



Photo 1 - Inauguration de la nouvelle scénographie par les élus locaux

## LE MOT DU PRÉSIDENT

Voilà, nous avons retrouvé un début d'année que nous pourrions qualifier de normal. En effet, après deux années d'épisode Covid et ses lots d'inquiétudes et d'incertitudes, nous retrouvons une programmation plus sereine avec des visites d'entreprises de la filière PPAM, des herborisations et autres activités.

Toutefois, rien n'est comme avant. Beaucoup de choses ont évolué. En particulier, notre conseil d'administration s'est étoffé atteignant le nombre de 12 administrateurs, donnant ainsi une nouvelle impulsion. Sous cette impulsion, nos outils de communication, datant de 2012, font actuellement l'objet d'une mise à jour, intégrant la nouvelle dénomination de l'association, le nouveau site internet... Merci à tous les membres pour leur dévouement.

Par ailleurs, nos efforts pour augmenter le nombre d'adhésions semblent porter leurs fruits puisque depuis le dernier appel à cotisation en mars, sur 49 adhésions que compte actuellement l'association, le quart sont des nouvelles. C'est bien, c'est encourageant.

### AU SOMMAIRE

SORTIES DES AMIS

NOUVELLES DE L'ASSOCIATION

LA PLANTE DU MOIS

L'ANTRE DE L'HERBORISTE

AUPRÈS DE MON ARBRE

LE COIN DU JARDINIER

LES PLANTES ET L'ART

HISTOIRE DES PLANTES

LE COIN DES ADHÉRENTS

ANNEXES



Photo 2 - Nouveau droguier du Jardin  
Camifolia

## Sortie des Amis



Photo 3 - Les Amis du Jardin chez Jérôme Allain

### Visite "Le cultivateur en herbe" chez Jérôme Allain à Saint Germain des Prés (49)

Le dimanche 23 avril dernier, bien que le temps était froid et menaçant, nous avons réalisé notre première sortie de l'année. Nous étions une quinzaine à être accueillis chaleureusement par Jérôme ALLAIN sur son exploitation agricole de plantes médicinales.

Jérôme a un parcours atypique. À l'issue de son diplôme d'ingénieur agricole, il aurait pu exercer dans un organisme agricole ou une coopérative. Non ! il a préféré être producteur. Après une tentative d'élevage de lapins, il a finalement opté pour la production de plantes médicinales sur une petite exploitation avec la particularité de produire en bio et d'aller vendre sa production au détail sur les marchés.

Jérôme, c'est un chercheur qui aime expérimenter. Nous l'avons découvert lors de notre cheminement sur ses parcelles de culture. Pour vaincre les mauvaises herbes, il n'hésite pas adapter le mode cultural. Pour installer ses plantations, il recherche de nouveaux matériels appropriés. Nous lui souhaitons beaucoup de succès.

Prochaine visite : le dimanche 11 septembre, Promoplantes à Chanzeaux, une autre type d'exploitation



Photo 4 - Jérôme Allain en pleine explication technique

# Nouvelles de l'Association

## L'association investit avec l'aide de Chemillé-en-Anjou

Cette année et contrairement aux années précédentes, les Amis du Jardin Camifolia ont sollicité une subvention de 600 € auprès de la Mairie de Chemillé-en-Anjou. Celle-ci nous a été accordée. Nous remercions la municipalité.

Cette subvention va nous permettre de rénover nos outils de communication devenus obsolètes au fil du temps (flyers et roll-up), mais aussi d'acquérir des outils de botanique utiles lors de nos herborisations, ou sur notre stand lors d'événements grand public au Jardin Camifolia.

Dors et déjà, l'acquisition de flores, de loupe botanique, d'objectifs macro portables a été réalisée. Ceux-ci seront présentés lors de la soirée adhérents le 23 septembre prochain.

## Projet centre de formation

Lors de notre Assemblée Générale le 4 mars dernier, nous avons affirmé notre souhait que le Jardin Camifolia se dote d'un « centre de formation sur les plantes médicinales et ses bienfaits ». Conscients de l'importance de cette entreprise que représente la mise en œuvre et le fonctionnement d'un tel centre, nous avons fixé comme objectif dans un premier temps, d'approfondir notre réflexion et d'élaborer un document présentable à la commission Jardin Camifolia pour la fin de l'année.

Le 8 juin dernier, le groupe de travail défini à cet effet et animé par Frédéric Michenet s'est réuni en vision conférence. Au final, nous avons défini 4 thématiques : botanique, herboristerie, phytothérapie et réglementation. Sur chaque thématique, nous allons travailler sur le contenu, le public, les intervenants, les dates, le format et le coût. Le groupe est ouvert à toutes vos suggestions.

## Implication de notre association dans l'ENS Vallée de l'Hyrôme

Les Amis du Jardin Camifolia ont co-animé une action « Plantes sauvages et utilités » organisée dans le cadre du plan de gestion de « l'Espace Naturel Sensible » (ENS) qu'est la vallée de l'Hyrôme. Ainsi Philippe Gallotte accompagné de Thomas Dérussé, cueilleur nature et conseiller environnement à Horizon Bocage ont livré des clés d'identification d'une vingtaine de plantes et leur famille botanique, ainsi que des éléments relatifs à leurs utilités et bienfaits lors d'une balade dans la Coulée verte à une vingtaine de personnes. Cette opération devrait être reconduite en 2023.



Photo 5 - Vue sur l'étang du jardin

## Bénévolat des Amis du Jardin Camifolia

Au 1er mai, le grand rush au Jardin Camifolia : plus de 5 000 visiteurs sont passés au jardin pour acheter des plantes ou découvrir la nouvelle scénographie avec son entrée par le « bas ». Les bénévoles de l'association étaient aussi au rendez-vous et ont largement contribué à la réussite de la journée. Nous étions 17 à assister les animateurs du Jardin, pour le comptage des visiteurs, le jardin gourmand, la gestion du buffet ou encore les services rendus aux exposants... Nous espérons qu'une réunion de bilan avec le Jardin Camifolia sera programmée pour échanger et améliorer encore notre collaboration.

Pour rappel, le programme à venir [est disponible ici](#).

# Nouvelles de la filière PPAM

## Journée portes ouvertes à l'ITEIPMAI

Le 30 juin, l'ITEIPMAI ouvre ses portes. Ce sera un moment privilégié pour découvrir cet institut national spécialisé dans la recherche agronomique sur les plantes à parfum, aromatiques et médicinales, basé à Chemillé-en-Anjou. Outre la visite des parcelles d'essais, cela sera l'occasion de visiter le laboratoire de phytochimie, le pôle de biologie moléculaire et le centre documentaire.

Il est nécessaire de s'inscrire préalablement ([cliquez ici](#)).

## Les dernières infos filière publiées par FranceAgriMer

La dernière lettre d'information de l'ITEIPMAI signale la mise en ligne de deux documents de FranceAgriMer relatif à la production des plantes à parfum, aromatiques et médicinales en France à savoir :

- [Une fiche filière PPAM](#) datant de janvier 2022 et faisant mention des 67 500 ha de PPAM cultivés en France. Cette fiche permet de faire découvrir la filière en résumant les principales informations à connaître en 2 pages.
- [La conjoncture PPAM du mois de mars](#), qui donne des indications sur la production en France à partir des premiers résultats issus du Recensement Agricole, ainsi que des informations sur la situation des marchés et le commerce extérieur.

Ces documents sont téléchargeables en ligne (cliquer sur les liens soulignés).

# La plante du mois : la camomille romaine... ou chemilloise ?

Que serait Chemillé sans sa camomille, grande et belle dame au noble pompon que bon nombre de grands-pères et grands-mères ont récolté étant enfants... Partons ensemble à sa rencontre, loin de l'Italie !

## Un peu de latin

La camomille romaine possède 2 petits noms latins :

- *Anthemis nobilis* L. (ancien nom)
- *Chamaemelum nobile* (L.) All. (nom retenu aujourd'hui)

*Anthemis* vient du grec *ánthos* et signifie fleur. Bon, oui, c'est logique !

*Chamaemelum* vient également du grec, par la racine *kamaī* - terre, nain, et *mêlon* - pomme (odeur de la plante selon Pline, mais c'est assez vrai).

Et pour *nobilis*, c'est tout simplement noble en latin - par opposition à "sauvage et vulgaire" dans le sens où elle est cultivée.

À noter également que, bien que romaine, la camomille pousse plutôt sur la côte Atlantique. Il s'agit du nom que lui a donné Joachim Camerarius le Jeune (un médecin botaniste allemand) lorsqu'il l'a redécouverte à Rome en 1588. Elle a ensuite été introduite en Anjou dans les années 1840.

## Carte d'identité

Plante de la famille des Asteracées, la camomille romaine est une plante vivace de 30 à 40 cm de haut qui développe des tiges d'abord rampantes, puis dressées avec des racines adventives.

Les feuilles sont alternes, finement divisées en lobes courts, étroits et aigus au sommet.

L'inflorescence est un capitule solitaire à l'extrémité des rameaux, composé de fleurs tubulaires blanches. Le réceptacle est convexe et pourvu de petites écailles, à la différence des matricaires.

La floraison de la camomille s'étale de juillet à octobre.

À noter que celle que nous retrouvons sur les étales d'herboristerie est une version cultivée et stérile : la variété dite Flore pleno. La version sauvage, qui produit des graines, est légèrement différente et s'apparente à la matricaire ou camomille allemande (*Matricaria recutita* L.).

La différence entre les deux espèces se fait surtout à la forme du capitule (bombé chez la matricaire), au port (dressé chez la matricaire), aux écailles (comme mentionné plus haut), à l'odeur (de pomme chez la camomille romaine) et à la cavité que l'on observe au cœur du capitule de la matricaire lorsqu'on coupe une fleur en 2 parties.



Photo 6 - Camomille romaine à fleurs doubles

## L'inviter au jardin

La camomille romaine préfère les sols sains et craint les excès d'eau en hiver et les sécheresses d'été.

À partir de septembre, au centre d'une vieille souche, de jeunes rameaux se développent et émettent des racines adventives. Ces marcottes sont prélevées d'octobre à mars, peuvent être rassemblées par 3 ou 4 plants et repiquées de suite. À noter que la camomille romaine à fleurs simples, fertile, se multiplie aisément par semis.

La camomille craint les périodes de sécheresse prolongée. Aussi des irrigations sont nécessaires. Elles favorisent la floraison et permettent des « têtes » plus grosses.

Début juin, un phénomène d'affaiblissement des plantes, s'apparentant à un stress hydrique, pouvant causer un dépérissement total de la plante, est observé certaines années. Une mouche mineuse des tiges, repérable par la présence de larves et de pupes dans les tiges en mai-juin, a été identifiée comme étant *Napomyza lateralis*. En cas de fortes attaques, il est conseillé d'irriguer abondamment afin que la plante puisse réémettre des racines.

## Récolter & sécher la plante

La récolte manuelle des capitules s'échelonne tout l'été, de la mi-juillet jusqu'à début septembre, en 5 à 6 cueillettes (tous les 10 jours), à maturité, lorsque l'ensemble des fleurs du réceptacle est épanoui. Il est conseillé de récolter par temps sec, généralement l'après-midi. Un cueilleur rapide peut récolter 3 à 4 kg de fleurs fraîches /heure.



Photo 7 - Camomille romaine à fleurs simples

L'huile essentielle est obtenue à partir des sommités fleuries fraîches (10 à 15 cm de haut), généralement à une date précoce (dernière décade de juillet), lorsque la plante présente encore de nombreux boutons floraux.

Après récolte, les capitules sont immédiatement mis à sécher pour conserver leur couleur blanche. Un endroit aéré et une température d'environ 40° C sont nécessaires. Il faut 4 à 5 kg de capitules frais pour obtenir 1 kg de capitules secs. 1 ha produit environ 0,8 tonne à 1,2 tonne. La teneur en huile essentielle est de 0,15 à 0,20 % sur les sommités fraîches.

## Un peu de chimie

La plante, outre sa teneur en huiles essentielles, contient divers principes actifs :

- Lactones sesquiterpéniques (ou principes amers) : germacranolides, guaianolides, nobiline...
- Flavonoïdes : apigénine, anthémocide, apiine, lutéoline
- Dérivés polyacétyléniques
- Composés phénoliques : acide trans-caféique, acide férulique
- Huile essentielle : angélate d'isobutyle, angélate d'isoamyle, myrténol, alpha-pinène, camphène...

## Les usages médicaux

Que ce soit sous forme double ou simple, la camomille romaine est employée depuis très longtemps en herboristerie. Voici un survol de ses principales actions thérapeutiques :

- Tonique amer ou digestif
- Calmante des migraines (liées à des repas gras ou lourds)
- Antispasmodique digestive
- Antineuséeuse (lié à des excès alimentaires)
- Calmante du système nerveux

Mais aussi :

- Emménagogue (troubles menstruels liés à un tempérament nerveux)
- Antalgique
- Anti-inflammatoire (notamment pour les yeux)

La plante se prend principalement en infusion, teinture-mère et poudre. Pour une action sur les spasmes digestifs, à prendre après le repas, pour une action tonique digestive, à prendre 10 min avant le repas.

**Infusion :** 5 à 10 têtes séchées par tasse, infuser 5 à 7 min dans une eau à 80° C. Filtrer et boire, avec un peu de miel si on le souhaite (ajouter le miel quand l'infusion est tiède pour ne pas le dénaturer).

**Teinture :** 40 à 60 gouttes dans 1/4 de verre d'eau, avant ou après le repas (voir plus haut), 1 à 3 fois par jour selon la situation.

**Poudre :** 2 à 10 g de poudre de fleurs passées au moulin à café, filtrée et mélangée à du miel. 2 à 10 g de poudre par jour, en 2 à 3 prises.

## Les contre-indications & interactions

La plante souffre de peu de contre-indications et peut être utilisée sans trop de problèmes au quotidien. Cependant, par prudence, les voici :

- Allergie aux Astéracées ;
- Prise en grande quantité ou dans des dosages trop concentrés, peut donner des nausées et vomissements.

À noter que l'usage de l'huile essentielle est très différente et ne saurait se résumer à ces indications.

Vous trouverez de plus amples informations sur les contre-indications, interactions et usages de la plante sur le site [Wikiphyto](#) et sur le [blog altheaprovence](#), tenu par l'herbaliste Christophe Bernard.

## L'antre de l'herboriste

Extrait de l'ouvrage de Marie Delmas : *Tisanes, remèdes et recettes d'autrefois*

### Vermouth revisité

- Ecorces d'oranges amères : 30 à 40 g
- Camomille romaine : 30 à 40 fleurs
- Sucre : 30 morceaux
- Vanille : 1 gousse
- Rhum : 1 verre à bordeaux
- Vin blanc sec ou vin rouge à 12° : 1 litre

Broyer les ingrédients secs et les placer dans un grand bocal. Couvrir avec le vin et le rhum, et laisser macérer 6 jours dans un endroit tempéré et abrité. À terme, filtrer, sucrer à nouveau au goût, et mettre en bouteille.

Se conserve facilement 1 an et se déguste glacé, de préférence 10 min avant le repas, pour profiter des effets apéritifs de l'orange amère et de la camomille.

Ne pas en abuser, il s'agit d'un remède !

### Sirop de camomille

Ce sirop est utile en cas de coliques venteuses.

Faire infuser 500 g de fleurs fraîches de camomille romaine dans 2 litres d'eau bouillante, à couvert, pendant 12 h. Bouillir à nouveau légèrement et filtrer en pressant. Ajouter 1,5 kg de sucre, enlever l'écume et faire cuire, à feu modéré, en consistance de sirop.

Mettre en bouteille stérilisée, et conserver au frigo pendant 3 mois.

Prendre le sirop à raison de 2 ou 3 cuillères à soupe par jour, entre les repas.

### Huile de camomille

Placer 100 g de fleurs de camomille romaine séchées dans un bocal et couvrir d'1 litre d'huile d'olive. Boucher et faire macérer au bain-marie pendant 2 heures. Filtrer, laisser déposer et décanter le dépôt, puis filtrer à nouveau si besoin.

S'utilise en massage contre les rhumatismes, les lombagos et les névralgies. Se conserver 3 ans à l'abri de la lumière et de la chaleur.



Photo 8 - Aquarelle de camomille romaine par Lydille

# Le coin du jardinier : Que faire de son été ?

Voici venu les temps des récoltes, après les mois de semis, repotages et repiquages ! Tout pousse à foison et commence à produire, le jardinier ne chôme pas, tout comme ses amies les abeilles qui butinent et ventilent les ruches.

## Les travaux d'été

Les récoltes de fèves avancent (ou se terminent), les petits pois donnent à plein régime, tout comme les salades, pommes de terre nouvelles, carottes... Sans oublier les fruits : fraises, framboises, cerises, cassis, myrtille et j'en passe. L'heure est donc venue de passer en cuisine pour préparer tartes, confitures, coulis et autres conserves pour en profiter tout l'été !

Pour les travaux du jardin : surveiller les arrosages, et pour cela, faire le tour du jardin tous les jours (même si vous avez un arrosage automatique, rien ne remplace l'œil du jardinier !). Manque d'eau (ou surplus), insectes, début de maladie... Il faut agir vite, le végétal a tôt fait de souffrir ! Et vite ne veut pas dire avec produit, pensez aux solutions naturelles.

### Niveau semis :

- Haricots verts (tous les 15 jours), selon votre consommation
- Concombres
- Courgettes
- Chicorées
- Carottes (pour automne-hiver)
- Choux
- Navets
- Radis
- Mâche (si pas trop chaud)
- Poireau (planter les plantules en pleine terre pour une récolte en automne-hiver)

Si une parcelle de jardin se trouve vide, pensez à semer un engrais vert. Le sol sera ainsi couvert et continuera son travail tranquillement.



Photo 9 - Serre et tomates en pleine production

## S'inspirer pour mieux jardiner

Pourquoi ne pas profiter de votre été ou de vos congés pour aller visiter les nombreux parcs et jardins de la région (ou d'ailleurs) ? C'est souvent l'occasion de faire de belles rencontres, découvrir de nouvelles plantes, apprendre des astuces de cultures, ou tout simplement se balader et profiter du paysage.

Voici quelques pistes :

- Les jardins de la Houssaye (Mauges-sur-Loire) : jardin en permaculture avec magnifique verrière ancienne et mandalas
- Les jardins du village de Chédigny (37) : seul village de France classé remarquable, véritable écrin de verdure aux effluves de roses
- Le jardin du château de Chaumont-sur-Loire (41) et son traditionnel Festival International des Jardins
- Le jardin du château de la Bourdaisière à Montlouis-sur-Loire (37) : conservatoire de la tomate, avec les 10 et 11 septembre, le festival de la tomate et des saveurs

Et si la chaleur vous empêche de sortir de chez vous, profitez-en pour lire quelques pépites :

- *Permaculture au jardin mois par mois* de Damien Dekarz
- *Éloge de la plante* de Francis Hallé
- *Les émotions cachées des plantes* de Didier van Cauwelaert

## *Les plantes et l'art : Le tilleul, entre mythes et pinceaux*



Photo 10 - Siegfried tuant Fafnir de Arthur Rackham

Le tilleul se retrouve dans bien des pans de notre histoire, tant sur le plan nourricier, que médicinal, mythologique ou artistique.

Ci-dessus, on peut observer le héros Siegfried terrassant le dragon Fafnir (légende des Nibelungen dans la mythologie germanique). Après son combat, le héros se baigna dans le sang du dragon, rendant sa peau dure comme de l'acier et le rendant invincible. Malheureusement pour lui, une feuille de tilleul se glissa dans son dos et empêcha le sang de couvrir cette zone. Bien des années plus tard, il fut atteint là par un javelot, ramenant ainsi à la terre ce héros invaincu.

Ci-dessous, c'est un tableau de Claude Monet qui attire notre regard. En effet, en 1813, la commune de Poissy (région Ile-de-France) décide d'aménager plusieurs lieux de promenades afin d'embellir les bords de Seine. Après des années d'attentes et de travaux, celles-ci seront finalement terminées en 1843, et c'est 40 ans plus tard que Claude Monet, célèbre peintre impressionniste, se décide à lui rendre hommage par son huile sur toile "Les Tilleuls à Poissy".

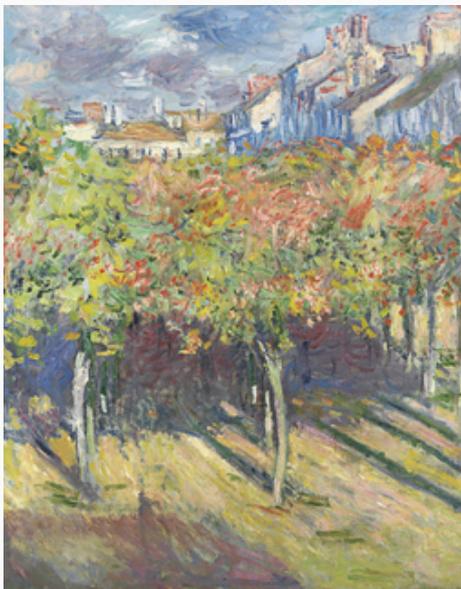


Photo 11 - Les tilleuls à Poissy, par Claude Monet

**Cette petite enfant croyait  
- Quand elle chantait toute seule  
  Dans le fond du jardin -  
  Que personne ne l'écoutait.  
  Mais elle oubliait le tilleul  
    À qui le vent prêtait  
    Sa longue flûte verte,  
  Le tilleul qui se croyait seul  
  Lui aussi au cœur de l'été.  
  Et les étoiles, sur le bord  
  Bleu du ciel, se penchaient si fort  
  Pour mieux les écouter  
  Qu'on les voyait tomber  
  Toutes luisantes par milliers.**

Maurice Carême, *L'enfant et le tilleul  
  Au clair de la lune*, 1997

# Auprès de mon arbre Tilleul, à l'ombre des rêves

C'est un arbre familier qui pousse à l'état sauvage un peu partout en France, et nos aïeux l'ont vénéré pour sa longévité. Les révolutionnaires l'avaient désigné arbre symbole de liberté au sein de nombreuses communes. Aux premiers jours de l'été, les promeneurs peuvent profiter de son ombre parfumée, promesse de doux remèdes pour les mauvais jours.



Photo 12 - Tilleul à petites fleurs, zoom sur les fleurs

## A l'origine du nom

Certains auteurs prétendent que l'étymologie du nom tilleul serait inconnue. Selon les sources, soit il viendrait du mot grec "tilos", soit du latin "lentus ou tilia", qui désignent le nom de cet arbre. Au treizième siècle, on l'appelait tilleul, et en ancien français, la teille ou tille désignait la partie fibreuse du bois utilisée pour tresser les cordages. Par extension, le teillage ou tillage des plantes textiles, comme le chanvre et le lin, est une opération visant à séparer les différentes composantes des tiges : écorce (tille), fibre (filament) et partie ligneuse (chênevotte).

C'est Carl von Linné, père de la nomenclature botanique qui nomma scientifiquement le tilleul. Il le nomma *Tilia europaea* L. :

- Tilia pour le genre
- europaea pour l'espèce
- L. pour le nom de son parrain, Linné, qui lui devait son propre nom.

En effet, tilleul se dit en suédois "lind". Ainsi, Linné donna-t-il un nom au tilleul, issu de son propre nom, bouclant ainsi la boucle... ou pas !

## Et niveau botanique

Le tilleul (genre *Tilia*) est un arbre au feuillage caduc de la famille des Tiliacées (ou des Malvacées selon la classification phylogénétique). Sa croissance est rapide, et il atteint des hauteurs variables selon les espèces : de 15 m pour les plus petits à 40 m pour les plus grands (25 mètres en moyenne). Plutôt large et imposant, il a besoin d'espace pour se développer correctement. En Europe, les espèces indigènes sont *Tilia cordata* Mill. (tilleul à petites feuilles) et *Tilia platyphyllos* Scop. (tilleul à grandes feuilles).



Photo 13 - Tilleul en fleur

Le tilleul était présent sur la planète bien avant le genre humain : des grains de pollen fossiles abandonnés ont été retrouvés dans de nombreux sédiments datant du paléocène, soit il y a soixante millions d'années.

Selon la classification phylogénétique, les tilleuls font partie de l'ordre des Malvacées. Les plantes de cet ordre, comme les baobabs, sont surtout présentes sous les tropiques, mais le tilleul, lui, n'est représenté que dans les régions tempérées de l'hémisphère nord.

En France, il y a deux espèces qui poussent à l'état sauvage dans nos forêts :

- *Tilia cordata* Mill. - appelé chez nous le tilleul à petites feuilles.
- *Tilia platyphyllos* Scop. - le tilleul à grandes feuilles.

Un autre tilleul est considéré comme indigène : le tilleul d'Europe (*Tilia x europaea* L.). Il serait un hybride naturel de *Tilia cordata* Mill. et *Tilia platyphyllos* Scop. et ne produit presque que des graines stériles.

Enfin, le tilleul argenté (*Tilia tomentosa* Moench) est la quatrième espèce fréquente chez nous bien qu'il soit originaire de Hongrie.

## Les classifications

La classification linnéenne : Carl von Linné (1707-1778), botaniste du roi de Suède, crée la base du système moderne de classification scientifique et codifie la nomenclature binominale des végétaux et des animaux. Ces deux groupes deviennent des règnes, végétal et animal. Sa classification des plantes basée sur le "système sexuel" (nombre d'étamines) divise les groupes naturels.

La classification phylogénétique : C'est une nouvelle méthode de classement scientifique des êtres vivants, fondée sur les notions d'évolution et de parenté génétique. Elle remplace la classification linnéenne précédemment utilisée, qui rapprochait parfois, des espèces proches d'aspect, mais éloignées génétiquement.

## Multiplication

Par semis : La graine immédiatement stratifiée, est prête pour être semée au printemps qui suit la maturité. La graine doit être semée sous une fine couche de sapinette, car si la terre qui les recouvre durcit suite à une pluie, le germe ne pourra percer la couche de terre. À cela, il faut ajouter la sensibilité du germe au gel, et donc la protection par sapinette.

Par greffage : En été, il est en généralement question de greffe en écusson ou de greffe en anglaise.



Photo 14 - Tilleul d'Ivory

*Tilleul de Grange Sauvaget, dit tilleul d'Ivory, Bracon (Jura).*

*Voici sans nul doute, un des plus vieux tilleuls de France ; c'est un arbre historique qui nous ramène à une époque où la Bourgogne n'était pas encore la France.*

*Ce tilleul a été planté à Bracon en 1477 pour célébrer le mariage de Marie de Bourgogne, fille de Charles le Téméraire, avec l'empereur Maximilien d'Autriche.*

*Il mesure 25 m de haut, pour 17 m de circonférence (chiffres de 2003).*

**Marcottage :** Très employé sur certaines espèces, notamment pour *Tilia europaea* L., qui ne porte que des graines stériles.

## Sylviculture

Le *Tilia cordata* L. est l'espèce la plus répandue dans nos forêts, mais le tilleul n'est pas sociable. À l'état spontané, il évite la compagnie de ses congénères.

Il représente 1 % du bois des feuillus. En effet, le tilleul comme beaucoup de choses de nos jours, n'a que l'intérêt de sa valeur commerciale. Or, son cours est bas, car son bois est un combustible médiocre, et n'est apprécié qu'en ébénisterie pour des sculptures et moulures.

## Phytothérapie

Le tilleul fête l'arrivée de l'été, par la douce odeur que dégagent ses fleurs, tant appréciée de nos amis pollinisateurs, dont les abeilles en sont fréquemment les représentantes.

Les fleurs contiennent une huile essentielle, à laquelle le farnesol communique son parfum agréable. Elles renferment également des glucosides flavoniques quercitrosides, du tanin protocatéchique et une quantité importante de mucilage.

L'écorce renferme des polyphénols et des coumarines.

Les fleurs sont utilisées en infusion, comme diaphorétique (qui régule la transpiration), antispasmodique (qui calme les crampes) et contre les catarrhes des voies respiratoires (accumulation excessive de mucus ou de mucosités épaisses dans les voies respiratoires). Elles calment et favorisent le sommeil, combattent le stress, les angoisses, ainsi que les palpitations d'origine nerveuses.

L'écorce s'emploie comme cholérétique, et l'aubier, en décoction, est antirhumatismal.

En France, les feuilles servent également à confectionner une lotion destinée à calmer les démangeaisons cutanées.

## Le coin des adhérents

Recettes proposées par Frédéric & Catherine

### Bissap à la fraise

- 25 g de fleurs d'hibiscus séchées
- 200 g de fraises
- 2 càs de miel
- 1 litre d'eau

Mettre les fleurs dans un grand saladier et couvrir d'1 litre d'eau à 90° C. Laisser infuser 30 minutes à couvert.

Pendant ce temps, laver les fraises, les couper et les placer dans un blender. Ajouter le miel et mixer avant de réserver.

Filtrer l'infusion et ajouter le coulis de fraise, bien mélanger, vérifier le goût (ajouter un peu de miel au besoin), et laisser reposer au frais 1 nuit.

Se conserve 1 à 2 jours au frigo, accompagné ou non de biscuits spéculos... !



Photo 16 - Verre de Bissap à la fraise



Photo 15 - Biscuits maison

### Biscuits type spéculos (sans gluten et vegan)

- 150 g de farine de riz
- 75 g de farine de sarrasin
- 1 càs de féculé de maïs
- 6 càs de sucre complet
- 1 c. à s. d'épices au choix (pain d'épices, lavande, verveine, ce qui vous fait envie)
- 6 à 8 càs d'huile d'olive
- 7 à 8 càs de lait végétal (amande, soja, noisette...)

Mélanger soigneusement les ingrédients secs (les 5 premiers). Ajouter l'huile et bien l'incorporer au mélange en frottant du bout des doigts, de façon à obtenir comme un sable gras (ajuster la quantité d'huile en fonction, mieux vaut la mettre petit à petit).

Ajouter ensuite le lait végétal petit à petit et bien mélanger, jusqu'à ce que la pâte se tienne suffisamment lorsqu'on la presse pour faire une boule (ne pas la faire trop humide et ne pas trop malaxer, les biscuits deviendraient durs).

Prélever des boules de pâte et aplatir en formant des biscuits qui seront déposés sur une plaque huilée ou du papier cuisson. La quantité peut former environ 15 biscuits.

Cuire dans un four préchauffé à 160° C, pendant 30 à 40 minutes, sur la plaque du milieu du four. Les biscuits doivent être dorés et secs sur le dessus.

Laisser complètement refroidir avant de les manipuler, sinon c'est la casse assurée !

Se conserve 1 semaine (si vous le pouvez...) et se marie très bien avec un verre de Bissap à la fraise.

# MOOC Natur'Adapt

Depuis le 18 mai 2022, le réseau Tela Botanica a ouvert les portes d'un nouveau MOOC grand public pour proposer des solutions face aux modifications climatiques et aux impacts que cela a sur la Nature. Un MOOC, ou Massive Online Open Course, est un format de formation qui se répand de plus en plus ces dernières années. Il s'agit de cours à distance, créés par des structures de formation ou d'enseignement, ayant pour but de diffuser largement des connaissances dans un domaine. Ils peuvent être gratuits (comme ici), ou payants. Il en existe de nombreux, tant en français qu'en anglais (et autres langues), et c'est un bon moyen pour découvrir ou approfondir un sujet en y investissant peu de temps. En effet, les cours sont prévus pour s'adapter à l'emploi du temps de chacun (dans la mesure du possible), et les dernières années de télétravail ont accéléré ce phénomène.

Pour celui-ci, il s'agit d'un partenariat avec les Réserves Naturelles de France, afin de sensibiliser le grand public aux questions du réchauffement climatique et des impacts que cela occasionne à chaque échelle. Un bon moyen de faire le point sur ses connaissances sur le sujet (ou de les enrichir), car c'est en connaissant un sujet qu'on est mieux à même de le défendre, et ce n'est pas à vous que j'apprendrais l'urgence et la nécessité évidente de la situation.

Les cours sont ouverts jusqu'au 6 juillet, ce qui vous laisse un peu de temps pour vous y mettre et/ou rattraper le train en route.

[Accéder aux cours](#)

## Le livre des Amis du Jardin Camifolia

Ce livre de référence est co-écrit par :

- Christiane et Gérard Baranger,
- Philippe Gallotte,
- Paul Gicquiaud.

Adhérents de l'Association des Amis du Jardin Camifolia.

**Offre préférentielle, réservée aux adhérents : 10 € lors du paiement de votre cotisation**

Vous pouvez vous le procurer en envoyant un mail à [contact@amisdujardincamifolia.fr](mailto:contact@amisdujardincamifolia.fr)

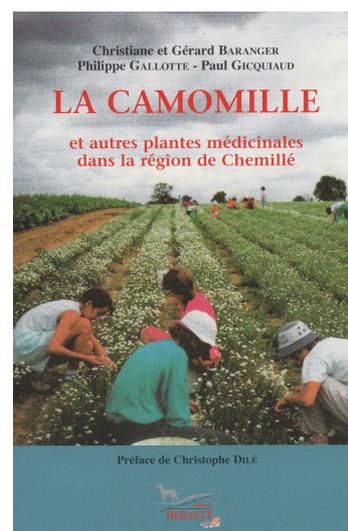


Photo 17 - Livre "La camomille et autres plantes médicinales dans la région de Chemillé"

Pour vous, lecteur ou lectrice qui appréciez notre « Brin d'Herbe » et notre beau jardin « Camifolia », n'hésitez pas à nous rejoindre. Nous sommes actuellement une quarantaine d'adhérents et souhaitons que notre Association se développe. Vous pourrez ainsi participer à nos activités et bénéficier d'avantages.

Nous effectuons des actions de bénévolat au sein du jardin Camifolia qui sont très diverses ; voici quelques exemples : la remise en état des Ginkos, l'ensachage des graines, le Jardin Gourmand ou autres stands lors des manifestations au jardin, le comptage des visiteurs, la participation aux herborisations, la mise en place du droguier... Plus nous serons nombreux, plus notre aide sera efficace au bon déroulement des manifestations proposées.

Ce bulletin d'adhésion ci-dessous vous est destiné(e) ; bien évidemment vous pouvez le diffuser sans modération.

## Remerciements

Ce journal n'aurait pas pu voir le jour sans l'aide précieuse de ses contributeurs (rédacteurs, correcteurs, chercheurs, lecteurs...), merci à eux : Evelyne, Denise, Paul, Philippe, Maryse, Viviane, Charles, Catherine, Frédéric. Merci également à Lydille pour son aquarelle de camomille.



# Bulletin d'adhésion

A L'ASSOCIATION DES AMIS DU  
JARDIN CAMIFOLIA

Nom et Prénom .....

Adresse .....

Code Postal ..... Ville .....

Tél .....

Email .....

## Adhère à l'association en tant que (cocher la case)

- |   |             |  |      |
|---|-------------|--|------|
| <input type="checkbox"/> Individuel         | 10 €        | <input type="checkbox"/> Individuel actif* | 10 € |
| <input type="checkbox"/> Couple             | 15 €        | <input type="checkbox"/> Couple actif*     | 15 € |
| <input type="checkbox"/> Membre bienfaiteur | minimum 20€ |  |      |

Bulletin à adresser à  
MICHEL MONTOUT - 48, RUE DES MAUGES  
49290 ST-LAURENT-DE-LA-PLAINE  
[contact@amisdujardincamifolia.fr](mailto:contact@amisdujardincamifolia.fr)

### \*Rappel des avantages de l'adhérent par rapport au Jardin Camifolia :

- Le membre individuel ou couple bénéficie du "Pass Chemillé-en-Anjou" avec les privilèges suivants : accès gratuit au jardin en visite libre, lors des horaires d'ouverture ; visites guidées et animations au tarif Pass.
- Le **membre actif (bénévole)** s'engage à donner bénévolement du temps aux activités du Jardin ; il bénéficie, outre les avantages du membre individuel, d'un droit d'accès gratuit au jardin pour **2 accompagnants à chaque passage**, d'une entrée gratuite pour une **conférence/atelier/formation** et **un atelier par saison**.