



FONDATION  
POUR LA NATURE  
ET L'HOMME



**#JagisJePlante**

**LE GUIDE DES PLANTES  
DE VOTRE RÉGION**





#JagisJePlante

# PLANTER LOCAL !

## UN GESTE SIMPLE POUR UNE NATURE PLUS RICHE

**Q**ui n'a jamais été tenté par le charme d'une plante exotique, promettant une croissance rapide et des fleurs spectaculaires ? Attention, car derrière l'attrait de ces espèces lointaines, se cache un enjeu bien plus vaste : la préservation de notre biodiversité.

Saviez-vous que les plantes indigènes et les insectes locaux ont co-évolué sur un même territoire depuis des millénaires ? Les premières offrent le nectar et le pollen dont les seconds ont besoin pour survivre. En retour, les insectes participent à la reproduction des plantes. C'est un peu comme un échange de bons procédés qui dure depuis des milliers d'années. Privilégier des plantes locales, c'est donc contribuer au maintien de cet équilibre fragile et essentiel.

Mais ce n'est pas tout ! Les essences locales possèdent un autre atout de taille : leur parfaite adaptation à leur environnement. Grâce à un système racinaire robuste et surtout à une diversité génétique importante, toujours en constante évolution, elles font face aux aléas climatiques comme les sécheresses - de plus en plus fréquentes. En choisissant des espèces indigènes, nous optons donc pour des plantes résilientes, un atout précieux dans un contexte de changement climatique.

Reste à savoir quelles espèces locales planter sur votre terrain... ? Une première réponse très simple s'impose : ouvrez l'œil ! Observez les plantes qui poussent naturellement dans votre région. Si les noisetiers prospèrent dans les bois environnants, il y a fort à parier qu'ils se plairont également chez vous.

Et pour aller plus loin et vous aider à faire les bons choix, il suffit de tourner les pages de ce nouveau guide **#JagisJePlante !** Véritable mine d'informations, il vous permettra d'identifier les arbres, arbustes et herbacées les mieux adaptés à votre région. Du chêne majestueux au thym rampant, vous trouverez forcément l'inspiration pour créer un jardin unique et favorable à la biodiversité.

En choisissant de planter des espèces locales, nous faisons un geste simple mais essentiel pour préserver notre environnement. Alors, n'hésitez plus : faites de votre terrain, un havre de paix pour la nature !



Pour en apprendre plus sur les plantations :  
[www.jagisjeplante.org](http://www.jagisjeplante.org)



# SOMMAIRE

**4** **Quoi planter pour protéger la biodiversité ?**

**6** **Gare aux plantes invasives !**

**10** **Les essences à planter en France métropolitaine**

**14** **Quoi planter dans votre région ?**

- 🌿 Alpes
- 🌿 Bassin Parisien Nord
- 🌿 Bassin Parisien Sud
- 🌿 Bassin Rhône-Saône-Jura
- 🌿 Corse
- 🌿 Massif Armoricaïn
- 🌿 Massif Central
- 🌿 Pyrénées
- 🌿 Zone Méditerranéenne
- 🌿 Zone Nord Est
- 🌿 Zone Sud Ouest

**26** **Les 10 étapes à suivre pour planter... sans se planter !**

- › [Centre de ressources des Espèces Exotiques Envahissantes](#)
- › [INPN](#)
- › [Végétal local](#)
- › [Conservatoire botanique de Bailleul](#)
- › [Floriscope](#)

SOURCES

# QUOI PLANTER POUR PROTÉGER LA BIODIVERSITÉ ?

Jardins, terrasses, trottoirs, places de village, cours d'école, gymnases, friches, champs... les lieux pour planter ne manquent pas mais pour favoriser la biodiversité, il est important de privilégier certains types de plantations :



LA HAIE

**La haie, pour clôturer votre terrain ou protéger le bétail et les cultures d'un agriculteur.**

*Pour bien planter :*

- Identifiez la place disponible en tenant compte de la taille adulte des végétaux. Sachant que plus une haie est large et haute (idéalement composée de 3 rangs et 3 strates), plus elle sera fonctionnelle et bénéfique.
- Préparez le sol plusieurs mois avant la plantation en le paillant notamment. Cela rendra le sol plus meuble et facilitera la reprise des jeunes plants et leurs futurs développements.
- Variez les espèces pour avoir des floraisons et des fructifications étalées sur toute l'année afin de répondre aux besoins de la faune sauvage.

**Le bosquet comestible, pour permettre aux oiseaux et aux insectes de se nourrir et créer des lieux d'échange et de partage autour de la cueillette et de la dégustation.**

*Pour bien planter :*

- Assurez-vous de la qualité du sol, quitte à faire des analyses, pour éviter de contaminer les futurs fruits.
- Plantez assez serré pour limiter l'apparition de plantes comme le liseron mais ne faites pas la guerre à la végétation spontanée qui viendra enrichir votre bosquet comestible.
- Pensez bien aux aménagements pour profiter du bosquet en toute sécurité (chemins, tables, bancs...).



LE BOSQUET  
COMESTIBLE

Planter c'est bien, mais entretenir sa plantation c'est essentiel pour garantir sa pérennité et bien gérer son évolution !

### **Le mur végétalisé pour favoriser le retour des pollinisateurs, diminuer l'effet d'îlot de chaleur urbain dans les villes ou encore diminuer la consommation énergétique des bâtiments.**

*Pour bien planter :*

- 🌿 Adaptez les plantes grimpantes à l'espace au sol disponible et assurez-vous qu'il n'y ait pas de canalisations superficielles.
- 🌿 Anticipez la croissance future des plantes pour ne pas gêner le passage sur le trottoir et ne pas abîmer les infrastructures existantes.
- 🌿 Évitez de planter sous les débords de toit pour profiter des eaux de pluie.



**LE MUR VÉGÉTALISÉ**



**LA MINI-FORÊT URBAINE**

### **La mini-forêt pour offrir une zone de refuge permettant aux espèces animales de nicher et de se reproduire, tout en améliorant la qualité de l'air que nous respirons.**

*Pour bien planter :*

- 🌿 Identifiez les essences qui poussent spontanément sur la zone et renseignez-vous sur les espèces adaptées à votre région.
- 🌿 Délimitez l'espace de plantation (minimum 200m<sup>2</sup>) et plantez de façon très dense (3 arbres au mètre carré) puis déposez un épais paillis sur votre sol.
- 🌿 Tenez compte des usages des riverains (chemin, promenade de chien) pour éviter les dégradations involontaires.

## **CE QU'IL FAUT ABSOLUMENT ÉVITER !**

- › Tailler entre mars et octobre, pendant la période de reproduction/nidification.
- › Planter des essences exotiques ou invasives, qui perturbent l'équilibre des écosystèmes.
- › Utiliser des produits chimiques qui entraînent la disparition de la biodiversité et le retour de plantes indésirables (chiendent).

# GARE AUX PLANTES INVASIVES !

**Les plantes telles que l'Arbre à papillons, la Balsamine de l'Himalaya ou l'Herbe de la Pampa, séduisent souvent par leurs fleurs parfumées et leur croissance rapide. Pourtant, derrière ces noms aux traits exotiques se cachent des espèces exotiques envahissantes.**

En effet, lorsque ces plantes sont introduites dans nos jardins ou nos espaces naturels, elles peuvent rapidement proliférer au détriment de la biodiversité. Elles entrent souvent en compétition avec les espèces locales (pour l'espace, la lumière, l'alimentation...) jusqu'à les supplanter. Elles peuvent aussi s'avérer toxiques ! En tant que citoyen, nous avons un rôle à jouer pour lutter contre ce phénomène et signaler leur présence.

## Se documenter

Il importe avant tout de connaître et de reconnaître les espèces exotiques envahissantes en consultant les guides d'identification.

› [Découvrez les espèces invasives de votre région](#)

## Connaître la réglementation

Pour toutes les espèces identifiées par la réglementation européenne - à ce jour, 47 espèces animales et 41 espèces végétales -, il est interdit de les introduire en France, les utiliser, les transporter vivantes, les détenir, les échanger, les commercialiser.

› [Connaître la réglementation](#)

## Avoir les bons réflexes

- 🌿 Choisissez et achetez des plantes indigènes (locales).
- 🍁 Ne ramenez jamais de plantes de l'étranger.
- 🍁 Ne jetez pas les plantes ornementales (y compris d'aquarium) dans la nature, elles pourraient s'y installer.

## Agir concrètement

Vous pouvez participer à des chantiers d'arrachage de plantes invasives, à des programmes de sciences participatives pour observer leur présence ou encore utiliser des dispositifs d'alerte pour signaler leur présence à des acteurs locaux.

Pour en savoir plus : RDV sur  
[jagispourlanature.org](http://jagispourlanature.org)





## 10 plantes invasives en France Métropolitaine



AILANTE GLANDULEUX  
(*Ailanthus altissima*)

- › L'Ailante glanduleux est une espèce qui pousse spontanément sur les délaissés de voirie, le long des murs et les friches. Elle produit une substance chimique : l'ailanthon, qui inhibe la croissance de certaines autres plantes indigènes.



AMBROISIE  
(*Ambrosia artemisiifolia*)

- › L'Ambroisie à feuille d'armoise a envahi 4% des surfaces agricoles françaises. Il s'agit d'une espèce très invasive qui produit un pollen particulièrement allergisant.



BACCHARIS  
(*Baccharis halimifolia*)

- › Le Baccharis - ou Sénéçon en arbre - prolifère dans les zones humides et devient nocif pour l'écosystème, en provoquant une compétition avec les espèces indigènes.



ARBRE À PAPILLONS  
(*Buddleja davidii*)

- › L'Arbre à papillons prolifère très rapidement et les 3 millions de graines produites par arbuste peuvent se conserver plusieurs années dans le sol ! En plus de la concurrence faite aux plantes locales, cette espèce pose des problèmes de gestion et de visibilité sur les bords de route.



BALSAMINE DE L'HIMALAYA  
(*Impatiens glandulifera*)

- › La Balsamine de l'Himalaya apprécie particulièrement les sols humides (bords de rivières, fossés, lisières de forêts) et ses fleurs roses, riches en nectar, attirent les insectes, les détournant des plantes indigènes. Elle peut produire 4000 graines qui se catapultent jusqu'à 7 mètres, ce qui lui permet de s'étendre sur 38 km en un an !



BERCE GÉANTE DU CAUCASE  
(*Heracleum mantegazzianum*)

- › La Berce géante du Caucase est très concurrentielle sur la végétation sauvage et particulièrement présente le long des axes routiers et des rivières. Sa sève peut provoquer de graves brûlures de la peau.



HERBE DE LA PAMPA  
(*Cortaderia Selloana*)

- › L'Herbe de la Pampa transforme les paysages côtiers et leurs écosystèmes. Particulièrement inflammable, elle augmente aussi les risques d'incendie.



JUSSIE RAMPANTE  
(*Ludwigia peploides*)

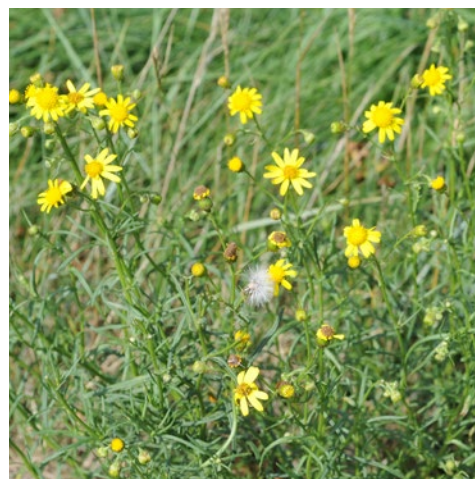
- › La Jussie rampante envahit les étangs en couvrant la surface de l'eau et empêche la lumière d'atteindre les autres plantes aquatiques. Elle colonise aussi les prairies humides sur lesquelles pâture le bétail, causant de gros problèmes aux éleveurs.





RENOUÉE DU JAPON  
(*Reynoutria japonica*)

- › La Renouée du Japon pousse de 1 à 8 cm par jour ! Elle se plaît dans les milieux pollués et colonise les bords des plans d'eau et les milieux humides. Elle produit des composés chimiques, toxiques pour les racines des autres plantes.



SÉNÉÇON DU CAP  
(*Senecio inaequidens*)

- › Le Sénéçon du Cap apprécie les terrains vagues, les bords de routes, les affleurements rocheux, les dunes de sable. Même si ces fleurs peuvent être une source de nectar pour les abeilles, cette plante est très invasive et surtout toxique pour le bétail.

## PLANTE INVASIVE OU ENVAHISSANTE Y-A-T-IL UNE DIFFÉRENCE ?

Non ! Une espèce invasive est par définition une espèce exotique envahissante, c'est-à-dire qu'elle a été introduite par l'Homme, en dehors de son aire de répartition naturelle (volontairement ou fortuitement) et dont l'implantation et la propagation ont des conséquences écologiques et/ou économiques et/ou sanitaires négatives.

Les conséquences de leur présence :

- › Elles transforment et dégradent les milieux naturels.
- › Elles prolifèrent au détriment des autres espèces locales.
- › Elles n'ont pas de prédateur ou de parasite local, ce qui leur permet de se multiplier à grande vitesse.
- › Elles entraînent des désordres nécessitant l'intervention humaine.



# LES ESSENCES À PLANTER EN FRANCE MÉTROPOLITAINE

Planter local, c'est choisir des végétaux originaires de votre territoire. En faisant ce choix, vous offrez à la faune qui vit près de chez vous, un habitat et des ressources alimentaires adaptés. Par ailleurs, plus votre plantation abritera d'espèces locales, variées et réparties sur plusieurs niveaux, plus elle favorisera la biodiversité :

- **Strate arborée** : arbre de plus de 7 mètres.
- **Strate arbustive** : arbuste de 1 à 7 mètres.
- **Strate herbacée** : plante herbacée et couvre-sol
- **Strate grimpante** : plante liane

## Trouvez le pépiniériste végétal local de votre région

### Alpes

- › [L'envirothèque](#) 
- › [Pépinière Arbre Haie Forêt](#) 
- › [Pépinière de Belledonne](#) 
- › [Graines voyageuses](#) 
- › [Aqua'Pep Isère](#) 

### Bassin Parisien Nord

- › [Pépinière de la Cluse](#) 
- › [Pépinières Euvé](#) 
- › [Pépinière de l'Haendries](#) 
- › [Pépinières Allavoine](#) 
- › [Pépinières Chatelain](#) 
- › [Pépinières Créte](#) 

### Bassin Parisien Sud

- › [Pépinières Allavoine](#) 
- › [Pépinières Chatelain](#) 
- › [Association La Buissonnante](#) 
- › [Fraxinus sp](#)  
- › [Pépinières Huault](#) 

### Bassin Rhône-Saône-Jura

- › [Pépinière Arbre Haie Forêt](#) 
- › [Pépinière de Belledonne](#) 
- › [Graines voyageuses](#) 
- › [Aqua'Pep Isère](#) 
- › [Pépinière de l'Arbre Local](#) 
- › [Pépinières Dima](#) 
- › [France Nature Environnement BFC](#)

### Massif Armoricain

- › [Association La Buissonnante](#) 
- › [Fraxinus sp](#)  
- › [Pépinières Huault](#) 
- › [Pépinière du Sauvageon](#) 
- › [Plants d'Argoat](#) 
- › [Pépinières du Val d'Erdre](#) 
- › [L'arbre & la haie](#) 
- › [Nawaya graines et plants](#) 
- › [Boudigwez](#) 
- › [Epsms La filousière](#) 

### Massif Central

- › [Pépinière Astrance](#) 
- › [Semences du Puy](#)
- › [Jardins de l'ours](#) 
- › [Silenes, Graines du Morvan](#) 

### Pyrénées

- › [Estivade](#) 
- › [Eco-Altitude](#) 
- › [Les Sauvages Pépinière](#) 

### Zone Méditerranéenne

- › [Graines voyageuses](#) 
- › [Pépinière de l'Arbre Local](#) 
- › [Pépinière des Horts](#) 
- › [Pépinière de l'Armalette](#) 

### Zone Nord Est

- › [Pépinières Créte](#) 
- › [Pépinières Dima](#) 
- › [France Nature Environnement BFC](#)
- › [Pépinière du Hanfgranva](#) 
- › [Pépinières L'Orme Montferrat](#) 

### Zone Sud Ouest

- › [Les Sauvages Pépinière](#) 



achat sur place



achat en ligne

**Voici une liste non exhaustive des essences marquées «Végétal local» que l'on peut retrouver partout en France métropolitaine.**

STRATES	NOM DE L'ESPECE	NOM LATIN	LUMIÈRE	EAU	CE QU'EN PENSENT NOS ASSOCIATIONS PARTENAIRES
ARBORÉE	Alisier des Bois, Sorbier torminal	<i>Sorbus torminalis</i>			Ses fruits sont très intéressants pour les oiseaux.
	Aulne glutineux	<i>Alnus glutinosa</i>			Capable de vivre dans un sol pauvre et même de l'enrichir grâce à des nodules racinaires qui fixent l'azote dans le sol
	Erable champêtre	<i>Acer campestre</i>			Arbre à croissance rapide qui produit des fruits que les écureuils adorent (les samares). C'est un arbre hôte pour beaucoup de papillons de nuit. On dit que c'est une essence plastique, car elle pousse facilement dans toutes les conditions.
	Tilleul cordé, Tilleul à petites feuilles	<i>Tilia cordata</i>			Très mellifère, comestible (en tisane), il attire le joli papillon le Sphinx du tilleul et les gendarmes l'adorent !
ARBUSTIVE	Cornouiller sanguin	<i>Cornus sanguinea</i>			Ses fruits sont très intéressants pour les oiseaux.
	Fusain d'Europe	<i>Evonymus europaeus</i>			Arbuste hôte du papillon de nuit l'Hyponomeute du fusain. Utilisé pour fabriquer le fusain du dessinateur.
	Houx commun	<i>Ilex aquifolium</i>			Abri idéal pour se protéger des prédateurs (feuillage persistant) et ressource de nourriture pour les oiseaux.
	Nerprun purgatif, Nerprun officinal	<i>Rhamnus cathartica</i>			Arbuste hôte du papillon Citron, un des premiers à sortir au printemps.
	Noisetier commun	<i>Corylus avellana</i>			Arbuste qui a besoin d'un sol frais, humide et pas trop calcaire. Sa floraison précoce est l'une des premières ressources alimentaires pour les pollinisateurs.
	Pommier sauvage, Pommier des bois	<i>Malus sylvestris</i>			Arbuste qui offre le logis et le couvert à de nombreuses espèces.
	Prunellier sauvage, Épine noire	<i>Prunus spinosa</i>			Floraison précoce donc l'une des premières ressources alimentaires pour les pollinisateurs.
	Rosier des chiens, Églantier	<i>Rosa canina</i>			Les rongeurs, insectes et oiseaux se nourrissent de ses fruits, et ses fleurs sont très nectarifères.
	Sureau noir	<i>Sambucus nigra</i>			On peut faire de la confiture de sureau avec les baies cuites. Attention, elles sont toxiques crues car elles contiennent de l'oxalate de calcium et d'autres alcaloïdes.
	Troène commun	<i>Ligustrum vulgare</i>			Fort potentiel mellifère.
	Viorne lantane	<i>Viburnum lantana</i>			Essence dite plastique, pousse partout dans toutes les conditions.
	Viorne obier, Boule de neige	<i>Viburnum opulus Roseum</i>			Arbuste intéressant pour l'avifaune et contre l'érosion.

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



STRATES	NOM DE L'ESPECE	NOM LATIN	LUMIÈRE	EAU	CE QU'EN PENSENT NOS ASSOCIATIONS PARTENAIRES
GRIMPANTE	Chèvrefeuille des bois	<i>Lonicera periclymenum</i>			Liane odorante, à croissance rapide et connue pour attirer plus de 2000 pollinisateurs par jour, d'une centaine d'espèces différentes ! Floraison tardive, donc l'une des dernières ressources pour les pollinisateurs avant l'hiver.
	Clématite des haies, Clématite vigne-blanche	<i>Clematis vitalba</i>			Croissance rapide et rusticité, en plus d'être résistante, elle sent très bon !
	Lierre grimpant	<i>Hedera helix</i>			Dernier apport massif de nectar de l'année, le lierre est essentiel aux abeilles mellifères pour leurs réserves d'hiver, notamment pour la collète du lierre. Il abrite aussi le papillon citron ou encore le merle noir.
	Mûrier-ronce, Ronce des bois	<i>Rubus fruticosus</i>			On dit que le mûrier-ronce est le « berceau de la forêt », plante nectarifère et structurante de nos écosystèmes.
HERBACÉE	Achillée millefeuille	<i>Achillea millefolium</i>			Intéressante pour les oiseaux et de nombreuses abeilles sauvages.
	Centaurée jaccée	<i>Centaurea jacea</i>			Intéressante pour les oiseaux et les abeilles sauvages. Les fleurs sont très riches en nectar.
	Grande ortie dioïque	<i>Urtica dioica</i>			Plante hôte de 6 espèces de papillons qui y pondent leurs œufs. Elle sera très à l'aise dans un coin de jardin un peu humide et à l'ombre.
	Knautie des champs, Scabieuse des champs	<i>Knautia arvensis</i>			Intéressante pour les papillons, les oiseaux et pour de nombreuses abeilles sauvages.
	Marguerite	<i>Leucanthemum ircutianum</i>			Intéressante pour initier une pratique de gestion différenciée, elle est mellifère et décorative.
	Mauve musquée	<i>Malva moschata</i>			Intéressante pour les papillons et les abeilles sauvages.
	Mauve sylvestre, Mauve des bois, Grande Mauve	<i>Malva sylvestris</i>			Intéressante pour les papillons : plante hôte de la chenille de la Belle-dame.
	Millepertuis perforé	<i>Hypericum perforatum</i>			Intéressante pour de nombreux papillons, abeilles sauvages et coléoptères.
	Origan, Origan commun	<i>Origanum vulgare</i>			Intéressante pour de nombreux papillons et abeilles sauvages. Plante aromatique et médicinale très odorante.
	Plantain lancéolé, Plantain étroit	<i>Plantago lanceolata</i>			Intéressante pour les papillons : plante hôte de la chenille de la belle-dame.
	Potéridium sanguisorbe, Pimprenelle	<i>Poterium sanguisorba</i>			C'est une plante comestible dont les feuilles ont un goût agréable de concombre. C'est facile de la reconnaître grâce à ses feuilles qui comportent jusqu'à 12 paires de folioles arrondies dentées.
	Reine-des-prés, Ulmaire, Fausse spirée	<i>Filipendula ulmaria</i>			Intéressante pour les papillons car les fleurs sont très riches en nectar. Intéressante aussi pour les oiseaux.
	Salicaire commune	<i>Lythrum salicaria</i>			Intéressante pour de nombreuses espèces de papillons et d'abeilles sauvages.
	Vipérine commune, Serpentine	<i>Echium vulgare</i>			Intéressante pour les oiseaux et pour de très nombreuses abeilles sauvages.

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...

## Changez de regard sur ces essences indispensables pour la biodiversité !

Mal-aimée de l'Homme avec ses épines et son imposante végétation, elle offre pourtant le logis et le couvert à de nombreux insectes, jour et nuit (abeilles, bourdons, syrphes, papillons...) et à une faune variée (fauvette, pie-grièche, lièvre, hérisson, renard...).

Son système racinaire protège le sol de l'érosion, l'aère et se nourrit de la décomposition de son feuillage semi-persistant. On dit que la ronce est le « berceau de la forêt » car les graines des arbres qui tombent sont bien protégées des prédateurs et peuvent y pousser tranquillement !

C'est une forteresse et un restaurant pour de nombreuses espèces !

Grâce aux épines sur ses feuilles persistantes, les oiseaux peuvent s'y réfugier toute l'année pour échapper aux prédateurs (rapaces, chats...). Quant aux baies qui apparaissent à l'automne et persistent tout au long de l'hiver, elles offrent un apport nutritif important aux oiseaux (comme les merles ou les grives). Sa floraison estivale est très appréciée des abeilles mellifères et des insectes pollinisateurs.



LA RONCE DES BOIS  
(*Rubus fruticosus*)



LE HOUX  
(*Ilex aquifolium*)



LE LIERRE GRIMPANT  
(*Hedera helix*)



L'ORTIE  
(*Urtica dioica*)

C'est une plante qui accueille de nombreuses espèces animales (merles, abeilles, papillons...) mais c'est aussi une plante à la floraison tardive.

Et une espèce d'abeille en particulier dépend du lierre pour sa survie. En effet, la Collète du lierre récolte uniquement le pollen des fleurs, le dépose dans les alvéoles où sont pondus ses œufs de façon à ce que les larves puissent s'en nourrir et se développer.

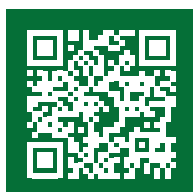
C'est une plante-hôte pour de nombreux papillons.

En effet, les femelles vont y pondre leurs œufs puis - une fois écloses - les chenilles vont pouvoir se nourrir des feuilles et des tiges de la plante avant de se transformer en papillon. L'ortie est donc indispensable pour la survie des magnifiques : Paon du Jour, Petite Tortue, Vulcain, Belle-Dame, Carte géographique ou encore Robert-le-Diable mais aussi pour les papillons de nuit tels que : Ecaille rouge, Ecaille martre, Ecaille lièvre, Manteau d'Hermine ou Pyrale de l'ortie. Pour préserver ces papillons, gardez un coin d'orties dans votre jardin !

# QUOI PLANTER DANS VOTRE RÉGION ?

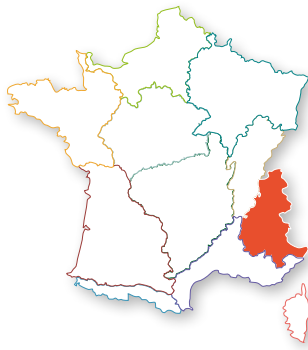
Le label Végétal local a découpé la France en 11 terroirs « aux caractéristiques biogéographiques, écologiques et climatiques bien typiques ». Nous nous sommes basés sur ce découpage ainsi que sur les bases de données et les travaux menés par la marque pour vous proposer quelques exemples d'essences végétales issues de ces terroirs. Cette liste n'est évidemment pas du tout exhaustive et doit être nuancée en fonction de :

- 🌿 La qualité du sol ;
- 🌿 L'exposition au vent et au soleil ;
- 🌿 L'altitude ;
- 🌿 Les conditions climatiques...

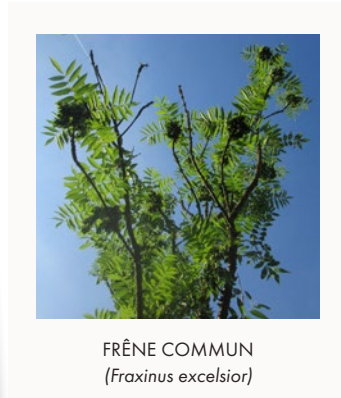


› Retrouvez toutes les informations sur les producteurs adhérents, les gammes de végétaux et autres ressources sur : [www.vegetal-local.fr](http://www.vegetal-local.fr)



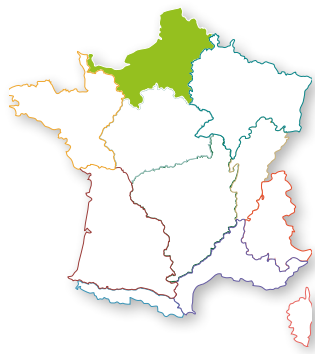


## Alpes



Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
herbacée	Ail sauvage, Ail des ours	<i>Allium ursinum</i>		35 à 45 cm			AVRIL ↔ JUIN	
herbacée	Cardère sauvage, Cabaret des oiseaux	<i>Dipsacus fullonum</i>		1 m			JUIL ↔ SEPT	AUTOMNE
arborée	Charme commun	<i>Carpinus betulus</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ OCT
grimpeante	Chèvrefeuille noir, Camerisier noir	<i>Lonicera nigra</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIN	
arborée	Frêne commun	<i>Fraxinus excelsior</i>		30 à 40 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT
arbustive	Genêt à balais	<i>Cytisus scoparius</i>		1,5 m			MAI ↔ JUIN	AOÛT ↔ SEPT
grimpeante	Gesse des prés	<i>Lathyrus pratensis</i>		30 à 80 cm			MAI ↔ AOÛT	
arbustive	Groseillier des Alpes	<i>Ribes alpinum</i>		1, 5 m			AVRIL ↔ MAI	AOÛT
herbacée	Gypsophile	<i>Gypsophila repens</i>		20 à 40 cm			JUIN ↔ SEPT	
arborée	Orme champêtre	<i>Ulmus minor</i>		20 à 30 m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborée	Saule pourpre	<i>Salix purpurea</i>		1 à 4 m			MARS ↔ AVRIL	MAI ↔ JUIN
herbacée	Valériane des montagnes	<i>Valeriana montana</i>		20 à 50 cm			JUIN ↔ AOÛT	

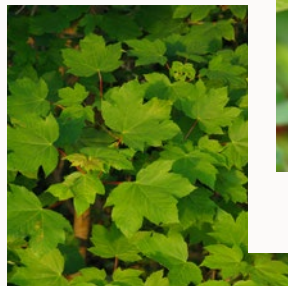
ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



## Bassin Parisien Nord



CAROTTE SAUVAGE  
(*Daucus carota*)



ÉRABLE SYCOMORE  
(*Acer pseudoplatanus*)



GROSEILLIER À GRAPPES  
(*Ribes rubrum*)



MERISIER  
(*Prunus avium*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
arbustive	Ajonc d'Europe	<i>Ulex europaeus</i>		1 à 2 m			FEV ↔ JUIN	JUIL ↔ AOÛT
herbacée	Brunelle commune	<i>Prunella vulgaris</i>		5 à 45 cm			JUIN ↔ SEPT	
herbacée	Bugle rampante	<i>Ajuga reptans</i>		10 à 40 cm			AVRIL ↔ JUIL	
herbacée	Carotte sauvage	<i>Daucus carota</i>		30 à 80 cm			MAI ↔ OCT	AOÛT ↔ SEPT
arbusive	Groseillier noir	<i>Ribes nigrum</i>		1 à 1,5 m			AVRIL ↔ MAI	JUIL ↔ AOÛT
arborée	Charme commun	<i>Carpinus betulus</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ OCT
herbacée	Consoude officinale	<i>Symphytum officinale</i>		40 cm à 1 m			MAI ↔ JUIL	
arborée	Érable sycomore	<i>Acer pseudoplatanus</i>		20 à 30 m			MAI	SEPT
arbusive	Genêt à balais	<i>Cytisus scoparius</i>		1,5 m			MAI ↔ JUIN	AOÛT ↔ SEPT
arbusive	Groseillier à grappes	<i>Ribes rubrum</i>		1 à 1,5 m			AVRIL ↔ MAI	JUIL ↔ AOÛT
arborée	Merisier	<i>Prunus avium</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	JUIN ↔ JUIL
arborée	Orme champêtre	<i>Ulmus minor</i>		20 à 30 m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborée	Peuplier Tremble, Tremble d'Europe	<i>Populus tremula</i>		20 à 30 m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborée	Saule marsault	<i>Salix caprea</i>		3 à 10 m			MARS ↔ AVRIL	
arborée	Tilleul à grandes feuilles	<i>Tilia platyphyllos</i>		30 à 40 m			JUIN ↔ JUIL	OCT

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



## Bassin Parisien Sud



ORME CHAMPÊTRE  
(*Ulmus minor*)



AUBÉPINE LISSE  
(*Crataegus laevigata*)



CAMPANULE RAIPONCE  
(*Campanula rapunculus*)

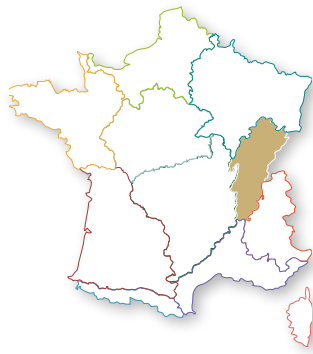


CHÊNE PÉDONCULÉ  
(*Quercus robur*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
arbustive	Aubépine lisse	<i>Crataegus laevigata</i>		2 à 4 m			AVRIL ↔ MAI	AOÛT ↔ OCT
arbustive	Bourdaïne	<i>Frangula alnus</i>		4 m			MAI ↔ JUIL	OCT
herbacée	Campanule raiponce	<i>Campanula rapunculus</i>		40 à 80 cm			MAI ↔ AOÛT	
arborée	Charme commun	<i>Carpinus betulus</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ OCT
arborée	Chêne pédonculé	<i>Quercus robur</i>		25 à 30 m			AVRIL ↔ MAI	OCT
herbacée	Consoude officinale	<i>Symphytum officinale</i>		40 cm à 1 m			MAI ↔ JUIL	
herbacée	Coquelicot	<i>Papaver rhoeas</i>		20 à 60 cm			MAI ↔ JUIL	AOÛT ↔ NOV
arborée	Frêne commun	<i>Fraxinus excelsior</i>		30 à 40m			AVRIL ↔ MAI	SEPT
arbustive	Groseillier à grappes	<i>Ribes rubrum</i>		1 à 1,5 m			AVRIL ↔ MAI	JUIL ↔ AOÛT
arborée	Merisier	<i>Prunus avium</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	JUIN ↔ JUIL
herbacée	Muscari à toupet	<i>Muscari comosum</i>		20 à 50 cm			AVRIL ↔ JUIL	
arbustive	Néflier	<i>Crataegus germanica</i>		2 à 6 m			MAI	OCT ↔ NOV
arborée	Orme champêtre	<i>Ulmus minor</i>		20 à 30m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborée	Peuplier blanc	<i>Populus alba</i>		20 à 30 m			MARS ↔ AVRIL	MAI ↔ JUIN
herbacée	Renoncule	<i>Ranunculus acris</i>		30 à 60 cm			MAI ↔ SEPT.	
herbacée	Sauge	<i>Salvia pratensis</i>		30 à 70 cm			JUIN ↔ AOÛT	
arbustive	Saule des vanniers	<i>Salix viminalis</i>		3 à 6 m			MARS ↔ MAI	

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...





## Bassin Rhône-Saône-Jura



CAMPANULE À FEUILLES RONDES  
(*Campanula rotundifolia*)



CHARME COMMUN  
(*Carpinus betulus*)



CHÈVREFEUILLE DES ALPES  
(*Lonicera alpigena*)



NÉFLIER COMMUN  
(*Crataegus germanica*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
herbacée	Benoîte commune	<i>Geum urbanum</i>		20 à 60 cm			MAI ↔ SEPT	
herbacée	Campanule à feuilles rondes	<i>Campanula rotundifolia</i>		10 à 50 cm			JUIN ↔ AOÛT	
herbacée	Centaurée ou Bleuet des montagnes	<i>Cyanus montanus</i>		50 cm			MAI ↔ JUIL	
arborée	Charme commun	<i>Carpinus betulus</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ OCT
arborée	Chêne pédonculé	<i>Quercus robur</i>		25 à 30 m			AVRIL ↔ MAI	OCT
grimpante	Chèvrefeuille des Alpes	<i>Lonicera alpigena</i>		1 m			MAI ↔ JUIL	
grimpante	Camerisier noir	<i>Lonicera nigra</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIL	
arborée	Frêne commun	<i>Fraxinus excelsior</i>		30 à 40m			AVRIL ↔ MAI	SEPT
arbusive	Groseillier des Alpes	<i>Ribes alpinum</i>		1 m à 1,50 m			AVRIL ↔ MAI	AOÛT
herbacée	Menthe sylvestre	<i>Mentha longifolia</i>		60 à 75 cm			JUIL ↔ OCT	
arbusive	Néflier commun	<i>Crataegus germanica</i>		2 à 6 m			MAI	OCT ↔ NOV
arborée	Orme champêtre	<i>Ulmus minor</i>		20 à 30m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborée	Peuplier Tremble	<i>Populus tremula</i>		20 à 30 m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
herbacée	Silène à feuilles larges	<i>Silene latifolia</i>		60 cm			MAI ↔ AOÛT	

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



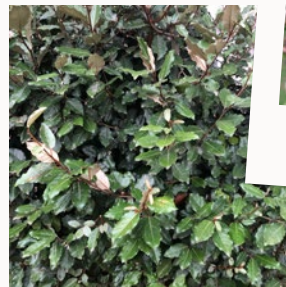
## Corse



CHÊNE VERT  
(*Quercus ilex*)



CHÈVREFEUILLE D'ÉTRURIE  
(*Lonicera etrusca*)



LAURIER  
(*Laurus nobilis*)



VIORNE TIN, LAURIER-TIN  
(*Viburnum tinus*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
arbustive	Arbousier	<i>Arbutus unedo</i>		1 à 3 m			SEPT	OCT ↔ JANV
arbustive	Aubépine monogyne	<i>Crataegus monogyna</i>		2 à 4 m			AVRIL ↔ JUIN	SEPT ↔ OCT
arbustive	Bryère arborescente	<i>Erica arborea</i>		1 à 3 m			MARS ↔ MAI	
arborée	Chêne vert	<i>Quercus ilex</i>		2 à 15 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT
arborée	Chêne-liège	<i>Quercus suber</i>		5 à 15 m			AVRIL ↔ MAI	OCT ↔ DEC
grimpante	Chèvrefeuille d'Étrurie	<i>Lonicera etrusca</i>		1 à 3 m			MAI ↔ JUIL	
grimpante	Chèvrefeuille des Baléares	<i>Lonicera implexa</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIN	
arbrisseau	Ciste de Crète	<i>Cistus creticus</i>		1 m			MAI ↔ JUIN	
arbrisseau	Ciste de Montpellier	<i>Cistus monspeliensis</i>		1 m			MAI ↔ JUIN	
arbustive	Germandrée scorodaine	<i>Teucrium scoradonia</i>		30 à 80 cm			JUIN ↔ SEPT	
arbustive	Laurier noble, Laurier-sauce	<i>Laurus nobilis</i>		2 à 10 m			MARS ↔ MAI	
arbrisseau	Lavande papillon	<i>Lavandula stoechas</i>		30 à 60 cm			AVRIL ↔ JUIN	
arbustive	Myrte commun	<i>Myrtus communis</i>		1 à 3 m			MAI ↔ SEPT	NOV ↔ DEC
arbustive	Pistachier lentisque	<i>Pistacia lentiscus</i>		1 à 3 m			AVRIL ↔ MAI	OCT ↔ NOV
arbrisseau	Romarin commun	<i>Rosmarinus officinalis</i>		1 m à 1,50 m			MARS ↔ MAI	
arbustive	Viorne tin, Laurier-tin	<i>Viburnum tinus</i>		1 à 3 m			FEV ↔ JUIN	AOÛT ↔ SEPT

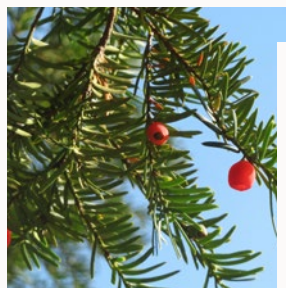
ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



## Massif Armoricain



SAULE MARSAULT  
(*Salix caprea*)



IF COMMUN  
(*Taxus baccata*)



POIRIER À FEUILLES EN CŒUR  
(*Pyrus cordata*)



AIL SAUVAGE, AIL DES OURS  
(*Allium ursinum*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
herbacée	Ail sauvage, Ail des ours	<i>Allium ursinum</i>		35 à 45 cm			AVRIL ↔ JUIN	
arborescente	Ajonc d'Europe	<i>Ulex europaeus</i>		1 à 2 m			FEV ↔ JUIN	JUIL ↔ AOÛT
herbacée	Berce sphondyle, Berce commune	<i>Heracleum sphondylium</i>		1 m			JUIN ↔ SEPT	JUIL ↔ OCT
arborescente	Bouleau blanc, Bouleau d'Europe	<i>Betula pendula</i>		25 m			AVRIL ↔ MAI	JUIN ↔ AOÛT
arborescente	Bourdaie, Bourgène, Aulne noir	<i>Frangula alnus</i>		4 m			MAI ↔ JUIL	OCT
arborescente	Chêne pédonculé	<i>Quercus robur</i>		25 à 30 m			AVRIL ↔ MAI	OCT
herbacée	Consoude officinale	<i>Symphytum officinale</i>		40 cm à 1 m			MAI ↔ JUIL	
herbacée	Épiaire officinale, Bétoine	<i>Betonica officinalis</i>		70 cm			JUIN ↔ AOÛT	
herbacée	Eupatoire, Chanvre d'eau	<i>Eupatorium cannabinum</i>		1 m à 1,50 m			JUIL ↔ AOÛT	
herbacée	Flouve odorante	<i>Anthoxanthum odoratum</i>		10 à 80 cm			AVRIL ↔ JUIL	
arborescente	If commun	<i>Taxus baccata</i>		10 à 15 m			AVRIL	AOÛT ↔ SEPT
herbacée	Iris des marais	<i>Iris pseudacorus</i>		40 cm à 1 m			MAI ↔ JUIL	
arborescente	Poirier à feuilles en cœur, Poirasse	<i>Pyrus cordata</i>		3 à 8 m			AVRIL	SEPT ↔ NOV
arborescente	Rosier des champs, Rosier rampant	<i>Rosa arvensis</i>		1 m			MAI ↔ JUIL	
arborescente	Saule marsault	<i>Salix caprea</i>		3 à 10 m			MARS ↔ AVRIL	
herbacée	Silène dioïque, Compagnon rouge	<i>Silene dioica</i>		80 cm			MAI ↔ AOÛT	
arborescente	Sorbier des oiseleurs	<i>Sorbus aucuparia</i>		10 à 15 m			MAI ↔ JUIL	SEPT

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...





## Massif Central



CHÈVREFEUILLE DES HAIES  
(*Lonicera xylosteum*)



ÉPILOBE À FEUILLES ÉTROITES  
(*Epilobium angustifolium*)



HOUBLON  
(*Humulus lupulus*)



SORBIER DES OISELEURS  
(*Sorbus aucuparia*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
herbacée	Aigremoine eupatoire	<i>Agrimonia eupatoria</i>		30 à 60 cm			JUIN ↔ SEPT	
arborescente	Aubépine monogyne	<i>Crataegus monogyna</i>		2 à 4 m			AVRIL ↔ JUIN	SEPT ↔ OCT
arborescente	Bourdaine, Aulne noir	<i>Frangula alnus</i>		4 m			MAI ↔ JUIL	OCT
arborescente	Bruyère commune, Callune	<i>Calluna vulgaris</i>		30 cm à 1 m			JUIL ↔ OCT	
herbacée	Cardère sauvage, Cabaret des oiseaux	<i>Dipsacus fullonum</i>		1 m			JUIL ↔ SEPT	AUTOMNE
arborescente	Chèvrefeuille des haies	<i>Lonicera xylosteum</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIN	
herbacée	Épilobe à feuilles étroites	<i>Epilobium angustifolium</i>		1 m à 1,50 m			JUIN ↔ SEPT	
grimpante	Gesse des prés	<i>Lathyrus pratensis</i>		30 à 80 cm			MAI ↔ AOÛT	
grimpante	Houblon	<i>Humulus lupulus</i>		2 à 6 m			JUIN ↔ SEPT	SEPT ↔ OCT
herbacée	Lotier corniculé	<i>Lotus corniculatus</i>		40 cm			MAI ↔ SEPT.	
arborescente	Merisier	<i>Prunus avium</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	JUIN ↔ JUIL
arborescente	Orme champêtre	<i>Ulmus minor</i>		20 à 30m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborescente	Saule des vanniers	<i>Salix viminalis</i>		3 à 6 m			MARS ↔ MAI	
arborescente	Sorbier des oiseleurs, Sorbier des oiseaux	<i>Sorbus aucuparia</i>		10 à 15 m			MAI ↔ JUIL	SEPT
herbacée	Valériane officinale	<i>Valeriana officinalis</i>		50 cm à 1 m			MAI ↔ JUIN	

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



## Pyénées



GENÊT À BALAIS  
(*Cytisus scoparius*)



PIN SYLVESTRE  
(*Pinus sylvestris*)



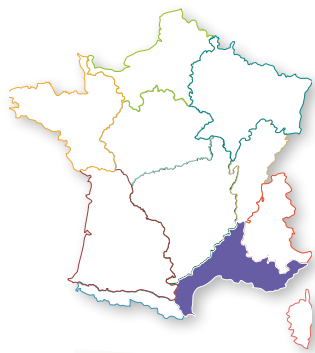
POIS VIVACE  
(*Lathyrus latifolius*)



VESCE DES HAIES  
(*Vicia sepium*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
arbustive	Bruyère	<i>Calluna vulgaris</i>		30 cm à 1 m			JUIL ↔ OCT	
arborée	Charme commun	<i>Carpinus betulus</i>		15 à 20 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ OCT
arbustive	Chèvrefeuille des haies	<i>Lonicera xylosteum</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIN	
grimpeante	Chèvrefeuille des Pyrénées	<i>Lonicera pyrenaica</i>		1 m			MAI ↔ JUIN	
arbustive	Genêt à balais	<i>Cytisus scoparius</i>		1,5 m			MAI ↔ JUIN	AOÛT ↔ SEPT
arborée	Pin sylvestre	<i>Pinus sylvestris</i>		30 m			MAI ↔ JUIN	SEPT ↔ NOV
grimpeante	Pois vivace	<i>Lathyrus latifolius</i>		1 à 2 m			JUIN ↔ AOÛT	
herbacée	Saponaire officinale	<i>Saponaria officinalis</i>		30 à 80 cm			JUIN ↔ SEPT	
herbacée	Silène dioïque, Compagnon rouge	<i>Silene dioica</i>		80 cm			MAI ↔ AOÛT	
arborée	Sorbier des oiseleurs, Sorbier des oiseaux	<i>Sorbus aucuparia</i>		10 à 15 m			MAI ↔ JUIN	SEPT
herbacée	Vesce des haies	<i>Vicia sepium</i>		30 à 80 cm			MAI ↔ SEPT	

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



## Zone Méditerranéenne



CHÈVREFEUILLE DES BALÉARES  
(*Lonicera implexa*)



EUPHORBE DES GARRIGUES  
(*Euphorbia characias*)



MÉLILOT OFFICINAL  
(*Melilotus officinalis*)



TAMARIS DE FRANCE  
(*Tamarix gallica*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
arborée	Arbousier	<i>Arbutus unedo</i>		1 à 3 m			SEPT	OCT ↔ JANV
arbustive	Bruyère	<i>Erica arborea</i>		1 à 3 m			MARS ↔ MAI	
arborée	Chêne vert	<i>Quercus ilex</i>		2 à 15 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT
arborée	Chêne-liège	<i>Quercus suber</i>		5 à 15 m			AVRIL ↔ MAI	OCT ↔ DEC
arbustive	Chèvrefeuille des Baléares	<i>Lonicera implexa</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIN	
grimpante	Clématite odorante, flammette	<i>Clematis flammula</i>		4 m			JUIN ↔ AOÛT	
arbustive	Cytise à feuilles sessiles, Genêt	<i>Cytisophyllum sessilifolium</i>		1 à 2 m			MAI ↔ JUIN	
arborée	Érable de Montpellier	<i>Acer monspessulanum</i>		5 à 6 m			AVRIL	SEPT
arbustive	Euphorbe des garrigues	<i>Euphorbia characias</i>		30 à 80 cm			MARS ↔ JUIN	
herbacée	Lotier	<i>Lotus hirsutus</i>		60 cm			MAI ↔ AOÛT	
herbacée	Mélilot officinal	<i>Melilotus officinalis</i>		1 à 1,5 m			MAI ↔ SEPT	JUIN ↔ OCT
arborée	Micocoulier	<i>Celtis australis</i>		5 à 25 m			AVRIL	SEPT ↔ OCT
arbustive	Myrte commun	<i>Myrtus communis</i>		1 à 3 m			MAI ↔ SEPT	NOV ↔ DEC
arbustive	Nerprun alatern	<i>Rhamnus alaternus</i>		1 à 5 m			MARS ↔ AVRIL	OCT ↔ NOV
arborée	Pin parasol	<i>Pinus pinea</i>		20 à 30 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ NOV
arbustive	Pistachier térébinthe, Térébinthe	<i>Pistacia terebinthus</i>		2 à 3 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ OCT
arbustive	Romarin	<i>Rosmarinus officinalis</i>		1 m à 1,50 m			MARS ↔ MAI	
herbacée	Sarriette des montagnes	<i>Satureja montana</i>		15 à 40 cm			JUIL. ↔ SEPT	
herbacée	Sauge officinale	<i>Salvia officinalis</i>		30 à 50 cm			MAI ↔ JUIL	
arbustive	Tamaris de France	<i>Tamarix gallica</i>		1 à 6 m			JUIN ↔ SEPT	
arbustive	Thym	<i>Thymus vulgaris</i>		10 à 30 cm			AVRIL ↔ JUIN	
arbustive	Viorne tin, Laurier-tin	<i>Viburnum tinus</i>		1 à 3 m			FEV ↔ JUIN	AOÛT ↔ SEPT.

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...





## Zone Nord Est



SORBIER DOMESTIQUE  
(*Sorbus domestica*)



GAILLET JAUNE  
(*Galium verum*)



SAULE CENDRÉ  
(*Salix cinerea*)



GESSE DES PRÉS  
(*Lathyrus pratensis*)

Strate	Nom commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur maxi	Lumière	Eau	Période de floraison	Période de fructification
arbustive	Aubépine monogyne	<i>Crataegus monogyna</i>		2 à 4 m			AVRIL ↔ JUIN	SEPT ↔ OCT
herbacée	Consoude officinale	<i>Symphytum officinale</i>		40 cm à 1 m			MAI ↔ JUIL.	
arbustive	Églantier, Rosier rouillé	<i>Rosa rubiginosa</i>		1 à 2 m			JUIN ↔ AOÛT	
arborée	Érable sycomore	<i>Acer pseudoplatanus</i>		20 à 30 m			MAI	SEPT
herbacée	Gaillet jaune	<i>Galium verum</i>		20 à 60 cm			JUIN ↔ SEPT	
grimpeante	Gesse des prés	<i>Lathyrus pratensis</i>		30 à 80 cm			MAI ↔ AOÛT	
herbacée	Menthe aquatique	<i>Mentha aquatica</i>		35 à 80 cm			JUIL. ↔ SEPT	
arborée	Orme champêtre	<i>Ulmus minor</i>		20 à 30m			MARS ↔ AVRIL	JUIN
arborée	Pin sylvestre	<i>Pinus sylvestris</i>		30 m			MAI ↔ JUIN	SEPT ↔ NOV
herbacée	Salsifis des prés	<i>Tragopogon pratensis</i>		40 à 80 cm			MAI ↔ JUIL.	
arbustive	Saule cendré	<i>Salix cinerea</i>		2 à 6 m			MARS ↔ AVRIL	
arborée	Saule marsault	<i>Salix caprea</i>		3 à 10 m			MARS ↔ AVRIL	
arborée	Sorbier domestique, Cormier	<i>Sorbus domestica</i>		10 à 15 m			AVRIL ↔ JUIN	OCTOBRE
herbacée	Succise des prés	<i>Succisa pratensis</i>		30 cm à 1 m			JUIL ↔ OCT	
herbacée	Vesce jargeau, Vesce craque	<i>Vicia cracca</i>		1 à 2 m			MAI ↔ AOÛT	

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...



## Zone Sud Ouest



CHÊNE SESSILE, CHÊNE ROUVRE  
(*Quercus petraea*)



DIOSCORÉE COMMUNE  
(*Dioscorea communis*)



GUIMAUVE OFFICINALE  
(*Althaea officinalis*)



TANAISIE COMMUNE  
(*Tanacetum vulgare*)

Strate	Nom Commun	Nom latin	Attractivité	Hauteur Maxi	Lumière	Eau	Période de Floraison	Période de Fructification
arbustive	Aubépine lisse	<i>Crataegus laevigata</i>		2 à 4 m			AVRIL ↔ MAI	AOÛT ↔ OCT
arbustive	Cerisier de Sainte-Lucie, Faux merisier	<i>Prunus mahaleb</i>		1 à 4 m			AVRIL ↔ MAI	JUIL ↔ AOÛT
arborée	Chêne sessile, Chêne rouvre	<i>Quercus petraea</i>		30 m			AVRIL ↔ JUIN	SEPT ↔ OCT
grimpante	Chèvrefeuille	<i>Lonicera etrusca Santi</i>		1 à 3 m			MAI ↔ JUIL	
grimpante	Dioscorée, Tamier	<i>Dioscorea communis</i>		1 à 3 m			MARS ↔ JUIL	
arbustive	Genévrier	<i>Juniperus communis</i>		1 à 6 m			AVRIL ↔ MAI	SEPT ↔ NOV
herbacée	Grémil pourpre bleu	<i>Aegonychon purpureo-caeruleum</i>		30 cm			MARS ↔ JUIN	
herbacée	Guimauve officinale, Mauve blanche	<i>Althaea officinalis</i>		1 m			JUIN ↔ SEPT	
grimpante	Houblon	<i>Humulus lupulus</i>		2 à 6 m			JUIN ↔ SEPT	SEPT ↔ OCT
herbacée	Iris fétide	<i>Iris foetidissima</i>		30 à 80 cm			MAI ↔ JUIL	
grimpante	Rosier rampant	<i>Rosa arvensis</i>		1 m			MAI ↔ JUIL	
arborée	Saule gris cendré	<i>Salix atrocinerea</i>		2 à 6 m			FEV ↔ AVRIL	
arbustive	Saule pourpre	<i>Salix purpurea</i>		1 à 4 m			MARS ↔ AVRIL	MAI ↔ JUIN
herbacée	Silène penché	<i>Silene nutans</i>		20 à 50 cm			MAI ↔ JUIL	
herbacée	Tanaisie commune	<i>Tanacetum vulgare</i>		1 m à 1,50 m			JUIL ↔ SEPT	
arbrisseau	Thym	<i>Thymus pulegioides</i>		10 à 20 cm			JUIN ↔ JUIL	

ATTENTION ! Certaines plantes peuvent être toxiques ou allergènes, il est important de bien les identifier avant de les consommer ou de les manipuler. Et de réfléchir au lieu d'implantation (si vous avez des enfants ou des animaux). Cette liste n'est pas exhaustive et doit être nuancée en fonction de la composition de votre sol, de l'exposition au vent et au soleil, de l'altitude, des conditions climatiques...

# LES 10 ÉTAPES À SUIVRE POUR PLANTER SANS SE PLANTER !

Créer son projet de plantation, d'autant plus si c'est au sein de sa commune, de son école ou de son entreprise, est une responsabilité à ne pas prendre à la légère, il est donc important de bien concevoir ce projet. Voici les 10 étapes à suivre :

## 1 JE DÉFINIS MON OBJECTIF

C'est votre objectif qui déterminera le choix des espèces, la surface ou encore le type de plantation. Alors, pourquoi plantez-vous ?

- 🌿 Pour favoriser la biodiversité ?
- 🌿 Pour pouvoir récolter et consommer votre récolte ?
- 🌿 Pour sensibiliser les riverains de votre commune aux enjeux écologiques ?
- 🌿 Pour embellir ou diviser votre terrain ?

## 2 JE TROUVE LE TERRAIN

Comme on ne plante pas n'importe quoi, n'importe comment, on ne plante pas n'importe où... Il y a deux façons de trouver un site :

- 🌿 Vous identifiez un terrain qui vous paraît adéquat et allez voir le propriétaire pour lui présenter votre projet de plantation.
- 🌿 Vous identifiez un propriétaire (Mairie, agriculteur...) susceptible de posséder plusieurs sites et lui demandez s'il a un terrain/un espace sur lequel planter.

## 3 JE CONVAINCS LE PROPRIÉTAIRE

L'accord préalable du propriétaire du terrain qui vous intéresse est évidemment indispensable. Il est également nécessaire d'établir une convention posant clairement les termes de vos engagements réciproques.

[Direction nos tutos pour savoir comment rédiger ce type de convention.](#)

## 4 JE MONTE MON ÉQUIPE

Vous connaissez l'adage :  
*Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin...*

Alors avec qui allez-vous planter ?

Proches, voisins, experts ou amateurs ? Toutes les bonnes volontés sont bonnes à prendre encore faut-il aller les chercher. **Notre plateforme du bénévolat vous aidera à trouver des partenaires.**

## 5 JE TROUVE LE MATÉRIEL ET LES FINANCEMENTS

En dehors de la générosité et de la bonne volonté de votre entourage il faut parfois trouver de l'aide à l'extérieur pour obtenir du matériel, acheter les plants.... Pour tout ce qui n'a pas pu être prêté ou donné, il existe plusieurs méthodes pour trouver des partenariats ou des financements.

[On vous dit tout dans nos tutos vidéo !](#)



## 6 J'ANALYSE LE TERRAIN

Pour éviter les mauvaises surprises, renseignez-vous auprès du propriétaire du terrain pour en connaître l'histoire et vérifiez le sol en le sondant à différents endroits. Ça serait ballot de tomber sur une dalle en béton ou une ancienne route !

## 7 JE RÉFLÉCHIS À L'IMPLANTATION DE MA PLANTATION

Appréhender le lieu de plantation, son sol, l'orientation et l'ensoleillement, les distances réglementaires, les usages... sont autant de paramètres à prendre en compte pour réussir votre projet.

## 8 JE CHOISIS ET TROUVE LES BONS PLANTS

Pour assurer la reprise et la croissance de vos plantations, il est indispensable de choisir des espèces adaptées à votre région. Commencez par repérer celles qui poussent spontanément autour du terrain que vous avez choisi. [Pour savoir quelles sont les bonnes essences à planter et celles à éviter découvrez nos tutos vidéos.](#)

## 9 JE SUIS ATTENTIF À LA SAISON

En général la plantation s'effectue de novembre à mars en évitant les jours de très grand froid !

## 10 JE CONNAIS LES GRANDS PRINCIPES POUR BIEN PLANTER !

Tous les projets de plantation (haies, grimpants, bosquets...) suivent les mêmes grands principes :



**Etape 1 :** Creuser un trou de la profondeur du fer de bêche puis casser les bords pour favoriser l'enracinement.

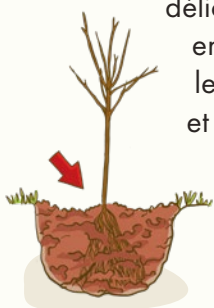


**Etape 2 :** Couper les éventuelles grosses racines tout en préservant bien le "chevelu" (racines fines).

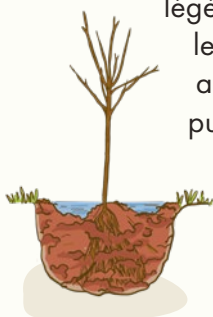


**Etape 3 :** Tremper les racines dans le pralin en s'assurant bien que toutes les racines soient humidifiées.

**Etape 4 :** Reboucher délicatement le trou en s'assurant que le plant soit droit et que le collet soit à l'extérieur.



**Etape 5 :** Tasser légèrement avec le talon tout autour du plant puis arroser abondamment si cela est possible.



**Etape 6 :** Disposer du paillis organique tout autour du plant en prenant soin de libérer le collet.





# FONDATION POUR LA NATURE ET L'HOMME

Dépasser les clivages, inspirer les courages

Créée en 1990 sur la conviction qu'en détruisant la nature et en perturbant l'équilibre planétaire, l'être humain est devenu une menace pour lui-même, la Fondation pour la Nature et l'Homme œuvre pour protéger nos vies. Au quotidien, elle rappelle que tous les hommes, les femmes et les enfants de cette planète ont profondément besoin d'une biodiversité riche et d'un climat stable car tout ce qui nous est cher en dépend : santé, bien-être, prospérité économique, justice sociale et solidarité.

Grâce à une expertise scientifique et technique forte et à des alliances au-delà des clivages, elle démontre aux décideurs politiques, aux acteurs économiques, aux collectivités, aux agriculteurs et aux citoyens qu'il est tout à fait possible et bénéfique de se nourrir dans le respect de la planète, de stopper la destruction des espaces naturels et de décarboner nos modes de transport. Pour y parvenir, elle produit de l'expertise, conçoit des propositions politiques pour faire évoluer les lois et les modèles économiques, et propose des actions concrètes de mobilisation sur les territoires et dans le quotidien de chacun.

AVEC LE SOUTIEN DE :



Nos tutos vidéo **#JagisJePlante** ont été réalisés avec le soutien de six associations, chacune apportant son expertise sur l'un des quatre types de plantations proposé :



**#JagisJePlante** est partenaire du réseau

