



AMBERT
LIVRAOIS
FOREZ

Le chemin des papetiers

2021

avec
Renaud Rulmann
[https://naturasounds.
.bandcamp.com](https://naturasounds.bandcamp.com)

ÉRABLE SYCOMORE *Acer pseudoplanatus* L. Sapindacées

L'érable sycomore fait partie d'une grande famille, d'origine indo-européenne, il est très répandu dans les campagnes d'Europe.

Arbre à écorce gris pâle, fissurée, liégeuse et côtelée qui a valu le nom de « bois de poules » ; Ses feuilles sont opposées, longuement pétiolées à plusieurs lobes arrondis (généralement 5), vertes sur les 2 faces ; ses fleurs jaune verdâtre font 5 à 6 mm et naissent avec les feuilles ; son fruit est composé de deux samares ailées, disposées horizontalement, que les enfants jettent en l'air pour les voir tomber tels des hélicoptères. Son bois est apprécié en ébénisterie, pour fabriquer des boîtes, manches, brosses mais aussi des assiettes, des bols...

Il est dans la mythologie grecque dédié à Phobos, dieu de l'Épouvante (d'où le mot phobie). L'Illiade rapporte que le cheval de Troie fut fabriqué en érable.

Dans les pays anglo-saxons et en Amérique du Nord, il est réputé pour chasser les démons et les mauvais esprits nocturnes. Aussi des brindilles d'érables étaient placées au pied du lit et devant la porte de la maison.

Pour les druides, l'érable est symbole d'indépendance et de liberté.

Sa sève utilisée comme breuvage calmait les esprits impulsifs et violents.

L'érable, messager des Dieux dominait la fontaine de Barenton où Merlin puisait son eau.

L'érable a des propriétés antivirales, il stimule les défenses immunitaires et permet à l'organisme de lutter contre les infections virales.

Habitat : Un peu partout en Europe.

Identification : 10 à 45 mètres. Arbre. Feuilles vertes, jaunes, orangées ou rouges, opposées, pétiolées et palmatilobées. Calice de 5 sépales à segments imbriqués. Corolle à 0 ou 5 pétales.

Parties utilisées : Écorce.

Constituants : Phytostérols, choline, allantoiné, tanins.

Propriétés : Astringente.

Sources : *Secret et vertus des plantes médicinales* - sélection du Reader's digest - première édition - 1977

Le livre des bonnes herbes – Pierre Lieutaghi – Actes Sud – 1996

Plantes comestibles, cueillette et recettes des 4 saisons – éditions Debaisieux - 2012

www.ambertlivradoisforez.fr/chemin-des-papetiers/musicotherapie-botanique/

Communauté de Communes Ambert Livradois Forez - service patrimoine 04 73 82 59 56