



Association AUTOUR DU GRAND CHÊNE

Compte-rendu “*Sainte Baume, orchidées*”

sortie du 18 mai 2024

Cette sortie Orchidées et plus généralement botanique est animée par Christian, notre président. La forêt domaniale de Sainte Baume a été choisie pour la richesse de sa flore. Protégée depuis plusieurs siècles, elle possède des espèces remarquables dont certaines uniques en Europe.

Nous sommes huit. Arrivés à 9h aux 3 chênes (les 3 frères), nous voici sur le sentier merveilleux, balisé jaune. La montée se fait en douceur au coeur de la forêt. Chênes, hêtres, érables, ifs, pins sylvestres, alisiers blancs, lierres, houx magnifiques c'est la forêt enchantée ! On est admiratifs et on ne se lasse pas de découvrir des troncs noueux, tordus, artistiquement tortueux abritant les esprits de la forêt.



Bel arbre

Le printemps pluvieux de cette année favorise une végétation exubérante. Voici ce que nous avons découvert avec Christian, notre guide :

- Le Daphné différent du Daphné garou, endémique à Sainte Baume et toxique comme tous les daphnés et que l'on pourrait mettre dans le panier de la sorcière avec la Parisette.*
- La Mélitte à feuille de mélisse ou Thé du berger dont l'infusion est très tonique.*



Le Daphné



La Melitte

Christian nous fait observer «l'intelligence» de certaines plantes. Le Houx par exemple dont les feuilles sont moins dentées en haut (moins de prédateurs) et la Néottie nid d'oiseau qui vit en symbiose avec le chêne ou autre feuillu.

- trouvé :*
- La Néottie nid d'oiseau fait partie de la famille des Orchidées. Nous avons*
 - Un grand nombre de Céphalantères blanches à longues feuilles.*
 - l'Orchis moucheron*
 - l'Orchis pourpre*

- L' Acéras homme pendu
- L'Orchis militaire qui se distingue du précédent par la présence d'un «zizi».
- Le Limodore à feuilles avortées.
- L'Orobanche qui ressemble à la Néottie nid d'oiseau mais qui n'est pas une orchidée mais une plante parasite tirant sa subsistance des racines de plantes-hôtes.



Néottie



Céphalantère



Orchis pourpre



Acéras homme pendu



Orchis militaire



Limodore

Parmi les plantes caractéristiques, nous avons observé :

- De nombreux Sceaux de Salomon.
- Le Grémil ligneux et ses joies fleurs bleues
- Le Sanicle d'Europe aux propriétés thérapeutiques cicatrisantes.
- L'Hellébore fétide très toxique
- Le Bugle petit pin.



Sceaux de Salomon



Grémil ligneux



Sanicle d'Europe



Bugle petit pin

Les mycologues du groupe n'ont pas manqué de s'extasier sur les magnifiques *Tramettes versicolores* et autres *Fomitopsis* et *Helvelles acetabulum*.

Spécialiste des traces d'animaux, Christian a l'oeil ! Voici qu'il ramasse une coquille d'oeuf : A qui appartient-il ? C'est lui qui détient seul la réponse bien sûr : c'est celui de la Chouette hulotte ! et saviez-vous que ce petit réservoir d'eau, cavité naturelle dans un tronc d'arbre s'appelle un «saunié» en provençal ?

Nous remarquons, ici, aussi, la présence d'anciennes charbonnières. C'est grâce à Napoléon III qu'elles ont été interdites pour préserver la forêt. Ainsi elle peut être, heureusement, encore admirée et chantée comme Joseph Pourcel «chantre de la nature» qui y a laissé son nom.



Nous voici au Petit Paradis, magnifique endroit qui porte bien son nom. Le passage au Pas de l'Aï se fait sans problème. Nous quittons l'ubac pour nous retrouver sur les crêtes. Un petit vent frisquet nous accueille. Nous sommes à 1111m d'altitude. Il est 13h, heure du pique-nique. Nous ne nous attardons pas, il nous manque un peu de soleil pour que tout soit parfait. On prend le temps d'admirer le paysage. Mais oui on voit la mer et puis Sainte Victoire, Saint Julien tout là-bas Il y a beaucoup de sommets mais nous on est dans les nuages !

La végétation offre un contraste saisissant avec le côté nord que nous venons de traverser. Les crêtes sont à cette période couvertes de fleurs. Il y a des tapis de Thym, de la Lavande aspic en quantité. Ce qui domine, ce sont les Asphodèles en pleine floraison. Savez-vous que cette plante est psychopompe c'est-à-dire qu'elle aide les morts à passer dans l'au-delà ?

Voici quelques plantes répertoriées :

- L'Ancolie, jolie fleur violette
- La Bardane, tout est bon dans cette plante !
- La Laitue des murailles et ses magnifiques fleurs mauves
- Les Lentilles de montagne
- La Fausse Arnica aux fleurs jaune vif
- Le Circe
- L'Astérolide épineuse
- L'Epiaire droite ou thé des Arabes
- La Valériane
- Les Globulaires
- Le Réséda
- L'Ornithogale
- La Sentoline

Nous cheminons aux milieu des fleurs.



Asphodèle



Ancolie



Salade des murailles



Réséda

Il faut monter, redescendre. Attention passage délicat !

Voici la croix des Béguines (1148m). Au Moyen-Âge, les béguines étaient des femmes qui se vouaient à Dieu sans entrer au monastère.

Nous marchons environ 3km sur la crête avant d'entamer la descente par le chemin des Rois. Nous admirons le courage d'une parmi nous qui tombe en panne de chaussure ! La semelle «fout l'camp» et c'est Christian en bon prestidigitateur qui sort de son sac, la cordelette miracle avec laquelle on ficelle le tout. On mettra le temps qu'il faudra mais on redescendra avec le sourire en plus. Certes,

on entend l'hélicoptère mais il n'est pas pour nous mais pour une visiteuse de la grotte à qui Marie Madeleine n'a pas porté chance !



Vipérine



Potentille arbustive

Il est 18h, tout va bien, on est un peu fatigués. Pas de pot de l'amitié, il reste encore le chemin de retour !

Merci à Christian et à tout le groupe qui ont fait de cette sortie, une balade dont on se souviendra

Marie-Paule

