le village de Béost au hameau de Bagès date du début du vingtième siècle. Des siècles durant, la seule voie du village au hameau fut « lou cami bielh de Bagès », le *vieux chemin*...

Par endroits, son sol pavé de galets dénote un secteur jadis bien entretenu par les habitants, au titre des « prestations journalières », impôts locaux payés en nature. Quand le pavage reste bien visible, c'est que certains habitants étaient, plus que d'autres, adroits à la tâche. Remarquez, là où elle affleure, l'empreinte laissée par les patins des traîneaux sur la roche, lorsqu'on descendait vers la vallée le foin, la fougère ou le bois.

Quel ancien de Bagès ne se souvient de ce chemin parcouru, quel que soit le temps, comme Pierrine enfant, pour se rendre à l'école, au catéchisme, à la messe dominicale... Les évêques d'Oloron l'empruntaient aussi, tel Monseigneur de Cassion en 1649, lors de visites pastorales et pour vérifier l'état de la chapelle Sainte-Catherine.

Et que dire des nombreux visiteurs illustres qui l'ont parcouru pour rencontrer à Bagès le plus célèbre des habitants du hameau, le berger *Pierrine Gaston-Sacaze* (1797-1893) ! C'était au temps de l'engouement pour les eaux thermales des Eaux-Bonnes et des Eaux-Chaudes : on en profitait pour consulter notre berger dont la connaissance de la flore pyrénéenne, celle de la vallée d'Ossau en particulier, stupéfiait amateurs curieux et fortunés ou botanistes de renom international, tels l'Anglais *Bentham*, le Suisse *de Candolle*, le Français *de Jussieu*, ou encore Grenier, Houbigant, Léon Dufour, Bubani... Pierrine louait leur courage d'arriver jusqu'à Bagès, car « les chemins qui y conduisent sont horribles ». Mais l'empreinte que les pieds de nos pères y ont tracée y paraît partout à découvert, et nous sommes trop respectueux pour la faire disparaître. »

Aujourd'hui, « lou cami bielh de Bagès » dessert encore quelques prés, et c'est aussi une promenade de 1200 m où l'environnement immédiat est mis en valeur. Grâce à ce Livret et aux futurs panneaux informatifs jalonnant le parcours, vous découvrirez les espèces végétales représentatives, en particulier celles qui sont ou furent utilisées quotidiennement par les habitants, plantes médicinales ou essences de bois utilisées dans la fabrication d'objets traditionnels.

# SUU CAMIN DE PIERRINE

## " LO CAMIN VIELH DE BAGÈS "

La rota actuaui qui religa le vilatge de Biost au bordalat de Bagès que data de las prumerias deu sègle vintau. Pendant sègles, la sola via deu vilatge dinc au bordalat qu'estó « lo camin vielh de Bagès », lo vielh camin...

Per endrets, lo sòu pasimentat d'arrebòts que hè pensar a un parçan autes còps plan entertienut peus poblants, au títol de las « prestacions diàris », impòsts locaux pagats en natura. Quan lo pasiment e demora plan vededer, qu'ei per'mor deus poblants qui èran, mei que d'autes, adrets a la tasca. Ueratz, on aflora, los traç deishats peus patins de las traginas sus l'arròca, quan devaravan tà la vath lo hen, la heuç o la lenha.

Quau vielh de Bagès ne's sovien pas d'aqueth camin hèit, quin que sia lo temps, com Pierrine mainatge, entà anar tà l'escòla, au catequisme, a missa... Los avesques d'Auloron que'u gahavan tanben, tau Monsénher de Cassion en 1649, au parat de vesitas pastoraus e entà verificar l'estat de la capèra Senta Catarina.

E qué díser deus nombrós vesitaires famós qui l'an percorrut entà encontrar a Bagès au mei conegut deus poblants de l'ahitau, l'aulhèr Pierrine Gaston-Sacaze (1797-1893) ! Qu'èra au temps de l'ahuegament entà las aigas termaus d'Aigas Bonas e d'Aigas Caudas : que'n profitavan entà consultar lo noste aulhèr de qui la coneishença de la flòra pirenenca, la de la vath d'Aussau mei que mei, estabosiva amators curios e adinerats o botanistas de renom internacionau, com l'Anglés Bentham, lo Soïsse de Candolle, lo Francés de Jussieu, o enquèra Grenier, Houbigant, Léon Dufour, Bubany... Pierrine que laudava lo lor coratge d'arribar dinc a Bagès, per'mor « los camins qui i mian que son òrres. Mes las piadas que los nostes pairs e i deishèn qu'i pareish tot a descobèrt, e b'èm tròp respectuos entà har-la desaparéisher ! »

Uei, « lo camin vielh de Bagès » qu'amia enquèra a quauques prats, e qu'ei ua passejada de 1200m on l'entornament ei metut en valor. – Mercés ad aqueste Liberet e auç panèus informatius a vièner qui piquetaràn lo percors, que descobriratz las espécias vegetaus arrepresentativas, mei que mei las qui son o qui estón emplegadas tot dia peus poblants, plantas medicinaus o esséncias de husta emplegadas tà har objèctes tradicionaus.

## MAIS QUI DONC ÉTAIT PIERRINE GASTON-SACAZE ?

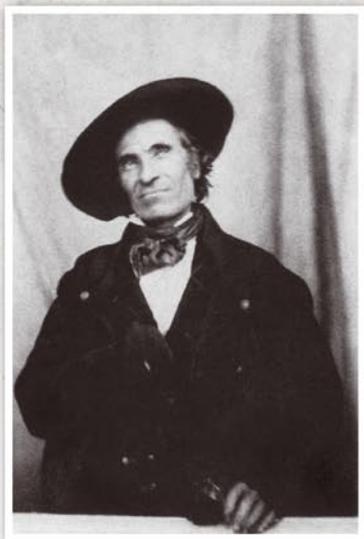


Photo Collection particulière

Le **20 mai 1797**, jour de sa naissance à **Bagès**, c'était la belle saison, celle des fleurs dont l'une, découverte par lui, porte son nom : le **grémil de Gaston**, *Lithospermum gastonii* pour les botanistes...

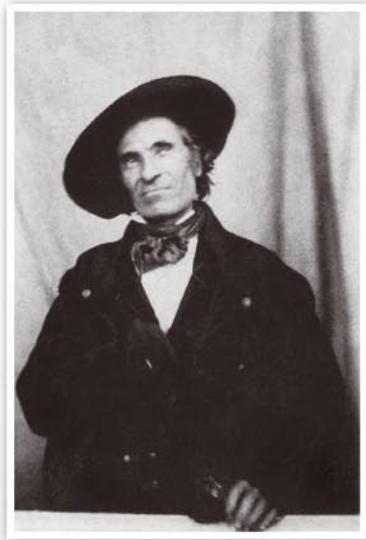
Car ce berger ossalois, véritable autodidacte, s'est forgé **une réputation européenne** dans les milieux scientifiques naturalistes. Presque seul, il apprend à maîtriser les termes latins indispensables en botanique. La garde de ses troupeaux n'entrave pas sa curiosité pour les sciences et arts les plus divers, botanique avant tout, mais aussi géologie, météorologie, sans oublier musique et chansons. Il transforme ses observations en savoir méthodique, et excelle auprès d'une clientèle de gens de science, de

personnalités, d'amateurs fortunés, venus de partout le consulter. Invitations et correspondances accroissent la renommée de celui qu'on nomme alors « **le pasteur-botaniste** ». A son apogée, il crée un vaste herbier, contenant toutes les espèces de ce secteur de la chaîne pyrénéenne, herbier confié depuis peu au Conservatoire Botanique de Bagnères-de-Bigorre.

Et c'est dans sa maison de Bagès que, vieillissant et déjà oublié dans les dernières années de sa vie, Pierrine ferma les yeux le **18 février 1893**. Les Ossalois perdaient alors, sans le savoir, **l'homme sans doute le plus remarquable** de leur pays et de leur histoire.

Il faudra un siècle, le centenaire de sa mort, pour que son souvenir soit ravivé ici, en Ossau, par l'Asso-ciation qui porte son nom.

## MES QUI ÈRA PIERRINA DE SACASA-GASTON ?



*Photo Collection particulière*

Lo **20 de mai 1797**, dia de la soa vaduda a **Bagès**, qu'èra la bèra sason, la de las flors dont l'ua, per eth descobèrta, que'n pòrta lo nom : **l'èrba de catla de Gaston**, *Lithospermum gastonii* entaus botanistas...

Per'mor aqueth aulhèr aussalés, vertadèr autodidacte, que s'avè hargat **un renom europèu** dens los demieis scientifics naturalistas. Batlèu sol, qu'apren a mestrear los tèrmis latins de qui cau en botanica. La guarda deus sons tropèths ne hè pas empach au son curiosèr entà las sciéncias e las arts mei diversas, - botanica permèr, mes tanben geologia, meteorologia, shens desbrembar musica e cantas. Que transformà las observacions en saber metodic, e que s'i hè de com cau au près

d'ua practica de monde de sciéncia, de personalitats, d'amators adinerats, vienguts de pertot consultà'u. Invits e correspondéncias que hèn créisher lo renom deu qui apèran « **lo pastor-botanista** ». Au son apogèu, que crea un gran erbari, qui tien totas las espécias d'aqueth parçan de la cordilhèra pirenenca, - erbari hidat dempuish au Conservatòri Botanic de Banhèras de Bigòrra.

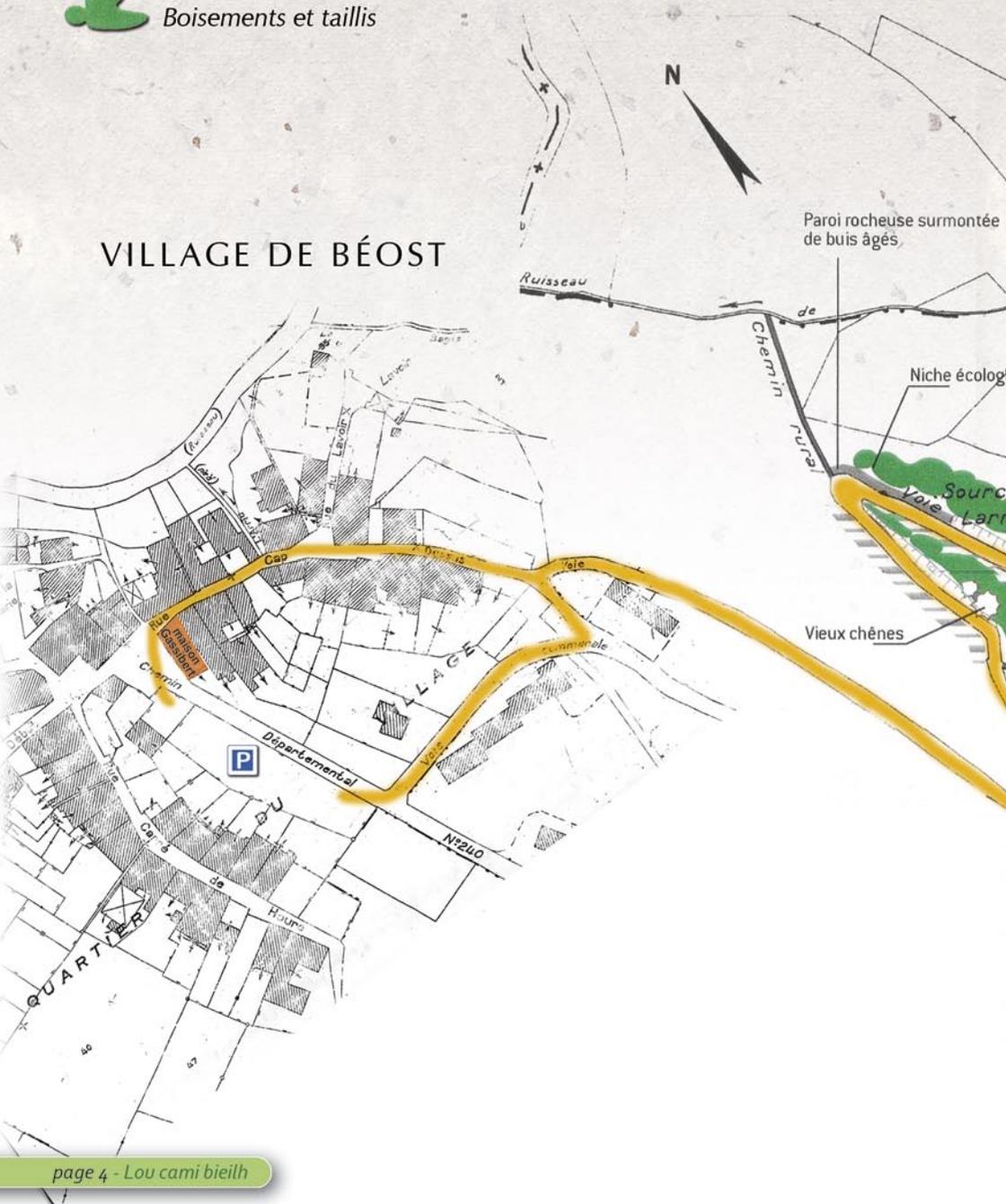
E qu'ei dens la soa maison de Bagès que, vadut vielh e dejà desbrenbat per las darrèras annadas de la soa vita, Pierrine que clumè los uelhs lo **18 de heurèr 1893**. Los Aussalés que perdèn alavetz, shens ac saber, **l'òmi shens nat dobte mei remirable** deu lor país e de la lor istòria. Que calerà un sègle, lo centenari de la soa mort, entà que lo son sovier e sia arrevitat ací, en Aussau, per l'Associacion qui'n pòrte lo nom.

 Affleurements rocheux visibles

 Boissements et taillis

HAME

# VILLAGE DE BÉOST



# EAU DE BAGÈS.



## ENTRETIEN DU CHEMIN

Vous pensez ici découvrir la nature sauvage, ce qui est seulement vrai dans le sens où les plantes sont sauvages. Et si vous pouvez parcourir le chemin et découvrir sa biodiversité, c'est grâce à l'implication de différents partenaires.

Comme beaucoup de chemins ruraux, le «camin vielh» pose, pour la commune de Béost, le problème de l'entretien.

Autrefois, il était suffisamment brouté par les bêtes qui le fréquentaient régulièrement, ce n'est plus le cas aujourd'hui. Le cheptel du village, de plusieurs dizaines de troupeaux il y a quelques années, est réduit à quelques dizaines de têtes de bétail. Les 2 seuls mouvements importants de troupeaux se réduisent aux jours de transhumance vers les estives en juin et vers la plaine en automne.

### Un entretien raisonné

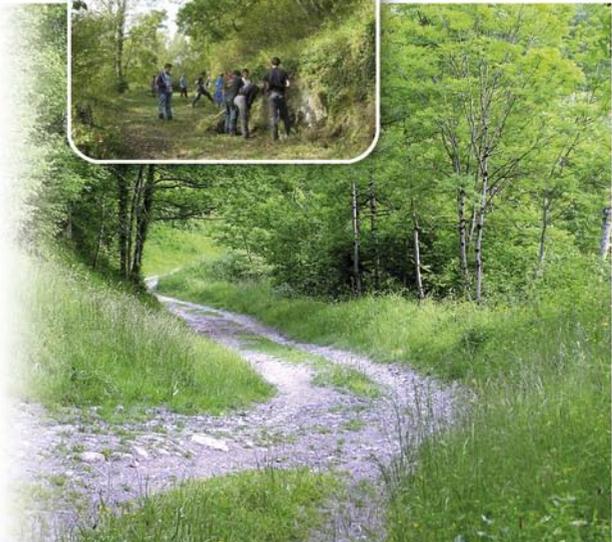
Comme toutes les municipalités de la vallée, Béost a d'abord fait le choix de l'épaveuse qui passait tous les étés. C'est un engin qui ne travaille pas dans le détail et qui, à la longue, endommageait les abords du chemin, allant même jusqu'à enlever des mottes de terre ou de roche en emportant les plantes qui s'y étaient accrochées.

La conséquence était bien évidemment la diminution de la flore, donc la perte de la diversité.

Depuis 2011, l'association Pierrine Gaston-Sacaze a signé une convention avec la mairie de Béost et le Lycée Professionnel Agricole-Lycée des Métiers de la Montagne d'Oloron-Sainte-Marie afin d'effectuer un entretien qui favorise l'expression de la nature.

La municipalité et la Communauté de Communes assurent l'entretien mécanique du chemin.

Deux périodes de chantier école, au printemps et en début d'automne, permettent aux jeunes encadrés par leurs enseignants et les bénévoles de l'association, une intervention plus conséquente et « sélective » des bordures. Ce nettoyage, en majorité manuel, permet ainsi aux plantes de réaliser leur cycle de reproduction et commence à porter ses fruits : la quantité et la qualité de la flore s'améliorent d'année en année.



# ENTERTIEN DEU CAMIN

Que pensatz descobrir la natura sauvatja, çò qui ei solament vertadèr quan pertòca las plantas sauvatjas. E si podetz córrer lo camin e descobrir la soa biodiversitat, qu'ei gràcias a l'implicacion de partenaris desparièrs.

Com hèra de camins de campanha, lo « camin vielh » que pausa, entà la comuna de Biòst, lo problèma de l'entertien. D'autes còps, qu'èra pro peishut per las bèstias, tot dia que'u se frequentejavan, adara n'ei pas briga parièr. Lo cabau deu vilatge, de mantuns detzenats de tropèths quauques annadas a, qu'ei uei redusit a quauques detzenas de bèstias. Los dus sols movements importants de tropèths que's debanan adara los dias de sòuda de cap tà las estivas en junh e de cap a la plana a l'abòr.



## Un entertien raisonat

Com todas las municipalitats de la vath, Biòst qu'a permèr hèit la causida de la tonedera qui passava cada estiu. Qu'ei ua un engibana qui non tribalha pas au miei deu bestiar e qui, a la fin finala, guastava los entorns deu camin, anant dinc a tirar tarròcs de tèrra o d'arròcas en tot s'emportar las plantas qui que s'i trobavan. La consequéncia qu'èra de segur la diminucion de la flòra, dongas la pèrda de la diversitat.

Despuish 2011, l'associacion Pierrine Gaston-Sacaze qu'a signat ua convencion dab la comuna de Biòst e lo Licèu Professionau Agricòla-Licèu deus Mestièrs de la Montanha d'Auloron-Senta Maria entà har un entertien qui favoriza l'expression de la natura.

La municipalitat e la Comunautat de las Comunas qu'assegaran l'entertien mecanic deu camin.

Duas tempsadas de chantièr escòla, a la prima e a las prumerias de l'abòr, que permeten aus joens encadrats peus lors ensenhaires e los benevòlas de l'associacion, ua intervencion mei grana e « selectiva » de las cantèras. Aqueth estruç, per la màger part manauau, que permet atau a las plantas de realizar lo lor cycle de reproduccion e que començà a portar frutas, la quantitat e la qualitat de la flòra que's melhoran d'annada en annada.

## DÉCOUVERTE DU CHEMIN

Le long du sentier, vous rencontrerez des plantes qui attireront votre regard et d'autres beaucoup plus discrètes qui demandent qu'on leur prête attention. Toutes cependant méritent notre intérêt. Beaucoup étaient utilisées depuis des temps immémoriaux. Ce n'est que récemment dans l'histoire de l'homme, depuis que nous avons perdu contact avec la nature, que nous avons oublié tout cela. Le but de ce livret est donc de nous rappeler que nous faisons partie de cet ensemble dont la beauté n'a pas encore été égalée aujourd'hui : la nature.

Vous allez traverser des milieux différents par leur sol, leur éclairage ou leur humidité. Certaines plantes se plaisent partout mais d'autres sont propres à un milieu particulier.

Ici, nous avons souhaité laisser sa liberté à la nature. Ainsi chaque plante trouve elle-même sa place au fil des ans, au fil des saisons et au fil du chemin.

### Les milieux naturels

Afin de vous aider à les repérer, certains végétaux portent un numéro correspondant à leurs milieux.

Voici la description simplifiée des milieux les plus caractéristiques :

- 1 vieux murs
- 2 prairie de fauche
- 3 paroi rocheuse chaude
- 4 bord de chemin
- 5 sous-bois
- 6 zone humide
- 7 pente herbeuse ensoleillée
- X Hors sentier

*Nous n'avons pas pu résister au plaisir de vous présenter trois plantes d'altitude emblématiques de notre vallée.*

### Les plantes que vous rencontrerez en chemin

Pour les plus passionnés, voici la liste, non exhaustive, des plantes ayant un jour élu domicile sur ce chemin. Celles qui sont traitées individuellement dans le livret sont signalées par un astérisque. Dans les pages suivantes, nous avons mis quelques portraits des « belles à admirer » afin de vous permettre de leur donner un nom.

Au long deu sendèr, qu'encontratz plantas qui v'aperaràn e d'autas hèra mei retrèitas qui demandan que las vejan de com cau. Totas que s'ameritan totun la nosta atencion. Hèras que son utilizadas depuïsh bèth temps a. N'ei pas que recentament dens l'istòria de l'òmi, despuïsh que n'avem pas mei guaire de relacions dab la natura, qu'avem beròi desbrolhat tot aquerò. La tòca d'aqueste liberet qu'ei dongas de'ns breubar qu'èm d'aqueth ensemble dont la beror n'a pas trobat uei enqüèra lo son equivalent : la natura.

Que traucaratz ambients desparièrs peu lor sòu, lo lor esclaiatge o la lor modèr. Quauques plantas que's plasen pertot mes d'autas que son endemicas a un ambient particular.

Ací, qu'avem deïshat la libertat a la natura. Atau cada planta que tròba era medisha la soa plaça au briu deus ans e de las sasons, e au long deu camin.

### Los ambients naturaus

Entà v'ajudar a notà'us, quauques vegetaus que pòrtan un numèro correspondent au lor ambient de predileccion e qui poderatz arretrobar sus la mapa.

Atau la descripcion simplificada deus ambients mei caracteristics :

- 1 Vielhas murrallas
- 2 Padra d'arredalhada
- 3 Paret rocalhosa cauta
- 4 Cantèr de camin rocalhós
- 5 Embòsc
- 6 Zòna umida ompriva
- 7 Ger ensorelhat

**Las plantas qu'encontratz sus aqueth camin**, on son un dia vadudas, que'n vederatz ací la lista non exhaustiva, seguida deus pertrèits de las « beroginas a admirar » sus las quaus e poderatz d'ara enlà pausar un nom.

Las dont ensenham las utilizacions que son signaladas par ua esteleta, dont trobaratz ua presentacion individ-uau

Enfin, hèra d'aqueste sendèr, puïsh-a que viven en lòcs mei hauts, que s'eflorejan tres plantas emblematicas de la nosta vath, e n'avem pas podut har rampèu au plaser de auherir-las au vòste espiar tà clavar aqueth liberet.



## LES BELLES À ADMIRER

## LAS BERÒJAS D'ADMIRAR



*Ancolie vulgaire*



*Angélique des bois*



*Bétoine*



*Brunelle commune*



*Bugle rampante*



*Bégone arrête bœuf*



*Calament des bois*



*Campanule à feuilles rondes*



*Campanule agglomérée*



*Campanule étalée*



*Campanule gantelée*



*Cardamine des près*



*Compagnon rouge*



*Epervière piloselle*



*Fraisier des bois*



*Julienne des dames*



*Géranium herbe à Robert*



*Géranium livide*



*Gesse des prés*



*Germandrée des Pyrénées*



*Gesse sylvestre*



*Hépatique*



*Hippocrepis*



*Géranium des Pyrénées*



*Lamier tacheté*



*Myosotis des champs*



*Marguerite vulgaire*



*Millepertuis nummulaire*



*Lotier corniculé*



*Œillet de Montpellier*



*Œillet superbe*



*Orchis mascula*



*Polygale vulgaire*



*Pervenche*



*Salsifis des prés*



*Silène enflé*



*Véronique petit chêne*



*Renoncule âcre*



*Scrofulaire aquatique*



*Scabieuse colombarie*



*Scille printanière*



*Ronce*



*Trèfle des prés*



*Vesce cracca*



*Vesce des haies*



*Stellaire holostée*



*Violette des bois*

# L'Achillée millefeuille

*Achillea millefolium* L. ( *Composées* )

2  
Prairie de fauche

4  
Bord de chemin

7  
Pente herbeuse ensoleillée



**ON LA RECONNAÎT** à son feuillage très fin et découpé qui lui a valu son nom ( « mille feuilles » ) et à ses petites fleurs blanches regroupées en fausses ombelles. C'est une plante vivace, haute de 60 à 70 cm.

**ON LA TROUVE** de juin à octobre sur les bords des chemins, dans les prairies, les pâturages et les bois clairs jusqu'à 2500m d'altitude. On récolte la tige fleurie afin de la faire sécher.

**ON L'UTILISE** surtout pour son pouvoir cicatrisant. Son nom savant s'inspirerait d'une légende racontant qu'Achille s'en servait pour soigner ses guerriers blessés au siège de Troie. Lors de la première guerre mondiale, les infirmiers firent de même, et pansèrent les plaies vives avec ses feuilles pilées. Par ailleurs, la plante macérée dans l'huile servait à résorber les coups et les blessures, et on appliquait son suc frais sur les ulcères, les crevasses et les coupures, ou pour arrêter une hémorragie nasale. En usage interne, c'est une « plante des femmes », bénéfique dans les

cas de règles douloureuses, peu ou trop abondantes.

Dans les Pyrénées enfin, elle entrait dans la composition des bouquets de la Saint-Jean.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS :** herbe aux charpentiers, herbe de la Saint Jean , herbe aux coupures, herbe aux militaires



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Èrba a la hauç**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :

**Èrbe a la haus**



## L'èrba a la hauç

*Achillea millefolium* L. ( **Composacèas** )

2 4

Prairie de fauche  
Bord de chemin

**QUE LA CONEISHEN** dab lo son huelhumi hèra fin e plan variat qui'u balhè lo son nom (« mila huelhas ») e a las soas floretas blancas aplegadas en faussas ombèllas. Qu'ei ua planta viva, hauta de 60 a 70 cm.

**QUE LA TRÒBAN** de junh a octobre sus las cantèras deus camins, de las pradassas, deus peisheders e deus bòscs clars dinc a 2500m d'altitud. Que n'amassan la tira eslhorida entà secar-la.

**QUE L'EMPLEGAN** sustot tau son poder cicatrizant. Lo son nom sapient que s'inspiraré d'ua legenda contant qu'Aquiles e se'n serviva tà suenhar los nafrats au sièti de Tròia. Au temps de la prumèra guèrra mondiala, los infirmiers que hasòn parièr, e pansèn las plagas vivas dab las huelhas piladas. De mei, la planta macerada dens l'òli que serviva a har desaparéisher los macs e las blaçaduras, e qu'untavan lo son shuc fresc sus las ulcèras, los picons e las copaduras, o entà estancar ua sangnèra deu nas. En usatge intèrne, qu'ei ua « planta de las hemnas », benefica en los cas d'arrèglas dolorosas, chic o tròp abondosas.

Capvath los Pirenèus enfin, que hasèn part deus flòcs de Sent Jan.

7  
Pente herbeuse ensoleillée

# L'Aigremoine

*Agrimonia eupatoria* L. (Rosacées)

7

Pente herbeuse ensoleillée

**ON LA RECONNAÎT** à sa grande taille ( 60 à 120 cm), à sa tige rougeâtre et velue et à ses feuilles composées. Ses fleurs, petites et jaunes en épis lâches, donnent des fruits crochus qui s'accrochent aux vêtements, pour la grande joie des enfants.

**ON LA TROUVE** au bord des chemins, talus et pâturages maigres. En juin-juillet, on cueille les tiges fleuries que l'on fait sécher en bouquets.



## ON L'UTILISE

comme astringent, anti-inflammatoire de la bouche et de la gorge, et comme désinfectant. La phytothérapie moderne la préconise pour l'estomac.

**Dans les Pyrénées**, c'était un vermifuge pour les bêtes. On s'en servait aussi pour faire cicatriser les plaies et pour faire sortir les épines et échardes.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS** : Thé du Nord, Petite Bardane, Gratteron, Pigne de bergère



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Gahís**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :

**Gahís**



## L'Aigrimònia

*Agrimonia eupatoria L. (Rosacèas)*

**QUE LA CONEISHEN** a la soa talha màger (60 a 120 cm), a la soa tira rojosa e peluda e a las soas huelhas composadas. Las soas flors, petitas e jaunas en cabelhs floishs que dan frutas de las cròcas qui's gahan aus vestits, tau gran gai deus mainatges.

**QUE LA TRÒBAN** a la cantèra deus camins, barrats e peisheders magres. En junh- julhet, que s'amassan las tiras esfloridas que lo monde e secan en flòcs.

**QUE L'EMPLEGAN** com astringent, anti-inflamatòris de la boca e de la garganta, e tanben com desinfectant. La fitoterapia modèrna que preconiza entà l'estomac.

**Capvath los Pirenès**, qu'èra un caçavèrmis entà las bestias. Que se'n servivan entà har cicatizar las plagas e entà har sortir los bròcs e las esquilhas.

# Le Bouillon-blanc

*Verbascum thapsus* L.

*Verbascum lychnitis* ( *Scophulariacées* )

3 7

Paroi rocheuse chaude  
Pente herbeuse ensoleillée

**ON LE RECONNAÎT** à sa grande taille (jusqu'à 2 m), à ses feuilles blanchâtres et cotonneuses et à ses fleurs jaunes en épi serré parfois ramifié. Son nom viendrait d'une préparation où l'on fait bouillir les feuilles dans du lait.

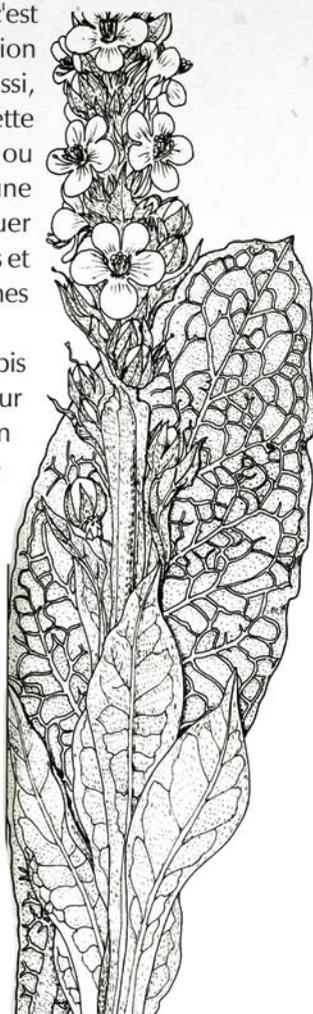
**ON LE TROUVE** dans les lieux chauds et secs, au bord des chemins jusqu'à 1800 m. On récolte ses fleurs que l'on fait sécher.

**ON L'UTILISE** en tisane de fleurs séchées contre la toux, la bronchite, l'asthme et les maux de gorge. Comme la mauve, c'est une plante pectorale qui entre dans la composition de la tisane des « quatre fleurs » (avec aussi, généralement, le tussilage et la violette. Cette préparation change néanmoins d'un pharmacien ou d'une famille à l'autre). Pour faire désenfler une entorse et en atténuer la douleur, on peut appliquer une feuille ou un cataplasme de poudre de feuilles et fleurs séchées sur l'articulation. Les feuilles fraîches aident à cicatriser les plaies et à faire mûrir les abcès.

**Les Ossalois** brûlaient ses épis séchés comme des cierges pour désinfecter la chambre d'un défunt (cette pratique est encore attestée en 1948) et utilisaient ses feuilles infusées pour décongestionner les pis des vaches. On donnait également les feuilles séchées à fumer aux malades atteints de tuberculose.

## AUTRES NOMS FRANÇAIS :

Molène, cierge de Notre Dame.





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Bolhon blanc**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Boulhoû blanc**

## Lo Bolhon blanc

*Verbascum thapsus* L. (**Scophulariacèas**)

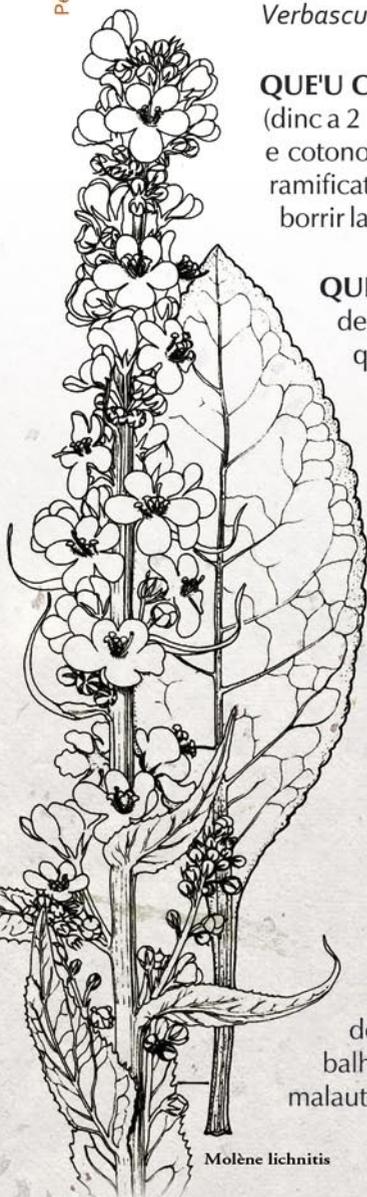


**QUE'U CONEISH** a la soa pagèra grana (dinc a 2 m), a las soas huelhas blancosas e cotonosas e a las soas flors jaunas en cabell sarrat a còps ramificat. Lo son nom que vieneré d'ua preparacion on hèn borrir las huelhas dens lèit.

**QUE'U TRÒBAN** dens los endrets cauts e secs, au cantèr deus camins dinc a 1800 m. Qu'amassan las soas flors qui hèn secar.

**QUE L'EMPLEGAN** en tisana de flors secadas contra la tossiquèra, la bronquiti, l'asma e los maus de garganta. Com la mauva, qu'ei ua planta pectorau qui entra dens la composicion de la tisana de las « quate flors » (dab tanben, generaument, lo tutanh e la vriuleta. Aquera preparacion que pòt cambiar d'un farmacion o d'ua familha tà l'auta). Entà har desen.hlar ua estòrça e en tot amendrir la dolor que's pòt aplicar ua huelha o un cataplasma de podra de huelhas e flors secadas sus l'articulacion. Las huelhas frescas qu'ajudan a cicatizar las plagas e a har madurar los abcès.

**Los Aussalés** que brutlavan los sons cabelhs secats com ciris tà desinfectar la crampa d'un defunt (aquera pratica qu'ei enquèra coneishuda en 1948) e qu'utilizavan las soas huelhas infusadas tà decongestionar los braguèrs de las vacas. Que balhavan tanben las huelhas secadas a ahumar aus malauts tocats per la tuberculòsi.



# La Bryone dioïque

*Bryonia dioica* Jacq. ( *Cucurbitacées* )

4

Bord de chemin

**ON LA RECONNAÎT** à son aspect de liane à feuilles de vigne et à ses vrilles « à retournement » (cas unique en Europe), s'accrochant à tout support, branches, autres plantes, etc. Son odeur est nauséabonde. Ses tiges, atteignant 3 m, portent de très petites fleurs verdâtres. Son fruit est une baie globuleuse, rouge à maturité, et sa racine ressemble à un gros navet.

**ON LA TROUVE** dans les haies, buissons, lisières des bois, etc, jusqu'à l'étage montagnard. Plante envahissante, son nom tiré du grec *bruônia*, « vigoureux », est parfaitement justifié.

**ON L'UTILISE** avec précaution car la plante est toxique : sa racine, rhizome atteignant la taille d'une tête humaine, renferme un violent purgatif, jadis utilisé comme abortif. Les usages médicaux se limitaient autrefois à des applications externes : *des cataplasmes de racine fraîche râpée contre les douleurs rhumatismales.*

*De nos jours, elle est utilisée en homéopathie comme anti-inflammatoire.*

**AUTRES NOMS FRANÇAIS :** navet du diable, vigne du diable, fausse vigne, couleuvrée, herbe de feu.



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Bidauleta**  
**Ligaron**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Bidaulete**  
**Ligarou**



## La Bidouleta

*Bryonia dioica* Jacq. ( **Cucurbitacèas** )

4

Bord de chemin

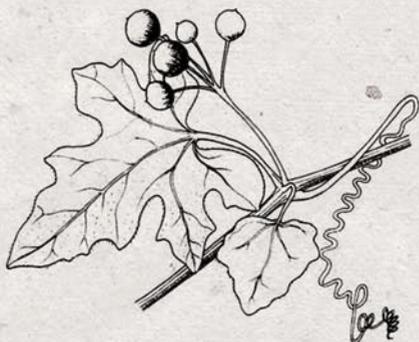
**QUE LA CONEISHEN** au son aspècte de liana dab huelas de vinha e a las soas videlhas « qui's partviran » (unic en Euròpa), en s'arraspar a tot, brancas, autas plantas, etc. La soa aulor qu'ei hòrt maishanta. Las camas, de batlèu 3 mètres, que pòtan flors verdas petinas. Lo son frut qu'ei ua graneta globulosa, arroja quan ei madura, e dab l'arraditz qui sembla a un nap bèth.

**QUE LA TRÒBAN** dens los plèishs, los bruishons, cantèras deus bòscs, etc., dinc a l'estatge montanhòu. Planta envadissenta, lo son nom francés tienut deu grèc *bruônia*, « vigorós », que l'està plan.

**QUE L'EMPLEGAN** dab precaucion per'mor la planta qu'ei toxica : l'arraditz, rizòma autan gran com lo cap d'un òmi, que tien un hèra maishant purgatiú, quauque còp emplegat tà las ortadas. Los usatges medicaus qu'èran quauque còp meilèu tà aplicacions extèrnas : *cataplasmas* d'arraditz fresca arraspada contra las dolors raumatismaus.

Uei en dia, que s'emlega en omeopatia com *anti-inflamatòri*.

fausse vigne, couleuvrée, herbe de feu.



# Le Buis

*Buxus sempervirens* L. ( **Buxacées** )

3

5

Paroi rocheuse chaude

Sous-bois

**ON LE RECONNAÎT** à ses petites feuilles ovales d'un vert brillant et à son bois jaunâtre très prisé des ébénistes. Cet arbrisseau peut atteindre 6 m et vivre 600 ans. Originaire d'Asie mineure, il doit son nom à ses fruits en forme de gobelets ( *Buxos* en grec ).



**ON LE TROUVE** sur toutes les pentes rocheuses jusqu'à 1500 m (il atteignait seulement 900 m en 1850).

**ON L'UTILISE** en lotion contre la chute et le blanchiment des cheveux. En médecine vétérinaire, on en donnait des tisanes aux vaches fébriles. On accrochait, et accroche parfois encore, ses rameaux bénis dans la maison ou dans la grange pour les protéger de l'orage.

**Les Ossalois** s'en servaient pour faire une jonchée de branches sur le chemin reliant les maisons du mari et de sa maîtresse.

A la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, son bois fut tourné à Laruns pour fabriquer des pointes de canne, des poulies de marine et des chapelets qui étaient vendus à Lourdes. Les habitants en brûlaient alors les branches non utilisées, noircissant de sa fumée l'intérieur de toutes les maisons. Enfin, les enfants jouaient avec ses fruits ( appelés localement macòlos ) en guise de petits soldats.

Aujourd'hui, il enchante encore la vallée, puisque c'est de son bois que l'on tire la flûte ossaloise.





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Buish**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Buch**

## Lo Boish

*Buxus sempervirens* L. (**Buxacèas**)

**QUE'U CONEISHEN** a las soas petitas huelhas ovaus d'un verd lusent e au son hust jaunès hèra aimat deus menusèrs. Aqueth arbolet que pòt arribar a 6 m e viver 600 ans. Originari d'Asia Menora, que deu lo son nom a la soas frutas en forma de gobelets (Buxos en grec) ;

3 Paroi rocheuse chaude

5 Sous-bois

**QUE'U TRÒBAN** sus tots los penents rocalhós diñç a 1500 m (n'arribava pas sonque a 900 m en 1850).

**QUE L'EMPLEGAN** en locion contra la caduda e lo blanquiment deu peu. En medecina veterinarària, que se'n balhavan tisanas a las vacas febrilas. Que penèn, e què penen, soventòtas enquèra, los sons arrams senhats dens la maison o dens la bòrda e tà las emparar de l'auratge.

**Los Aussalés** que se'n servivan tà har ua juncada de brancas suu camin religant las maisons de l'òmi e de la soa mestressa. A la fin deu sègle XIXau, la soa husta qu'estó virat a Laruntz entà fabricar puntas de canas, polejas de marina e comptèrs qui èran venuts a Lorda. Los poblants que'n brutlavan en l'òra las brancas non utilizadas, en ennegrir deu son hum lo dehens de totas las maisons. Enfin, los mainatges que's divertivan dab las soas frutas emper soldatòts.

Uei, qu'encanta enquèra la nosta vath, puish-a qu'ei deu son hust dont tiran là flauta aussalesa.

# La Chélidoine

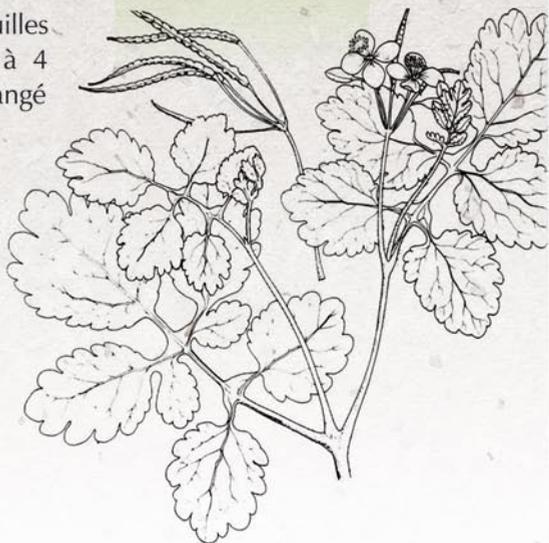
*Chelidonium majus* L. (*Papaveracées*)

1 4

Vieux murs  
Bord de chemin

**ON LA RECONNAÎT** à ses feuilles lobées et à ses fleurs jaunes à 4 pétales. Un latex jaune orangé s'écoule de la tige cassée.

C'est une plante touffue de taille moyenne (50cm) qui doit son nom au grec, *khelidon*, qui signifie hirondelle. On l'appelle « plante aux hirondelles » car ces oiseaux sont supposés déposer une goutte de son suc sur les yeux de leurs petits pour éclaircir leur vue.



**ON LA TROUVE** au bord des chemins et sur les murs, d'avril à juillet, jusqu'à 1800 m.

**ON L'UTILISE** essentiellement en usage externe en appliquant son latex sur les verrues, les cors et les durillons.

En médecine vétérinaire, on prépare un pansement de Chélidoine broyée avec du miel contre le piétin des brebis.

Actuellement, en homéopathie, on préconise sa teinture contre l'hépatite, la gastro-entérite, la pneumonie et la pleurite.

## AUTRES NOMS FRANÇAIS :

Herbe aux verrues, herbe à la vue, herbe à l'hirondelle.



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Clareta, Claria,  
Esclaria**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Clarète, Clarie,  
Esclarie**

## La Celidònia

*Chelidonium majus L.*  
(*Papaveracèas*)

1

4

Vieux murs

Bord de chemin

**QUE LA CONEISHEN** a las soas huelhas lobadas e las flors jaunadas de 4 petales. Un latex jaune irantjat que s'escor de la cama copada. Qu'ei ua planta huelhuda de pagèra mejana (50cm) qui tien lo son nom deu grèc : *khelidon*, qui significa aurongla. Que l'apèran « planta de las auronglas » per'mor de que n'i a de qui disen aqueths ausèths que pausarèn ua gota deu son suc capvath deus uelhs deus petits entà melhora'us la vista.

**QUE LA TRÒBAN** peus cantèrs deus camins e capvath las murrallas d'abriu a julhet, dinc a 1800 m.

**QUE L'EMPLEGAN** màgerment en usatge extèrne en aplicar lo son latex sus las vorrugas, los agacins e los duralhs. En medecina veterinària, qu'aprestavan un pansament de clareta esbrojada dab mèu contra la patèra de las aulhas. Actuaument, en omeopatia, que preconizan la soa tintura contra l'epatiti, la gastro-enteriti, la pneumonia e la pleuriti.



# L'Églantier

*Rosa canina* ( *Rosacées* )

4

7

Bord de chemin

Pente herbeuse ensoleillée

**ON LE RECONNAÎT** à ses fleurs rose pâle au délicat parfum et aux 5 pétales en forme de cœur. C'est un arbuste épineux qui s'accroche facilement à ses voisins et qui dépasse rarement 3 m. Ses feuilles composées comptent 5 à 7 folioles dentées. A l'automne, ses branches à l'écorce verte se parent de fruits rouge vif, les cynorrhodons (du grec, cyno, chien, et rhodo, rose).



**ON LE TROUVE** de la plaine à l'étage subalpin (1800m) dans les bois clairs ou leur lisière, les haies ou les landes plus ou moins pâturées. Il est bien repérable à l'automne par ses fruits, véritables petits lumignons au milieu des couleurs qui se fanent.

**ON L'UTILISE** surtout pour faire des confitures avec les cynorrhodons, débarrassés de leurs graines et des poils irritants qui les accompagnent et qui leur ont valu le nom de « gratte-cul ». A forte teneur en vitamine C, ils sont appréciés comme toniques et renforcent la résistance naturelle aux maladies. On les cueille aux premières gelées, quand ils sont blets, et on peut alors se régaler de leur pulpe acidulée en l'aspirant par le trou laissé après l'arrachage de leur pédoncule. Au printemps, les pétales parfumés servent à fabriquer de l'eau de rose ou de la gelée.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS** : Rosier sauvage, Rosier des chiens



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Sèga novau**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :

**Sègue noubaù**

## Gavardèr, Arrosèr sauvatge

*Rosa canina* ( **Rosacèas** )

4 7

Bord de chemin  
Pente herbeuse ensoleillée

**QUE'U CONEISHEN** a las soas flors arròsa patle e deu perhum delicat e deus 5 petales de còr. Qu'ei un arbuste brocut qui s'arrapa aisidament aus sons vesins e qui passa rarament 3 m. Las soas huelhas compausadas que comptan 5 a 7 foliòlas dentadas. A l'abòr, las soas brancas de la piet verda que s'ondran de frutas arroi viu, los cinorrodons (deu grec, cyno, can, e rhodo, arròsa).

**QUE'U TRÒBAN** capvath la plana dinc a l'estatge subalpin (1800m) dens los bòscs clars o a la lor cantèra, los plèishs o las lanas haut o baish pastoradas. Que's ved de com cau a l'abòr dab las soas frutas, vertadèrs petits candelons au demiei de las colors qui s'esblaiseishen.

**QUE L'EMPLEGAN** sustot entà har confituras dab los cinorrodons, des.hèitas de las lors granas e deus peus irritants qui'us acompanhan e qui'us balhèn lo nom de « grata-cuu ». De hòrta dòsi en vitamina C, que son estimats com tonicas e qu'ahorteishen la resisténcia naturau a las malaudias. Que s'amassan a las prumèras torradas, quan son clòcs, e que's pòden lavetz regalà's de la lor carn acidulada en l'aspirant peu horat deishat après lo darrigatge deu lor pedoncule. A la prima, los sons petales perhumats que serveishen a fabricar aiga d'arròsa o gelea.



# L'Erodium de Manescrau.

*Erodium manescavii* Coss. ( **Géraniacées** )

7

Pente herbeuse ensoleillée

**DÉCOUVERT PAR** Pierrine Gaston-Sacaze

en haut du Rey ( Louvie Juzon ) en 1838, c'est le botaniste français Ernest Cosson qui le dédia en 1847 à M. Manescrau, maire de Pau de l'époque.

**ON LE RECONNAÎT** à ses belles fleurs rose vif, veinées de violet et disposées en ombelles, et dont deux pétales seulement portent une tache claire. C'est une plante vivace qui forme une touffe de feuilles lobées et dentées, et dont les fruits ont une forme de bec long de 6 à 7 cm.

**ON LE TROUVE** en abondance dans la basse vallée d'Ossau, sur les pelouses des montagnes de Louvie- Juzon et de Bilhères en Ossau, où il occupe souvent des pentes entières de 600 à 1500 m. Plante endémique des Pyrénées occidentales, son aire de répartition s'étale de la Haute-Soule à la vallée de Cauterets. Et ses graines, transportées par les animaux ou les hommes, peuvent coloniser de nouveaux espaces.

**ON LE PROTÈGE** à l'échelon national depuis 1982. Vous pourrez donc simplement l'admirer ou le photographier.

**AUTRE NOM FRANÇAIS :**  
Bec-de-grue de Manescrau



Bearnés d'Aussau :  
pas nat nom  
tad aquera planta

# L'Erodium de Manescau

*Erodium manescavii* Coss. ( **Géraniacèas** )

7  
Pente herbeuse ensoleillée

**DESCOBÈRT PER** Pierrine Gaston-Sacaze au som deu Rei (Lobièr de Baish) en 1838, qu'ei lo botanista italian Pietro Bubani qui lo dediquè en 1842 a M. Manescau, maire de Pau d'aqueth temps.

**QUE'U CONEISHEN** a las soas beròjas flors ròsa viu, veadas de vriulet e dispausadas en ombèllas e dont dus petales sonque e pòrtan un plap clar. Qu'ei ua planta viva qui hè ua mata de huelhas lobadas e dentadas, e dont las frutas an un forma de bèc long de 6 a 7 cm.

**QUE'U TRÒBAN** en la vath baisha d'Aussau, capvath los pelencs de las montanhas de Lobièr de Baish e de Vilhèras en Aussau, on aucupa sovent penents sancers de 600 a 1500 m. Planta endemica deus Pirenèus occidentaus, la soa air a de reparticion que s'esplandeish de la Hauta Sola dinc a la vath de Cautarés. Las granas, carregadas per las bèstias o los òmis, que pòden colonizar navèths espacis.

**QUE L'EMPARAN** dens l'encastre nacionau despuish 1982. Qu'ei inscrit dens lo Libe Arroï de las espècias miaçadas de França. Que la poderatz admirar o fotografiar.



# Le Frêne

*Fraxinus excelsior* L. (**Oléacées**)

2

Prairie de fauche

4

Bord de chemin

**ON LE RECONNAÎT** à ses feuilles composées caduques. Cet arbre peut atteindre 35m.

**ON LE TROUVE** un peu partout, dans les jardins, les bois et les pâturages jusqu'à une altitude de 1500m.

5

Sous-bois

7

Pente herbeuse ensoleillée

**ON L'UTILISE** pour ses propriétés diurétiques et purgatives. Autrefois, en été, les travailleurs des champs se désaltéraient avec une boisson rafraîchissante (la frênette) fabriquée avec 3 grosses poignées de feuilles en décoction dans 10 l d'eau bouillante additionnée de réglisse.

On faisait également une cure de printemps dépurative (pour le sang et la circulation) avec des infusions ou décoctions de feuilles.

L'écorce est tonique, fébrifuge, astringente.

Les fagots de frêne ramassés en juillet-août, sont distribués en fourrage aux bêtes l'hiver.

Le frêne est toujours utilisé pour fabriquer des outils et des jeux (manches, colliers pour le bétail, sifflets, skis).



# Lo Hrèisho

*Fraxinus excelsior* L. ( **Oléacèas** )

Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Lo Hrèisho**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Lou Rèchou**

2 4  
Prairie de fauche  
Bord de chemin

**QUE'U CONEISHEN** a las soas huelhas compausadas caducas. Aqueth arbo que pòt arribar a 35m.

5 7  
Sous-bois  
Pente herbeuse ensoleillée

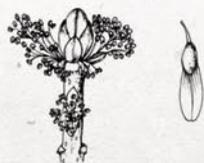
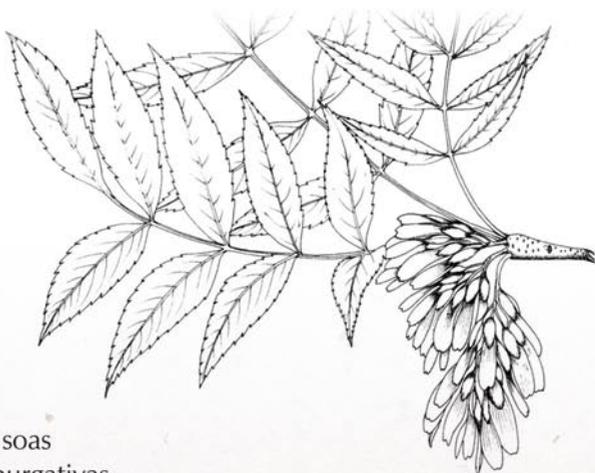
**QUE'U TRÒBAN** bèth drin pertot, dens los casaus, los bòscs e los peisheders dinc a ua altitud de 1500m.

**QUE L'EMPLEGAN** tà las soas propietats diureticas e purgativas. D'aves còps, en estiu, los tribalhadors deus camps que's tiravan la set dab ua bevuda arrefresquenta (la hreisheta) fabricada dab 3 bèras punhadas de huelhas en decoccion dens 10 litres d'aiga borrida hornida de vanhèth.

Que hasèn tanben ua cura de prima depurativa (entà la sang e la circulacion) dab infusions o decoccions de huelhas. La soa pèth qu'ei tonica, febrifuga, astringenta.

Los hèishs de hrèisho amassats en julhet, aost que son distribuïts en pastura au bestiar l'ivèrn.

Lo hrèisho qu'ei tostemp utilizat entà fabricar atrunas e jòcs (manges, coret e canaulas, shiulets, esquís).



# Le Lierre terrestre

*Glechoma hederacea* L. (**Labiées**)

4

Bord de chemin

**ON LE RECONNAÎT** à son port rampant, ses feuilles rondes, ses fleurs mauves et son odeur aromatique assez forte si on le froisse ou si on le piétine. Cette plante vivace est un bon couvre-sol décoratif.

**ON LE TROUVE** dès le mois de mars sur les bords des chemins, dans les prairies et les sous-bois clairs jusqu'à 1800 m. On récolte ses tiges fleuries pour les faire sécher.

**ON L'UTILISE** comme plante ornementale, mais aussi en infusion contre le rhume et les encombrements de la gorge.

En **Ossau**, les guérisseurs s'en servaient pour combattre le zona : ils confectionnaient neuf petits bouquets de trois branches chacun, qu'ils jetaient au feu un par un lors d'une prière conjuratoire. Cette pratique empreinte de magie connaît de nombreuses variantes sur l'ensemble des Pyrénées.

De façon plus commune, on fait macérer ou décocter la plante dans du lait pour en faire des compresses qui calment les douleurs du zona. En médecine vétérinaire, on l'employait contre les vers des chevaux. Enfin, en cuisine, il agrémente les salades par le goût de ses feuilles et la couleur de ses fleurs.

**AUTRE NOM FRANÇAIS :**  
rondette





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Auseròl, Aseròla**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Auserol, Aserole**

## L'Aseròla

*Glechoma hederacea* L. (**Labièas**)

4

Bord de chemin

**QUE LA CONEISHEN** au son pòrt quiraulejant, las huelhas redondas, las flors mauvas e l'aulor aomatica pro hòrta si la hrobeishen o la horan. Aquera planta viva qu'ei de bon amantar lo sòu entà l'ondrar.

**QUE LA TRÒBAN** autanlèu lo mes de març suus cantèrs deus camins, capvath los prats e los embòscs clars dinc a 1800 m. Que n'amassan las camas floridas entà har secar-las.

### QUE L'EMPLEGAN

com planta ornamentau, mes tanben en infusion contra lo raumàs e l'arronquilhèr. En Aussau, los guaridors que se'n servivan entà combàter lo cindre : que hasèn nau floquets de tres brancas cadun, qui getavan au huec un

per un en tot har ua pregària conjuratòria. Aquera practica prenhà de magia que conegó nombrosas variantes sus l'ensablé deus Pirenèus. D'ua faïçon-mei comuna, que hèn macerar la planta dens lèit entà'n har compressas qui ataisan las dolors deu cindre. En medecina veterinària, que l'emplegavan contra los vèrmis deus chivaus.

Enfin, en cosina, qu'emberògeish las saladas peu gost de las huelhas e la color de las flors.



# La Mauve

*Malva sylvestris* L. ( *Malvacées* )

2 4  
Prairie de fauche  
Bord de chemin

**ON LA RECONNAÎT** à son port étalé pouvant atteindre 1 m, à ses feuilles palmées, à ses belles fleurs mauves à cinq pétales et à ses petits fruits en forme de « fromages ».

**ON LA TROUVE** sur les chemins, dans les décombres et dans les jardins de mai à octobre.

**ON L'UTILISE** en tisane contre la toux, le rhume et l'encombrement de la gorge ( elle fait partie des pectorales et entre dans la composition de la « tisane des quatre fleurs » généralement préparée par le pharmacien. ).

L'infusion de ses feuilles est calmante; elle combat les irritations intestinales et urinaires. Les feuilles, mises à cuire dans la soupe, apaisent le mal au ventre et régulent le transit. On donnait ses racines à mâcher aux enfants qui « faisaient » leurs dents, en remplacement de la guimauve. Ses feuilles macérées dans de l'huile soulagent les piqûres d'insectes et les dermatoses.

**En cuisine**, les fleurs agrémentent les salades pendant tout l'été.

**AUTRE NOM FRANÇAIS :** herbe aux fromages (à cause de la forme de ses fruits).

7  
Pente herbeuse ensoleillée





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Mauva, Cosina**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Maube, Cousine**

## La Mauva

*Malva sylvestris* L. ( **Malvacèas** )

2

Prairie de fauche

4

Bord de chemin

**QUE LA CONEISHEN** au son pòrt estenut qui hè dinc a 1 m, a las soas huelhas palmadas, a las soas beròjas flors mauvas de cinc petales e aus soas petits frutòts en forma de « hromatges ».

**QUE LA TRÒBAN** capvath deus camins, dens los escombres e dens los casaus de mai dinc a octobre.

**QUE L'EMPLEGAN** en tisana contra la tos, lo raumàs e l'arronquilhèr (que hè part de las pectoraus e qu'entra en la composicion de la « tisana de las quate flors » aprestada sovendet peu farmacian). L'infusion de las soas huelhas qu'ataisa ; que combateja las irritacions intestinaus e urinàrias. Las huelhas, hicadas a còser dens la sopa, qu'ataisan lo mau de vente e que regulan lo transit.

Que balhavan las soas arraditz a mastegar aus mainatges qui « hasèn » las dents, entà remplaçar la vitmauva. Las huelhas maceradas dens òli qu'assolaçan las hissadas e las dermatòsis.

**En cosina**, las flors qu'embergeishen las saladats tot l'estiu.



7

Pente herbeuse ensoleillée

# Le Merisier

*Prunus avium* (L.) L. (*Rosacées*)

2 4  
Prairie de fauche  
Bord de chemin

**ON LE RECONNAÎT** à son écorce lisse, brun-rouge, et à sa floraison blanche en avril-mai. C'est un arbre d'une vingtaine de mètres, à feuilles ovales dentées.

**ON LE TROUVE** dans les bois et lisières, jusqu'à 1500 m. d'altitude.

**ON L'UTILISE** localement comme **matériau**, pour confectionner des tambourins ossalois ou fabriquer des meubles.

Le fruit peut servir à faire des confitures, ou de la **liqueur** de merises.

Voici une recette minutieuse :

5 litres de vin rosé, 1 verre d'alcool, 356 feuilles bien parfumées (cueillies entre le 14 juillet et le 15 août)

1 kg de sucre, 17 sachets de sucre vanillé... et deux mois de repos à l'ombre !

Reste enfin l'usage **médical** : en infusion ou en décoction, les queues de merises ont des effets diurétiques et sudorifiques, qui aident à combattre la rétention d'eau et les infections urinaires.

**AUTRE NOM FRANÇAIS :**  
cerisier sauvage

5  
Sous-bois





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Cerisèr sauvatge**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Cerisèr sauvadje**

## Cerisèr sauvatge

*Prunus avium* (L.) L. (**Rosacèas**)

2

Prairie de fauche

4

Bord de chemin

**QUE'U CONEISHEN** a la soa pèth lissa, brun-arroi, e a la soa florida blanca en abriu-mai. Qu'ei un arbo deus grans, dinc a 20 mètres, de huelhas ovalas e dentadas.

**QUE'U TRÒBAN** dens los bòscs e cantèras, dinc a 1500 m d'altituda.

**QUE L'EMPLEGAN** suu lòc com **materiau**, entà confeccionar tom-tom aussalés o fabricar mòbles.

La fruta que pòt servir a har confituras o licor de ceresas sauvatjas.

Atau ua recèpta primejada : 5 litres de palhet, 1 veire d'alcòl, 356 huelhas plan perhumadas (amassadas enter lo 14 de julhet e lo 15 d'aost, 1 kg de sucre, 17 borsòtas de sucre vanilhat... e dus mes de repaus a l'ompra!

Que demora enfin l'usatge **medicau** : en infusion o en decoccion, las codas de ceresas sauvatjas qu'an efèits diuretics e sudorifics, qui ajudan a combàter la retencion d'aiga e las infeccions urinàrias.



5

Sous-bois

# Le Millepertuis

*Hypericum perforatum* L. ( *Hypericacées* )

2

Prairie de fauche

4

Bord de chemin

**ON LE RECONNAÎT** à sa tige dressée de 30 à 60 cm, ses fleurs jaunes à cinq pétales en étoile, et ses petites feuilles ovales qui semblent percées de « mille pertuis » ou petits trous ( ce sont en fait des glandes translucides ).

**ON LE TROUVE** presque partout, dans les près, sur le bord des chemins et des talus, dans les friches où il fleurit en juin-juillet, jusqu'à 1800 m d'altitude.

7

Pente herbeuse ensoleillée

**ON L'UTILISE** comme vulnéraire, calmant, et en phytothérapie moderne comme antidépresseur. Herbe solaire aux fleurs d'or, intimement associée à la Saint-Jean du solstice d'été (le jour le plus long



de l'année), on pensait le millepertuis capable d'éloigner la foudre et les mauvais esprits de la nuit.

On prépare « l'huile rouge » en faisant macérer ses sommités fleuries dans de l'huile de noix autrefois, aujourd'hui d'olive. Elle soulage les brûlures, les ecchymoses, les plaies et les foulures. Quelques gouttes sont efficaces contre la tension nerveuse et les insomnies.

Autrefois, en milieu pastoral, on l'employait sous forme de bain pour combattre le piétin du mouton et on en préparait une infusion pour les bêtes « embarrassées » (pleines).

On en faisait des bouquets protecteurs qu'on suspendait à la maison ou qu'on jetait au feu pour « arrêter la foudre ».

**AUTRES NOMS FRANÇAIS :** milletrous, « chasse diable », herbe solaire, herbe de la Saint-Jean.



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Pericle, Trascairan**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :  
**Perigle, Trescayran**

# Le Millepertuis

*Hypericum perforatum* L. ( **Hypericacèas** )

2 4  
Prairie de fauche  
Bord de chemin

**QUE'U CONEISHEN** a la soa cama de 30 a 60 cm, las soas flors jaunas de cinc petales en estela, e las huelhetas ovalas qui seblan horadas de « mille pertuis » (d'aquiu lo nom francés) o petits horats (que son en fèit glandas translucidas).

**QUE'U TRÒBAN** batlèu pertot, capvath deus prats, per las cantèras deus camins e plèishs, dens las bosigas on floreish en junh, dinc a 1800 m d'altitud.

7  
Pente herbeuse ensoleillée

**QUE L'EMPLEGAN** com vulnerària, ataisant e en fitoterapia modèrna com antidepressiu. Èrba solara dab flors d'aur beròi associada a Sent Jan, deu solstici d'estiu (que los dias e son mei longs que las nueits), que pensavan lo perigle en capacitat de's virar deu perigle e deus maishants esperits de la nueit.

Qu'aprèstan « l'òli arroi » en hant macerar aqueras sommitats floridas dens òli d'esquilhòt (quauque còp), o d'oliva (uei en dia). Que dar solaç a las brutladuras, aus macs, a las plagas e a las estòrças. Quauquas gotas que son eficàças contra la tension nerviosa e las insòmnia.

Autes còps, en demiei pastorau, qu'emplegavan en forma de banhs entà combàter la patèra de l'aulha e que n'aprestavan ua infusion entà las bèstias « embarrassadas ».

Que'n hasèn flòcs protectors qui penèn a casa o qui getavan au huec entà « estancar lo perigle ».



# L'Origan

*Origanum vulgare* ( *Lamiacées* )

1 3

Vieux murs

Paroi rocheuse chaude

**ON LE RECONNAÎT** à ses feuilles ovales et opposées qui exhalent leur parfum si on les froisse et à ses panicules de petites fleurs roses et pourpres. C'est une plante vivace, de la famille du thym, haute de 60 cm et dont le nom d'origine grecque signifie « parure des montagnes ».

4 7

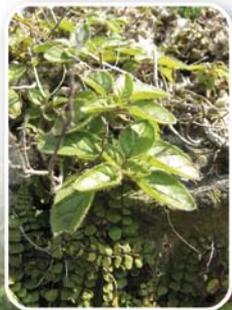
Bord de chemin

Pente herbeuse ensoleillée

**ON LE TROUVE** surtout au soleil qui lui procure force et couleur, sur les bords des chemins, dans les prairies sèches, les pâturages et sur les affleurements rocheux. On récolte les feuilles en toute saison et la tige fleurie que l'on pourra faire sécher en fin d'été.

**ON L'UTILISE** surtout en cuisine pour ses qualités aromatiques où il est souvent associé à la tomate cuite, mais aussi en infusion qui peut agréablement remplacer le thé du matin. Prise à l'automne, sa tisane prémunit des méfaits de l'hiver. Cette plante médicinale, tonique et apéritive, a été fumée en guise de tabac pendant la guerre.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS** : Marjolaine bâtarde, Thym du berger



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

## Majorana

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :

## Mayourane

# La Majorana

*Origanum vulgare* ( *Lamiacèas* )

1 3

Vieux murs

Paroi rocheuse chaude

**QUE LA CONEISHEN** a las huelhas ovas e opausadas qui dan un perhum si las hregan e a las soas crestas de fletas arròsas e porpras. Qu'ei ua planta viva, de la familha deu pimbo, hauta de 60 cm e de qui lo nom de hont grèca e vòu d'iser «ondradura de las montanhas».

4 7

Bord de chemin

Pente herbeuse ensoleillée

**QUE LA TRÒBAN** mei que mei a l'arrajòu, çò qui'u balha fòrça e color, peus cantèrs deus camins, capvath deus prats secs, deus peisheders e deus endrets mei peirucs. Qu'amassan las huelhas en tota sason e la cama florida que poderàn har secar en fin d'estiu.

**QUE L'EMPLEGAN** mei que mei en cosina entà las soas qualitats aromaticas on ei sovent apariada a la tomatà cueita, mes tanben en infusion qui pòt remplaçar lo tè deu matin d'ua faïçon agradiva. Presa a l'agòr, la tisana qu'empara de las malahèitas de l'ivèrn. Aquera planta medecinau, tonica e aperitiva, qu'estó fumada com tabac pendant la guèrra.



# L'Ortie

*Urtica dioica* L. (*Urticacées*)

4

Bord de chemin

5

Sous-bois

**ON LA RECONNAÎT** à ses feuilles urticantes et dentées connues de tous.

**ON LA TROUVE** au bord des chemins, dans les prairies, dans les lieux fréquentés par les hommes et les troupeaux jusqu'à 2200 m. En plaine, sa présence est un indicateur de la présence de nitrates dont elle est friande.

**ON L'UTILISE** comme légume sauvage dans la soupe. « Bonne pour tout », c'est un dépuratif qui améliore l'état général. « Pour faire circuler le sang », contre les rhumatismes, l'arthrose ou les lombagos, on s'en frictionne ou s'en flagelle. La décoction de racines combat la chute des cheveux. La tisane est bonne contre les maladies de peau, l'anémie et les troubles circulatoires de la ménopause.

**En usage externe**, le suc de la plante entière combat les saignements de nez et la chute des cheveux, alors que les feuilles en compresses apaisent les brûlures, les piqûres d'insectes et les entorses.

La phytothérapie et les soins cosmétiques modernes reprennent ces usages puisque l'ortie est actuellement utilisée pour fortifier les cheveux.

**Les bergers** se servaient des feuilles pour dégraisser les bassines à fromage et pour filtrer le lait. Dans leurs cabanes, ils cuisinaient ses feuilles avec des noisettes de terre (tubercules d'un conopode).

**A la basse-cour**, on donnait les plantes hachées aux canetons et aux oisons pour leur assurer une bonne croissance.



7

Pente herbeuse ensoleillée



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Ortiga**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Ourtigue**

## L'Ortiga *Urtica dioica* L. (*Urticacèas*)

4 5

Bord de chemin

Sous-bois

**QUE LA CONEISHEN** a las soa huelhas urticantas e dentadas coneishudas de tot lo monde.

**QUE LA TRÒBAN** au bòrd deus camins, dens las pradass, dens los lòcs frequentejats peus òmis e tropèths dinc a 2200 m. En plana, la soa preséncia qu'ei un marcader de la preséncia de nitrats dont ei gormandeta.

7

Pente herbeuse ensoleillée

**QUE L'EMPLEGAN** com legume sauvatge dens la sopa. « Bona entà tot », qu'ei un depuratiu qui melhora l'estat generau. « Tà har córrer la sang », contra los rumatismes, l'atròsi o los lumbagos que se'n friccianan o que se'n flagellan. La decoccion d'arraditz que combat la caduda deu peu. La tisana qu'ei bona contra las malaudias de pèth, l'anèmia e los troubles circulatòris de la menopausa.

**En usatge extèrne**, lo shuc de la planta sancèra que combateja las sangnèras de nas e la caduda deu peu, quan las huelhas en compressas qu'apatzan las brutladuras, las hissadas e las estòrças. La fitoterapia e los suenhs còsmetics modèrnes que tornan emplegar aqueths usatges puish-a l'ortiga qu'ei uei en dia utlizada entà en.hòrtir lo peu.

**Los pastors** que's servivan de las huelhas tà desgreishar las baciàs de hromatge e entà passar la lèit. Dens las lors cabanas, que cosinavan aqueras huelhas dab averans de tèrra (tubercules d'un conopòdi).

**Dens la parguia**, que se'n balhavan aus guitòts e aus auquets tà us perméter ua beròja vaduda.



# Le Pissenlit

*Taraxacum campylodes* G. E. Haglund ( **Astéracées** )

2  
Prairie de fauche

4  
Bord de chemin

**ON LE RECONNAÎT** à ses feuilles découpées en rosettes et ses capitules jaunes. Les enfants aiment souffler sur ses fruits à aigrettes. Il tient son nom de ses propriétés diurétiques.

**ON LE TROUVE** partout sauf dans les bois, jusqu'à 2000 m.

**ON L'UTILISE** en cure de printemps : ses feuilles préparées en salade sont un très bon dépuratif et un stimulant hépatique en infusion (c'est l'ami du foie). Ses racines sont préparées en décoction pour traiter la goutte, l'eczéma, l'acné et les inflammations articulaires. Son latex guérit les verrues.

**A la basse-cour**, on le donne comme aliment aux poules et aux lapins.

**AUTRE NOM FRANÇAIS** : Dent de Lion

7  
Pente herbeuse ensoleillée





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Pishaulheit**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :

**Pichaulhéyt**

## Pishaulheit

*Taraxacum campylodes* G. E. Haglund (**Astéracèas**)

2

Prairie de fauche

4

Bord de chemin

7

Pente herbeuse ensoleillée

**QUE'U CONEISHEN** a las soas huelhas descopadas en rosetas e los sons capitules jaunes. Los mainatges que l'agrada de bohar sus las soas frutas a plumaishs. Que tira lo son nom de las soas proprietats diureticas.

**QUE'U TRÒBAN** pertout tirat capvath los bòscs, dinc a 2000 m.

**QUE L'EMPLEGAN** en cura de prima : las soas huelhas aprestadas en salada que son un hèra bon depuratiu e un estimulant epatic en infusion (qu'ei l'amic deu hitge). Los sons arradics que son aprestadas en decoccion tà tractar la gota, l'eczèma, l'acne e inflamacions articulàrias. La son latex que guareish las verrugas.

**Capvath la parguia**, que la balhan com aliment a las poras e aus conilhhs.



# Les Plantains

*Plantago lanceolata* L.,  
*Plantago major* L. (*plantaginacées*)

2

Prairie de fauche

4

Bord de chemin

**ON LES RECONNAÎT** à leurs feuilles ovales plus ou moins larges où se dessinent cinq nervures parallèles au pétiole et leurs fleurs en épis. Ce sont des plantes vivaces très communes.

**ON LES TROUVE** partout jusqu'à 2000 m et on les récolte de mai à septembre.

7

Pente herbeuse ensoleillée



**ON LES UTILISE** en pansement d'urgence ou en friction : ces plantes cicatrisent les plaies et coupures, et calment piqûres et brûlures.

Elles-mêmes marquées de nervures qui font comme des « coutures », elles vont permettre aux chairs de se resserrer. Le jus de feuilles fraîches, lui, était utilisé contre l'inflammation des muqueuses, ou contre les hémorroïdes, la cystite ou la diarrhée. Les Ossalois se servaient aussi de la décoction en lavage, contre les ophtalmies.

Les feuilles rincées à l'eau bouillante faisaient d'efficaces cataplasmes contre les orgelets ou les ulcères. Enfin, en cas de constipation, on préconisait de mettre une cuillerée de graines dans un bol d'eau chaude et de boire et manger le tout avant de se coucher.

En usage vétérinaire, l'infusion donnée en bain traite le piétin, et en tisane on la fait boire aux bovins contre le « pisse-sang ».



# L'Èrba de cinc còstas

*Plantago lanceolata* L.,  
*Plantago major* L. (*plantaginacèas*)

Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Gèrba de cinc còstas**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Gèrbe de cinc costes**

2 4  
Prairie de fauche  
Bord de chemin

**QUE LA CONEISHEN** a las huelhas ovas mei o mensh largas on e's dessengan cinc còstas parallèlas au peciòle e a las lors flors en cabelhs. Qu'ei ua planta viva hèra comuna.

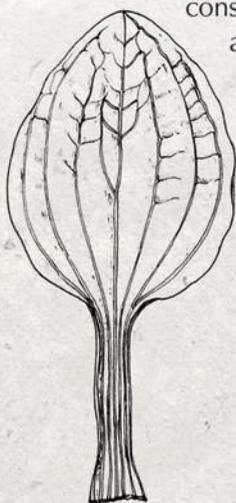
**QUE LA TRÒBAN** pertot dinc a 2000 m e que l'amassan de mai dinc a seteme.

7  
Pente herbeuse ensoleillée

**QUE L'EMPLEGAN** en pansament d'urgéncia o en friccion : que cicatriza las plagas e copaduras, e ataisan hissadas e brutladuras. Era medisha marcada de còstas qui semblan a « costuras », que va perméter a las carns de's tornar sarrar. Lo shuc de huelhas frescas, eth, qu'èra emplegat contra l'inflamacion de las mucosas, o contra las esmorrugas, la cistiti o la diarrèa.

Los Aussalés que's servivan tanben, de la decoccion en lavatge, contra las oftalmias. Las huelhas ahrescadas a l'aiga borrienta que hasèn cataplasmas deus bons contra los auriòus o las ulcèras. Enfin, en cas de constipacion, que balhavan a minjar abans de se n'anar au lheit, ua cuelherada de granas dens un bòl d'aiga cauda.

En usatge veterinari, l'infusion balhada en banh que tracta la patèra, e en tisana que la hèn béver au bestiar contra lo « pishasang ».



Plantain lancéolé



Plantain grand

# Les Primevères

*Primula veris* L., *Primula elatior* (L.) Hill ( **Primulacées** )

5  
Sous-bois

**ON LA RECONNAÎT** à ses feuilles vert clair en rosettes, et à ses fleurs jaune d'or (primevère officinale) ou jaune soufré (pour la primevère élevée), sous forme d'ombelles fournies. C'est l'annonce et le symbole du renouveau printanier.

**ON LA TROUVE** en mars-avril dans les sous-bois, les prairies et les talus, jusqu'à 1600 mètres.

**ON L'UTILISE** d'abord pour traiter les affections des **voies respiratoires**. C'est une plante pectorale, bonne contre la toux, le rhume de cerveau, la grippe et la bronchite (infusion des fleurs, calice et corolle). Son action expectorante se double d'**effets émollients**. Par ailleurs, on traite les migraines, maux de têtes, l'insomnie et l'anxiété avec l'infusion de fleurs.

Une autre propriété, signalée en Ossau, est à ajouter :

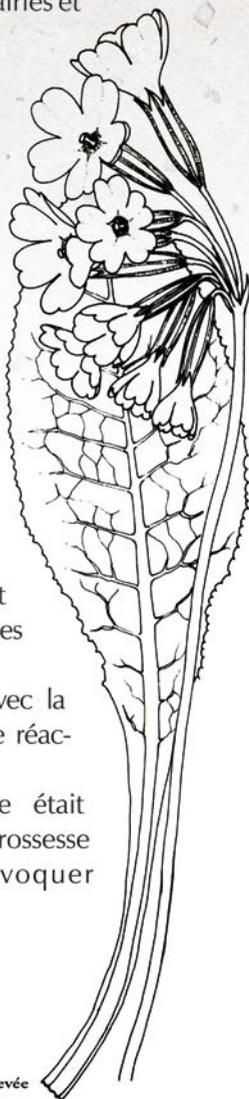
**les effets anti-inflammatoires** de la racine, préparée en décoction, contre l'arthrite et les rhumatismes. En cuisine, enfin, les jeunes feuilles de primevère étaient consommées en salade et ses fleurs décoraient les plats.

Attention ! Son contact avec la peau risque d'entraîner une réaction allergique.

Par ailleurs, cette plante était déconseillée pendant la grossesse car elle pouvait provoquer l'avortement.

**AUTRE NOM FRANÇAIS :**

le coucou



Primevère élevée

# Les Primevères

*Primula veris* L.,  
*Primula elatior* (L.) Hill ( **Primulacèas** )

Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Primavera**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Primabére**

5  
Sous-bois

**QUE LA CONEISHEN** a las huelhas verd clar en rosetas, e a las flors jaune d'aur (primavera officinau) o jaune sofrat (entà la primavera hauta), en forma de caperets hornits. Qu'ei l'anóncia e lo simbèu de l'arrenavida de la prima

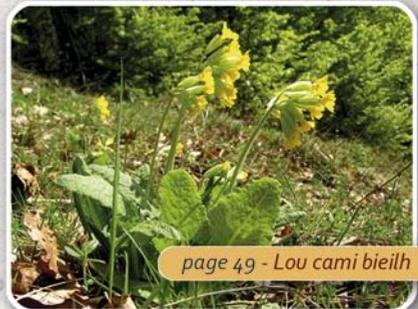
**QUE LA TRÒBAN** en març-abriu dens los embòscs, los prats e los plèishs, dinc a 1600 mètres.

**QUE L'EMPLEGAN** purmèr entà tractar l'**arronquilhèr**. Qu'ei ua planta pectorau, bona contra la tos, lo raumàs de cervèth, la gripa e la bronquiti (infusion de las flors, calici e coròla). La soa accion expectoranta que's marida dab **efèits emollients**. De mei, que tracta los maus de cap, l'insomnia e l'ànsia dab l'infusion de flors. Ua auta propietat, senhalada en Aussau, qu'ei a hornir : los **efèits anti-inflamatòris** de l'arraditz, aprestada en decoccion, contra l'artriti e los raumatismes.

En cosina, enfin, las joenas huelhas de primavera qu'èran consumidas en salada e las soas flors qu'ondravan los plats.

Avisatz-ve ! Lo son contacte dab la pèth que risca d'enseguir ua reaccion allergica.

De mei, aquera planta qu'èra desconselhada pendent la grossessa per'mor que podè provocar ortadas.



Primevère de colonna

# La Pulmonaire

*Pulmonaria affinis* Jordan. (*Boraginacées*)

5  
Sous-bois

**ON LA RECONNAÎT** à sa tige atteignant 30 cm, munie de larges feuilles ovales, velues et parsemées de taches claires. Ses fleurs en grappes ont des couleurs variant du rose au bleu.

**ON LA TROUVE** dans les sous-bois ou prairies, en mars-avril, jusqu'à 1600 m d'altitude.

**ON L'UTILISE** en tisane de fleurs, pour combattre les **affections pulmonaires**, comme la pleurésie, en association avec des cataplasmes de moutarde, par exemple. La plante doit sa réputation aux taches blanches de ses feuilles, qui font penser à un poumon malade : selon l'ancienne théorie dite « des signatures », chaque plante comporte en effet un *signe* attribué par le Créateur qui en indique l'usage ou les propriétés.

En outre, le suc de la plante soigne les verrues.

L'**art vétérinaire** recourt aux feuilles fraîches, sous forme de hachis (ou de tisanes après macération), pour soigner les maladies des poules.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS** : herbe aux poumons, herbe de la Sainte-Vierge, herbe au lait de Notre-Dame.





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Gèrba deu palmon,  
Gèrba deu hitge**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :  
**Gèrbe dou palmoû,  
Gèrbe dou hidge**



## La Gèrba deu palmon

*Pulmonaria affinis* Jordan.  
(**Boraginacèas**)

5

Sous-bois

**QUE LA CONEISHEN** a la soa cama de 30 cm, providida de huelhas largas e ovas, peludas e semiadas de plaps clars. Las soas flors en gaspas qu'an colors qui van deu ròse au blu.

**QUE LA TRÒBAN** dens los embòscs o prats, en març-abriu, dinc a 1600 m d'altitud.

**QUE L'EMPLEGAN** en tisana de flors, entà combàter las **afeccions pulmonàrias**, com la pleurèsi, en associacion dab cataplasmas de mostarda, per exemple. La planta que deu lo son renom aus plaps blancs de las soas huelhas, qui hèn pensar a un paumon malaud : segon l'anciana teoria dita « de las signaturas », cada planta qu'a en efèit un *signe* atribuit peu Creator qui n'ensenha l'usatge o las propietats.

De mei, lo shuc de la planta que suènha las vorrugas.

L'**art veterinari** que n'apèra a huelhas frescas, esmicotadas (o en tisanas un còp maceradas), entà suenhar las malaudias de las poras.

# La Reine des prés

*Filipendula ulmaria* (*Rosacées*)

6

Zone humide

**ON LA RECONNAÎT** à ses grandes tiges au port royal terminées par des corymbes de petites fleurs blanches. Elles peuvent atteindre 1,50 mètre. Ses feuilles sont composées de folioles inégales.

**ON LA TROUVE** en juillet août, au bord des ruisseaux, dans les fossés ou dans les prairies très humides où elle forme souvent de belles colonies. On la rencontre de la plaine à l'étage subalpin (1800m).

**ON L'UTILISE** d'abord en tant que plante médicinale pour ses propriétés anti-inflammatoires, sédatives, sudorifiques et diurétiques. C'était un remède populaire contre les rhumatismes, l'arthrite et la grippe. Les sommités fleuries fraîches ou sèches sont utilisées en infusion. Au XIX<sup>ème</sup> siècle, elle servit à la découverte de l'aspirine à laquelle elle donna son ancien nom latin (*Spiraea ulmaria*). Récoltées à la Saint-Jean, ses fleurs à l'arôme délicat peuvent parfumer les pâtisseries ou entrer dans la fabrication d'un vin aromatique, astringent et tonique.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS** : Spirée ulmaire, Belle des prés, Barbe de chèvre



# La Pastanaiga

*Filipendula ulmaria* (Rosacèas)

Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Pastanaiga**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Pastanaygue**

6

Zone humide



**QUE LA CONEISHEN** a las soas granas camas au pòrt rejau acabadas per corimbes de floretas blancas. Que pòden har dinc a 1,50 mètre. Las huelhas que son hèitas de huelhons desparièrs.

**QUE LA TRÒBAN** en julhet aost, au bòrd deus arrius, capvath los varats o los morars on hè soventòtas bèras colonias. Que l'encontran de l'arribèra dinc a l'estatge subalpin (1800m).

**QUE L'EMPLEGAN** purmèr com planta medicinau tà las soas propietats anti-inflamatòrias, sedativas, sudorificas e diureticas. Qu'èra un remèri popular contra los raumatismes, l'artriti e la gripa. Las sommitats floridas frescas o secas que son emplegadas en infusion. Au sègle XIXau, que serveish a la descobèrta de l'aspirina a la quau e balha lo son ancian nom latin (*Spiraea ulmaria*). Amassadas a Sent Jan, las flors de l'aròma delicat que pòden perhumar las pastisseries o entrar dens la fabricacion d'un vin aromatic, astringent e tonic.

# La Saponaire officinale

*Saponaria officinalis* L. ( *Caryophyllacées* )

4

Bord de chemin

**ON LA RECONNAÎT** à ses tiges dures, avec feuilles opposées et fleurs roses groupées en bouquets.

**ON LA TROUVE** un peu partout, au bord des chemins, routes, talus, ruisseaux..., jusqu'à 1600 m d'altitude, de juin à octobre.

7

Pente herbeuse ensoleillée



**ON L'UTILISE** essentiellement comme **savon de substitution**, ou comme lessive en l'associant éventuellement au lierre pour les vêtements noirs.

Les racines, tiges, feuilles et fleurs de cette « excellente plante » aux qualités dépuratives et sudorifiques étaient récoltées et fournies en quantité par Pierrine Gaston-Sacaze, à la demande du docteur Boutemotte, médecin du comte de Béarn à Laruns.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS :**  
savonnaire, herbe au savon.

Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Sabon,**  
**Èrba de la sabonada**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Saboû,**  
**Èrbe de la sabounade**

## La Saponària officinau

*Saponaria officinalis* L. (*Caryophyllacèas*)

4

Bord de chemin

7

Pente herbeuse ensoleillée

**QUE LA CONEISHEN** a las soas camas duras, dab huelas opausadas e flors arròsas aplegadas en flòcs.

**QUE LA TRÒBAN** drin pertot, suus cantèrs deus camins, dens los plèishs, lo long deus arriuets..., dinc a 1600 m d'altitud, de junh dinc a octobre.

**QUE L'EMPLEGAN** màgerment com **sabon de substitucion**, o com leishiva en l'apariar a còps a la gèira entaus vestits negres.

Las arraditz, camas, huelas e flors d'aquera « hèra bona planta » qui tien qualitats depurativas e sudorificas qu'èran amassadas e hornidas en abonde per Pierrine Gaston-Sacaze, a la demanda deu doctor Boutemotte, mètge deu comte de Bearn a Laruntz.



# La Scolopendre

*Phyllitis scolopendrium* (L.) Newman  
(Aspléniacées – Fougères)

5 6

Sous-bois

Zone humide ombragée

**ON LA RECONNAÎT** à ses feuilles vert luisant en forme de lanières, avec des sores bruns sur le revers.

**ON LA TROUVE** dans les sous-bois frais, aux fentes des rochers humides, jusqu'à 1500 mètres.

**ON L'UTILISE** comme plante **dépurative et diurétique**.

C'est particulièrement une infusion contre les affections du foie et de la rate (« erba a la meussa »). Les femmes l'utilisent encore, en décoction trois fois par jour pendant sept jours, comme cure de bonne santé.

En médecine vétérinaire, on la donne pour faire ruminer les vaches.

## AUTRES NOMS :

langue de vache, de bœuf, de cerf.



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Lenga de vaca,  
Erba a la meussa**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :  
**Léngue de baque,  
Erbe a la méusse**



5

6

Sous-bois

Zone humide ombragée

## La Lenga de cèrvi

*Phyllitis scolopendrium* (L.) Newman  
(*Aspleniacèas* – Heuç)

**QUE LA CONEISHEN** a las huelhas verd lulent en forma de listras, dab esporangis bruns suu devath.

**QUE LA TRÒBAN** capvath deus bòscs frescs, a las henèrcas deus arròcs umides, dinc a 1500 mètres.

**QUE L'EMPLEGAN** com planta **depurativa e diuretica**. Qu'ei mei que mei ua infusion contra las malaudias deu hitge e de la meussa (« erba a la meussa »). Las hemnas que l'emplegan enquèra, en decoccion tres còps per dia pendent sèt dias, com cura de bona santat.

En medecina veterinària, que la balhan entà har armugar las vacas.

# Le Sureau noir

*Sambucus nigra* L. (Caprifoliacées)

4 5

Bord de chemin

Sous-bois

**ON LE RECONNAÎT** à ses feuilles composées dentées dégageant une odeur fétide quand on les froisse, et à ses fleurs en ombelles blanches à parfum douceâtre. C'est un arbuste très commun à baies noires, à écorce rugueuse et à moelle blanche. Il peut atteindre 5 mètres.

**ON LE TROUVE** partout en lisière, sur les berges, dans les friches et les ruines jusqu'à 1600 m.

7

Pente herbeuse ensoleillée

**ON L'UTILISE** en infusion de fleurs contre le rhume, la grippe et le coup de froid, en cataplasme contre les problèmes de peau et les affections oculaires. Ses baies servent à confectionner des confitures ou à aromatiser du vin (ne pas les confondre avec celles du Sureau Yèble, plante toxique d'1 mètre de haut). Leur jus pouvait remplacer l'encre, ou teindre sabots et meubles.

En laboratoire, sa moelle est utilisée dans les préparations microscopiques.





Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :  
**Sauque, Sahuc**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiana :  
**Sauque, Sahuc**

## Lo Sahuc

*Sambucus nigra L. (Caprifoliacèes)*

**QUE'U CONEISHEN** a las soas huelhas compausadas e dentadas qui tira ua aulor helosa quan las frossan e a las soas flors en ombèllas blancas de perhum doçàs. Qu'ei un arbolet hèra comun a granetas negras.

**QUE'U TRÒBAN** pertot sus las arribas e cantèras, dens las tèrras perdudas e las roeinas dinc a 1600 m.

**QUE L'EMPLEGAN** en infusion de flors contra lo raumàs, la gripa e lo còp de hred, en cataplasma contra los problèmas de pèth e las afeccions oculàrias. Las soas granetas que serveishen a har confituras, a aromatizar vin e lo lor shuc que podè remplaçar la tinta, o tintar esclòps e mòbles.

4 Bord de chamin

5 Sous-bois

En laboratòri, lo son medòth qu'ei utilizat dens las preparacions microscopicas.



7 Pente herbeuse ensoleillée

# Le Tamier

*Tamus communis* L. ( *Dioscoréacées* )

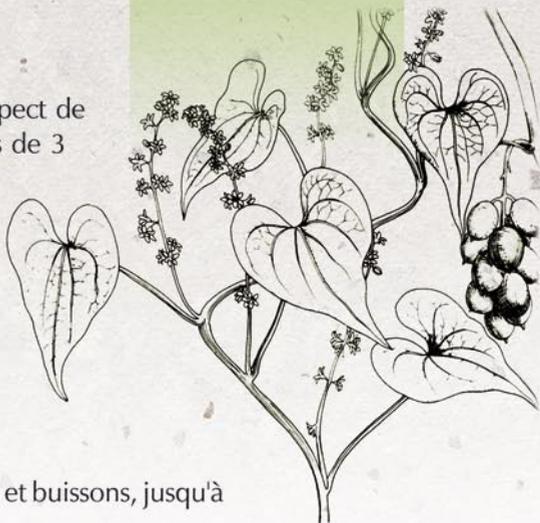
4

Bord de chemin

5

Sous-bois

**ON LE RECONNAÎT** à son aspect de liane très longue, souvent plus de 3 m, à ses pousses en forme d'asperges recourbées (printemps), à ses feuilles luisantes en forme de cœur et ses très petites fleurs (été), et enfin à ses petits fruits rouges en grappes (automne).



**ON LE TROUVE** dans les haies et buissons, jusqu'à 1600 m.

**ON L'UTILISE** contre la douleur dans les cas d'**arthrose**, de **rhumatisme** ou de contusion : on prépare des cataplasmes de racines hachées ou râpées, on en frictionne les parties endolories. Les jeunes pousses encore tendres, les *responsous*, se mangent comme des asperges (amères !) en Ossau



**AUTRE NOM FRANÇAIS :**  
herbe aux femmes  
battues



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Vinha blanca**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Bigne blangue**

## La Vinha blanca

*Tamus communis* L. (*Dioscoréacéas*)

4

Bord de chemin

5

Sous-bois

**QUE LA CONEISHEN** au son aspècte de liana hèra longa, sovent mei de 3 m, a las soas tiras en forma d'espargas croshidas (primtemps), a las soas huelhas lusentas en forma de còr e a las soas floretòtas (estiu), e enfin aus sons frutòts arrois en gaspas (abòr).

**QUE LA TRÒBAN** dens los plèishs e las pleishagas, dinc a 1600 m.

**QUE L'EMPLEGAN** contra las dolors de l'**artròsi**, de **raumatisme** o de macs : qu'aprèstan cataplasmas d'arraditz esmicotadas o arraspadas o ne hregan las parts endololentidas. Las joenas tiras enquèra tendras, los reponchons, que's minjan com espargas (amaras !) en Aussau.



# La Gentiane jaune

*Gentiana lutea* L. ( *Gentianacées* )

X  
Hors sentier

**ON LA RECONNAÎT** à sa hampe robuste et élevée, à ses larges feuilles ovales et opposées et à ses fleurs d'un jaune brillant. Elle a une épaisse racine pivotante.

**ON LA TROUVE** dans les pelouses, les pâturages, en lisière de hêtraie. Elle fleurit de 800 m à 2200 m entre juin et août. Vous ne la verrez pas sur ce sentier mais elle pousse au-dessus, en haut de la Montagne verte.

**ON L'UTILISE** en cure dépurative de printemps (7 à 20 jours). Sa racine, récoltée en fin d'été, est coupée en rondelles ou en petits cubes, puis séchée.

On en met quelques morceaux à tremper dans l'eau froide le soir et on boit cette macération le matin à jeun.

On dit de cette préparation qu'elle « purge », qu'elle purifie et liquéfie le sang.



Elle est aussi tonique : c'est un bon remuant, qui donne un coup de fouet à l'organisme.

Macérée dans l'alcool, elle donne un apéritif.

En décoction, elle est digestive.



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Gençana, Hinçana**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Gençane, Hinçane**

# La Gençana

*Gentiana lutea* L. (*Gentianacèas*)

X

Hors sentier

**QUE LA CONEISHEN** a la soa cama hòrta e longa, a las soas huelhas largas, ovas e opausadas e a las soas flors d'un jaune lusent. Qu'a ua arraditz espessa qui vira.

**QUE LA TRÒBAN** capvath los pelencs, los peisheders, per las cantèras deus hagets. Que floreish de 800m dinc a 2200m enter junh e aost. Non vederatz pas sus aqueth sendèr mes que creish au-delà, a haut de la Montanha verda.



**QUE L'EMPLEGAN** en cura depurativa de primtemps (7 a 20 dias). La soa arraditz, cuelhuda en fin d'estiu, qu'ei talhucada en rondèlas o en cubets, puish secada. Que'n hican quauques tròç a trempar hens l'aiga hreda lo ser e que

beven aquera maceracion lo matin dejun. Que disen d'aquera preparacion de que « purga », que purifica e liquefica lo sang. Qu'ei tanben tonica : qu'ei un bon arrevicolant, qui da ua segotidà au còrs.

Macerada dens l'alcòl, que hè un aperitiu.

En decoccion, qu'ei digestiva.



# L'Immortelle

*Leontopodium alpinum* Cass. (Asteracées)

X

Hors sentier

**ON LA RECONNAÎT** à ses fleurs blanches et cotonneuses en forme d'étoile. En réalité, ces faux pétales sont des feuilles entourant les vraies fleurs, tubuleuses et jaunes, qui semblent constituer le « cœur ». C'est la plus connue des plantes de montagne et son nom allemand « **Edelweiss** » est universellement utilisé. C'est un des rares noms « hors latin » que l'on trouve dans l'herbier personnel de Pierre Gaston-Sacaze.

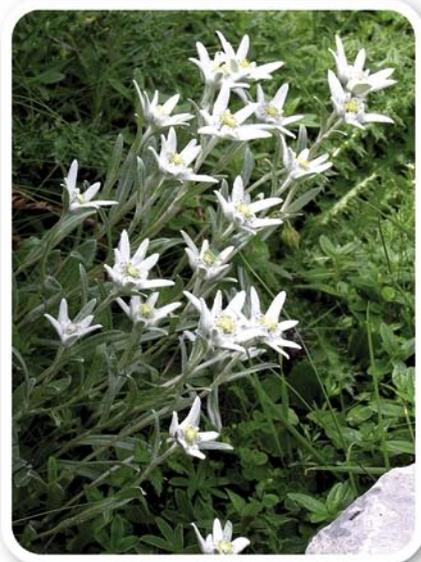
**ON LA TROUVE** de juillet à l'automne, dans les pâturages et les rochers calcaires à une altitude de 1000 à 2500 m. Vous pourrez l'admirer sur les pentes du Pic de Ger.

**ON L'UTILISE** depuis longtemps comme souvenir de haute montagne. Sa propriété à se conserver lui vaut d'être cueillie pour constituer des bouquets secs.

Déjà mise en avant dans des textes béarnais du XVIII<sup>e</sup> en tant que symbole de l'amour éternel, on continue aujourd'hui à la ramasser : dans la tradition ossaloise, les jeunes organisateurs la distribuent à la population à l'occasion des fêtes locales. La générosité des habitants leur sert alors à financer une partie des festivités.

**ON LA PROTÈGE** dans notre pays en Isère, et plus près de nous en Espagne, ce qui ne doit pas nous empêcher de la respecter partout ailleurs.

**AUTRES NOMS FRANÇAIS** : Edelweiss (noble blanc, en allemand), Pied de lion, Etoile d'argent, Immortelle des Alpes.



Bearnés d'Aussau,  
grafia classica :

**Immortèla**

Bearnés d'Aussau,  
grafia febusiane :

**Immourtèle**

# L'Immortèla

*Leontopodium alpinum* Cass. (**Asteracèas**)

X

Hors sentier

**QUE LA CONEISHEN** a las soas flors blancas e cotoadas d'estelas. En realitat, aqueths faus petales que son huelhas entornejant las flors vertadèras, tubularas e jaunas, qui semblan de constituir lo « còr ». Qu'ei la mei coneishuda de las plantas de montanha e lo son nom alemand « **Edelweiss** » qu'ei universaument utilizat. Qu'ei un deus rares noms « hòra deu latin » qui's tròba dens l'erbari personau de Pierrine Gaston Sacaze.

**QUE LA TRÒBAN** de julhet diñc a l'abòr, dens los peisheders e arròcas calcàrias enter 1000 e 2500 mètres l'altitud. Que la podetz admirar suus penents deu Pic deu Gèr.

**QUE L'EMPLEGAN** despuish hèra com sovier de hauta montanha. La soa propietat a conservà's que'u vau despuish d'estar amassada entà har flòcs deus secs. Dejà avalorada dens tèxtes bearnés deu sègle XVIII au com simbèu de l'amor etèrne, lo monde que continuan uei enqüèra a l'amassar : segon ua tradicion aussalesa, los joens organizators que la dan a la populacion au parat de las hèstas loacas. La generositat deus poblants que'us serveish lavetz a finançar ua partida de las hèstas.

**Non l'emparan pas sonque capvath** Isère (38), çò qui'ns deu pas har empach tà l'arrespetcar pertot.



# Le Grémil de Gaston

*Lithospermum gastonii* Benth. (*Boraginacées*)

X  
Hors sentier

**DÉCOUVERT PAR** Pierrine Gaston-Sacaze en 1836, c'est le botaniste anglais George Bentham qui lui donna ce nom en 1838 en hommage à son véritable découvreur. Officiellement décrit par Augustin-Pyramus de Candolle avant sa mort, vers 1840, il intégra la flore française en 1846.

**ON LE RECONNAÎT** à ses tiges simples dressées, de 30 cm au plus, couvertes de feuilles lancéolées vert foncé, coriaces et velues, qui forment une couronne autour de l'inflorescence. Ses fleurs s'épanouissent les unes après les autres à l'extrémité des tiges et arborent une belle couleur bleu intense.

**ON LE TROUVE** difficilement du fait de sa rareté. Il occupe souvent de petites stations (d'une superficie de 2 m<sup>2</sup>), parfois distantes entre elles de plusieurs kilomètres. Son habitat se situe dans les zones calcaires, entre 1600 et 2200 m. Rare, endémique des Pyrénées occidentales, il peut en vallée d'Ossau s'admirer dans le secteur du Pic de Ger.

**ON LE PROTÈGE** à l'échelon national depuis 1982.

Vous pourrez donc simplement l'admirer ou le photographier.



# L'Èrba de la catla de Gaston

*Lithospermum gastonii* Benth. (*Boraginacèas*)

X  
Hors sentier

**DESCOBÈRT PER** Pierrine Gaston-Sacaze en 1836, qu'ei lo botanista anglés George Bentham qui'u balhè aqueth nom en 1838 en aumenatge au son vertadèr descobridor. Oficiaument descrit per Augustin-Pyramus de Candolle abans la soa despartida, de cap a 1840, qu'integrè la flòra francesa en 1846.

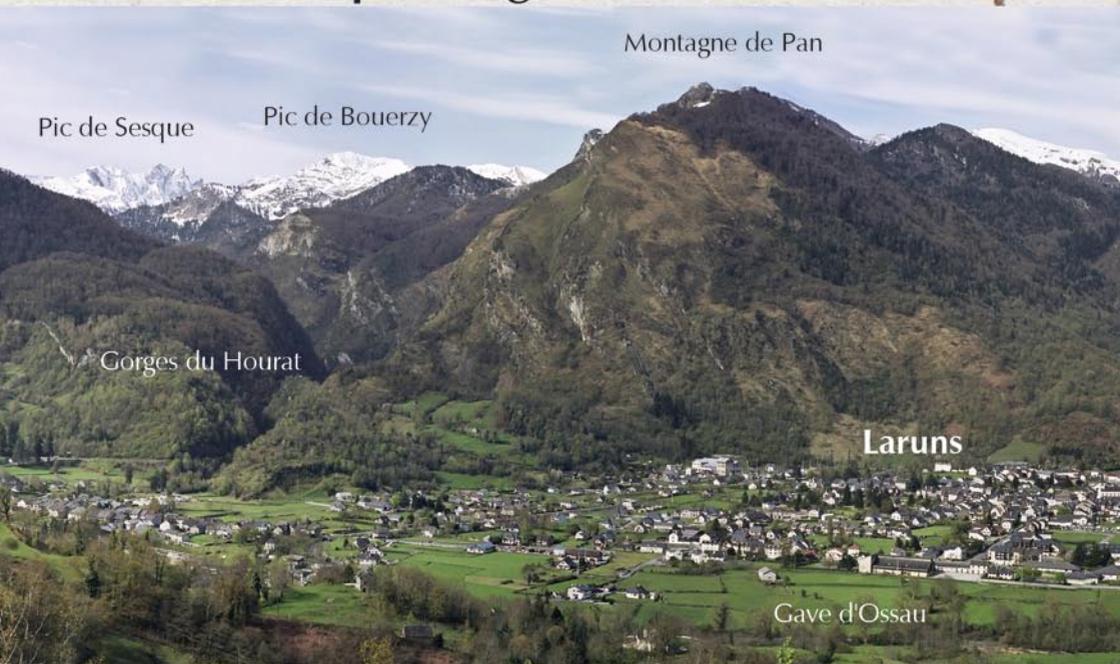
**QUE'U CONEISHEN** a las soas tiras simplas quilhadas, de 30 cm au mei, cobèrtas de huelhas lanceoladas verd espés, coriàcias e peludas, qui forman ua coroa a l'entorn de l'inflorescència. Las soas flors que florejan las uas après las autas au cap de las tiras e que quilhan ua beròja color blu intense.

**MAU QUE LA TRÒBAN** per'mor la soa raretat. Qu'aucupa sovent petitas pausadas (d'ua superficia de 2 m<sup>2</sup>), a còps luenhècas enter eras de mantuns quilomètres. Lo son abitat que s'està capvath zònas calcàrias, enter 1600 e 2200 m. Rara, endemica deus Pirenèus occidentaus, que's pòt admirar en vath d'Aussau dens lo parçan deu Pic deu Gèr.

**Que l'emparan** au nivèu nacionau despuish 1982. Qu'ei inscrit dens lo Libe Arroï de las espècias miaçadas de França. Que la poderatz tot simplement admirar-la o fotografiar-la.



# Panorama depuis Bagès



La vue depuis Bagès domine la vallée d'Ossau d'orientation Sud-Nord. Le Gave d'Ossau entaille la chaîne pyrénéenne et montre au premier plan une série de reliefs qui culminent vers 1700 m (Cinq Monts, Sentinelle, Montagne de Pan) et au second plan des sommets enneigés qui atteignent plus de 2000 m d'altitude.

Le relief résulte de l'érosion qui attaque la roche, transporte les matériaux arrachés et les dépose plus loin. Les formes du relief dépendent principalement de la structure géologique et du climat.

Les reliefs de ce paysage sont constitués de roches, qui se sont formées à l'ère primaire et font partie de l'ossature ancienne de la chaîne pyrénéenne. Elles sont constituées de calcaires et grès, roches dures, plus résistantes à l'érosion, qui correspondent aux sommets calcaires de la Sentinelle, de la Montagne de Pan ou du Pic de Sesque. On y trouve également des argilites et des schistes beaucoup plus tendres et sensibles à l'érosion comme dans le ravin de Sieste ou le vallon de l'Arrioutort. Le massif des Cinq Monts est constitué par une alternance de bancs calcaires durs et de schistes tendres qui se traduit dans le paysage par la succession de zones en relief et en creux.

Le climat actuel, mais aussi les climats anciens, sont responsables du modelé actuel de ce paysage. Les traces du climat glaciaire sont encore bien visibles au niveau de la vallée du Gave d'Ossau. Au Nord, dans la région de Laruns, la vallée est très large par rapport au cours du gave actuel, à fond plat, avec des versants très raides. La section de

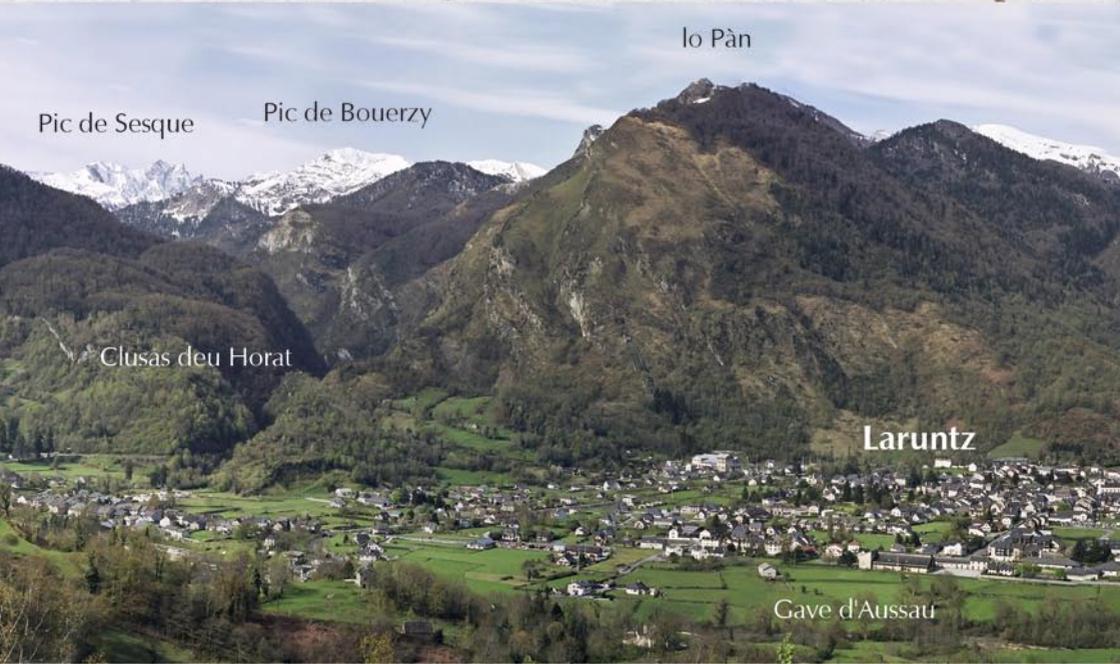


la vallée en forme de U, marque le passage d'une ancienne langue glaciaire. Au Sud, la vallée du gave d'Ossau devient très étroite au niveau des gorges du Hourat et présente une section en V, caractéristique du climat tempéré où les eaux ruissellent le long des versants. L'étroitesse de la vallée à cet endroit est cependant en partie une relique des périodes glaciaires, car elle correspond sans doute à un ancien torrent sous glaciaire qui a servi de gorge de raccordement entre les zones les plus hautes, encore couvertes de glaces, et la basse vallée d'Ossau.

Le bourg de Laruns est construit sur le cône de déjection, c'est-à-dire sur la zone d'accumulation des matériaux apportés par le torrent de l'Arrieussé issu de la confluence du ravin de Sieste et du ruisseau de l'Arrioutort qui ont érodé les terrains relativement tendres qu'ils traversent. Au nord de Laruns, au pied du massif des Cinq Monts, s'accumulent les débris de glissements et de coulées issus des zones hautes, très pentues, où une importante cicatrice d'érosion atteste de la disparition des roches initiales. La sagesse populaire le sait, car il n'y a pratiquement pas de constructions sur cette zone instable.

Ce paysage n'est pas figé et continue à évoluer, essentiellement sous l'action de l'eau. Le système torrentiel de l'Arrieussé au-dessus de Laruns, est encore actif de nos jours. La force du courant du Gave d'Ossau continue à éroder lors de son passage dans les gorges du Hourat, mais son cours, beaucoup plus calme dès que la vallée s'élargit, permet le dépôt d'alluvions et la formation de méandres.

# Bèra vista deu Bagès estant



La vista deu Bagès estant que dauneja la vath d'Aussau, dens l'èish Sud-Nòrd. Lo gave d'Aussau qu'entalha la cordilhèra pirenenca e que muisha a l'endavant ua seguida de relhèus qui culminan de cap a 1700 m (Semont, Sentinèla, Montanha de Pan) e au darrèr soms ennevatats qui arriban a mei de 2000 m d'altituda.

Lo relhèu que resulta de l'erosion qui ataca l'arròca, qui carreja los materiaus desarrigats e qui'us dèisha mei enlà. Las formas deu relhèu que depènen màgerment de l'estructura geologica e deu climat.

Los relhèus d'aqueth paisatge que son hèits d'arròcas, qui's formèn aus temps primaris e qui hèn partida de l'estructura anciana de la cordilhèra pireneana. Que son constituïdas de calcaris e cres, arròcas de las duras de la Montanha Pan o deu Pic de Sèscas. Que s'i tròban tanben argilitis e sistres hèra mei ténhers e sensibles a l'erosion com dens la galihèrna de Sieste o la vath de l'Arriutòrt. Lo massis deus Cinc Monts qu'ei hèit d'ua alternança de bancs calcaris durs e sistres ténhers qui's veden dens lo paisatge per ua seguida d'olas en relhèu e en cau.

Lo climat de uei en dia, mes tanben los climats ancians, que son responsables deu modelat actuau d'aqueth paisatge. Las traças deu climat glaciari que son enqüèra plan vededers au nivèu de la vath deu Gave d'Aussau. Au Nòrd, dens la region de Laruntz, la vath qu'ei hèra larga au par deu briu deu gave actuau, a hons planèr, dab penents arrabents. La part de la vath en forma de U, que marca lo pas d'ua anciana



lenga glaciària. Au Sud, la vath deu gave d'Aussau que vad hèra estreta au nivèu de las gòrjas deu Horat e que presenta ua seccion en V, caracteristica deu climat temperat on las aigas, relíquia de las tempsadas glaciàrias, per'mor que correspon bessè a ua anciana chorrèra sost-glaciària qui serví de gòrja de connexion enter las zònas mei hautas, enqüèra cobèrtas de glaç, e la vath baisha d'Aussau.

Lo borg de Laruntz qu'ei bastit sus un còne de dejeccion, qu'ei a díser sus la zòna d'acumulacion deus materiaus portats per la chorrèra de l'Arriusec, vadut de la confluéncia de la galihèrna de Sieste e de l'Arriutòrt qui s'arrodè los terrenhs relativament ténhers qui's trauca. Au nòrd de Laruntz, au pè deu massís de Semont, que s'apièlan los peiris d'esbonits de tèrra vaduts de las zònas hautas, hèra en penent, on ua màger cicatriça d'erosion que testimonia de la desaparicion de las arròcas prumèras. La sapiença populara qu'ac sap, per'mor n'i a quasiment pas construccions sus aquera zòna instabla.

Aqueth paisatge n'ei pas tancat e que continua a evoluar, màgerment devath l'accion de l'aiga. Lo sistèma torrenciau de l'Arriusec capsús de Laruntz, qu'ei enqüèra uei lo dia actiu. La fòrça deu briu deu Gave d'Aussau que continua s'arrodar, quan passa dens las gòrjas deu Horat, mes lo son briu, hèra mei calme tanlèu la vath e s'alarga, que permet le depòst d'alluvions e la formacion de retortelhs.

## • REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui nous ont aidés dans la réalisation de ce livret, et plus particulièrement :

**Marcel Saule, botaniste et auteur de « La grande flore illustrée des Pyrénées »,** qui nous a autorisés à publier ses remarquables dessins,

**Raphaële Garreta, ethnobotaniste au Conservatoire Botanique Pyrénéen (Bagnères de Bigorre)** pour la correction et la validation des textes sur l'usage des plantes,

**Dominique et Raymond Cussey, géologues,** auteurs de la photographie panoramique et du texte qui l'accompagne,

et **Charles Gerbet, responsable du secteur de la vallée d'Ossau au Parc National des Pyrénées,** pour son prêt de documents et ses conseils.

## • BIBLIOGRAPHIE

**Pierrine Gaston-Sacaze :** herbiers et correspondance (1830/1893)

**Jeanne Soust :** Herbes, drogues et ...potingas, 2000, Association Mémoire Collective en Béarn n° 3

**Parc national des Pyrénées et Conservatoire botanique pyrénéen :**

Les savoirs populaires relatifs aux plantes médicinales dans les Pyrénées centrales (Rapport d'enquête de 1999)

**Marcel Saule :** La grande flore illustrée des Pyrénées, 1991, Randonnées pyrénéennes, Editions Milan

**Bernard Bertrand :** L'herbier oublié, 2005, Editions Plume de carotte

**Marie-Claude Paume :** Sauvages mais comestibles, 2005, Edisud

**Maurice Mességué :** Mon herbier de santé, 1992, Robert Laffont

**Simin Palay :** Plantes communes de la région centrale des Pyrénées avec leurs noms français, latins et gascon-béarnais, 1933, Bulletin de la société Palassou

**Paul Oury :** Encyclopédie des plantes et fleurs médicinales, 1984, Editions Alliance

**Paul Hariot :** Atlas colorié des plantes médicinales, 1909, Paul Hariot

**Jean Palaiseul :** Nos grands-mères savaient, 1972, Robert Laffont

**Dessins botaniques :** Marcel Saule

**Clichés :** Dany Roussel

**Photo panoramique :** Dominique et Raymond Cussey





Amoureux de la nature, ce livret vous est destiné.

Mettez-le dans votre poche ou votre sac à dos et prenez la direction du vieux chemin de Béost à Bagès pour une balade tranquille d'une petite heure. Il vous aidera à **découvrir les plantes**, qui font la richesse de nos sentiers mais également à **connaître leurs usages d'antan et d'aujourd'hui**.

A votre arrivée à Bagès, vous pourrez flâner tout en admirant le paysage dont les secrets géomorphologiques vous seront dévoilés dans les dernières pages.

Nos partenaires :



Les Pyrénées  
Parc National



BÉOST  
64440



Deuxième édition, augmentée et corrigée en 2013.

Édité par l'Association Pierrine Gaston-Sacaze

Mairie de Béost - 64440 BÉOST

Impressions-Services - 05 59 72 56 86

Mise en page : J.L. Gergerès 05 59 71 00 29

ISBN 978-2-7466-0689-0

Dépôt légal Avril 2009

5 €