

RÉCRÉATIONS NATURE - PETITS ATELIERS AVEC LES PLANTES DES BOIS ET DES PRÉS

Doris Fischer

Érable, saule, ortie, céréales, jonc, coquelicot et tant d'autres accompagnent l'homme depuis si longtemps dans les forêts, les friches et les prés, que celui-ci a patiemment appris à les connaître, à les utiliser et à en tirer d'innombrables usages pour le quotidien comme pour les jours de fête. Tout ordinaires qu'ils puissent nous sembler aujourd'hui, ces arbres et ces plantes fournissent des matériaux insoupçonnés qui ravissaient les artisans et les enfants d'hier, en offrant un support presque infini à leurs créations.

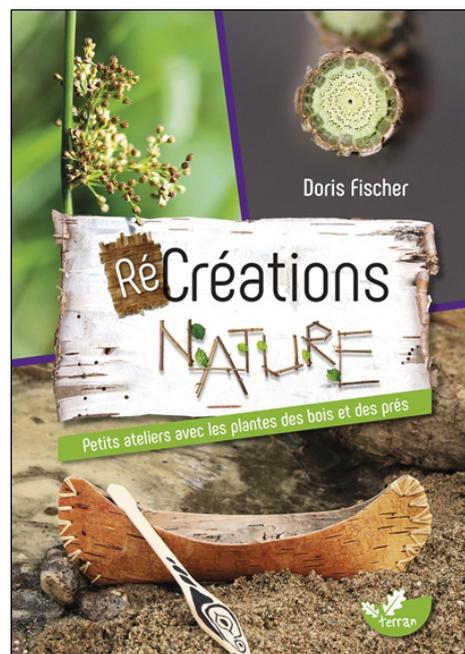
Ce livre vous propose de redonner vie à des savoir-faire oubliés au travers de **30 plantes communes à redécouvrir**. Vous apprendrez ainsi à les trouver facilement dans les espaces naturels, à les récolter respectueusement, à les connaître, avec leur histoire, leur utilisation traditionnelle et contemporaine, qui vous ouvrira à **plus de 200 réalisations**. De l'objet le plus pratique au plus ludique, de la corbeille de ronce à l'instrument de musique en sureau, de l'oracle donné par la feuille de plantain au dentifrice à la cendre de hêtre, en passant par la laque de bouleau, le cygne de jonc, la branche-baromètre d'épicéa ou la recette des noix au sirop, voici un trésor et une source d'inspiration pour tous ceux qui aiment le plein air, s'intéressent aux plantes et au bushcraft, cet art de vivre dans les bois : une véritable école buissonnière !

Née en 1965 dans l'Ouest de l'Allemagne, Doris Fischer est technicienne de fouilles archéologiques. Passionnée par les techniques artisanales anciennes, elle s'intéresse particulièrement à l'utilisation des plantes traditionnelles, à l'archéologie expérimentale, à la reconstitution des techniques et à la photographie. Elle anime des ateliers dans les écoles et les musées, et propose des cours de filage de la laine et de teinture avec des colorants végétaux. Elle a déjà publié trois livres en allemand : Revivez le Moyen Âge !, Jouer comme au Moyen Âge et Cuisiner comme au Moyen Âge.

**Un livre pour nous faire retomber en enfance.
Un univers de poésie pour se reconnecter à la nature.
Découvrir et s'amuser des plantes du quotidien.
Beau livre tout quadri.**



Un nouveau regard sur la nature



Réf. 67490

Précommande n° : L99125

11/03/2019

35 €

Livre Broché • 256 pages • 20 x 28 cm

Santé - Bien-être

Ecologie - Environnement - Nature - 027

Nature
Ateliers
Loisirs
Enfants



DG DIFFUSION - La distribution alternative - Z.I. de Bogues - 31750 Escalquens
Tél. : +33 (0)5 61 000 999 - Fax : +33 (0)5 61 00 23 12

Doris Fischer

RÉ-CRÉATIONS NATURE

XXXXXXXX



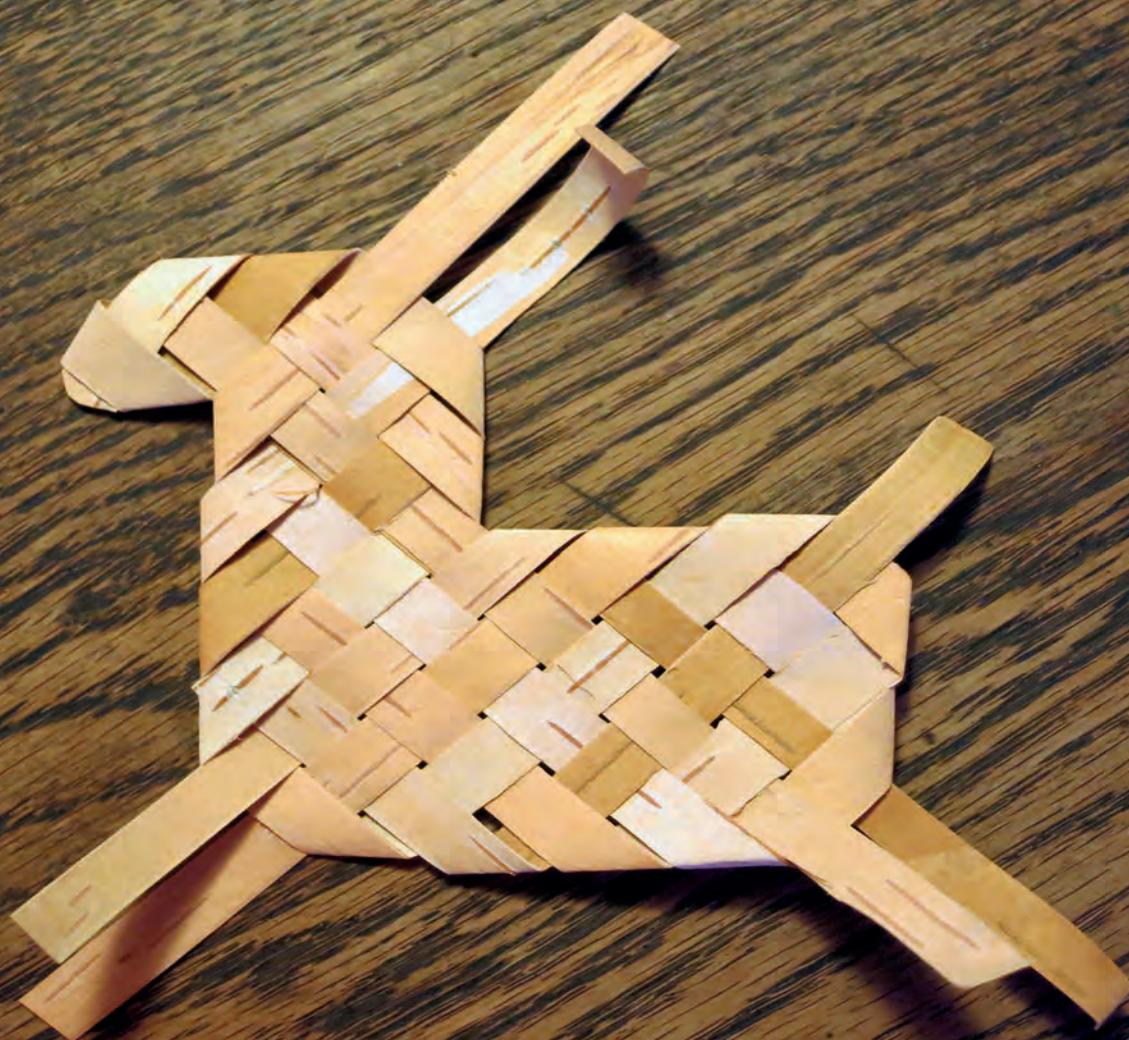
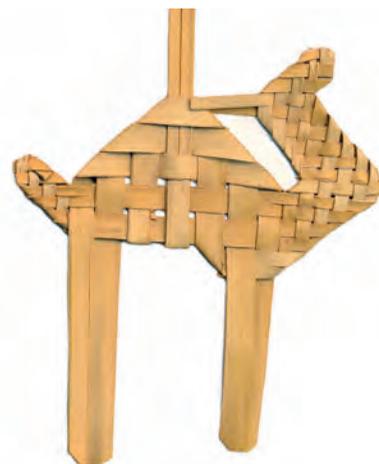
Sommaire

AVANT-PROPOS	7
ASTUCES PRATIQUES	9
CONNAISSANCES DES PLANTES ET TRADITION	11
PARTIE 1 : LES ARBRES ET LES ARBUSTES	15
Le bouleau	17
Le chêne	37
La clématite	45
L'épicéa	51
L'érable	61
Le fusain	65
Le hêtre	73
Le marronnier	81
Le merisier	89
Le mûrier	95
Le noisetier	101
Le noyer	113
Le pin sylvestre	121
Le prunellier	127
Le saule	131
Le sureau	145
Le tilleul	157
PARTIE 2 : LES RACINES, LES HERBES ET LES GRAMINÉES	164
La betterave	167
Les céréales	171
Le cerfeuil sauvage	187
Le coquelicot	191
L'épilobe	195
Le jonc	201
Le maïs	211
La massette	219
L'ortie	223
Le pissenlit	227
Le plantain	233
La prêle	237
Le roseau	241
Le scirpe	249
REMERCIEMENTS	252
INDEX	253

Pour la méthode faisant appel à deux récipients, il faut mettre les écorces dans un contenant au fond percé et placer celui-ci dans un bac de récupération. Vous trouverez les instructions pour les deux méthodes en tapant sur Internet les mots-clés « goudron de bouleau » et « poix de bouleau ».

PERSONNAGES TRESSÉS

J'ai découvert ces modèles de personnages tressés, ou plutôt tissés, comme ici le cerf, dans un petit livre de Mari Nagy et István Vidák sur la confection de jouets avec des plantes aquatiques. Comme il est difficile d'expliquer la méthode dans le détail, je me contenterai ici de citer quelques exemples de réalisations. En Hongrie, le cerf était à l'origine fabriqué avec du jonc. Curieusement, la même technique est utilisée sur d'autres continents : sur les bords du lac de Pátzcuaro, au Mexique, on tresse le même genre de modèle dans de la paille ; au Japon, on utilise des copeaux de bois d'érable, et au Maroc des feuilles de palmier (voyez, en haut à gauche, le dromadaire).



Le chêne



Feuille de chêne rouge en automne.

Le chêne (*Quercus*) est probablement le feuillu le plus répandu en Allemagne, tout comme en France, où sa population est d'ailleurs la plus importante d'Europe. Avec ses feuilles lobées et ses fruits très caractéristiques (les glands), il est impossible de le confondre. Les fleurs, qui apparaissent en mai, sont plutôt discrètes. Les espèces les plus fréquentes en France sont le chêne pédonculé (*Quercus robur*), dans les régions de basse altitude, le chêne rouvre (*Quercus petraea*), en moyenne montagne et à plus haute altitude, et le chêne pubescent (*Quercus pubescens*). Il faut y ajouter le chêne rouge d'Amérique (*Quercus rubra*), qui a beaucoup été planté en raison de sa croissance rapide et de sa belle coloration automnale. Ce dernier possède aussi des glands particulièrement gros avec de grandes cupules plates qui conviennent bien pour le bricolage.

Ces arbres peuvent devenir très vieux. Le « chêne royal » danois, dont l'âge est évalué à plus de 1 400 ans, semble être le plus ancien d'Europe. À l'époque médiévale, les chênaies servaient à engraisser les animaux : les cochons pouvaient s'y nourrir des fruits avant d'être abattus l'hiver venu. L'utilisation du bois était également importante. Le chêne fournissait les meilleures charpentes et les meilleurs fûts pour le cognac et le whisky, servait à la fabrication de bardeaux, de tubes en bois et de roues de charrettes ; les grumes procuraient des piquets très résistants. De nombreux chênes à tan étaient aussi plantés, car leur écorce entrait dans une préparation destinée au tannage du cuir. Enfin, il est apprécié en tant que bois de chauffage pour sa combustion lente ; d'ailleurs, les forgerons mettent toujours une bûche de chêne dans les braises avant la pause déjeuner pour tenir la chaleur jusqu'à leur retour.



FIGURINES, ANIMAUX, DÎNETTE POUR ENFANTS



Matériaux : Glands, marrons d'Inde, fil, feutrine, cure-dents.



Saison : À l'automne (à partir d'octobre).



Méthode : Pour confectionner un serpent, percez les cupules avec un poinçon avant de les enfiler sur un fil de la dimension désirée. Un gland entier formera la tête, et vous laisserez pendre le bout du fil pour la langue (vous pouvez également coller un morceau de feutrine).

Le berger et le chien sont réalisés avec le gland dans son entier ; le corps des moutons est un marron d'Inde. Les têtes (percées à l'aide d'un poinçon) sont fixées aux corps avec un bout de cure-dents.

La cafetière de la maison de poupée est fabriquée avec un gros gland entier ; les tasses avec des cupules et les sous-tasses avec de grandes cupules de chêne rouge. Pour que la cafetière et les tasses tiennent debout, aplanissez leur base avec du papier de verre ou une pierre rugueuse.

Une cupule avec une tige se transformera en pipe. Vous pouvez confectionner des colliers avec des cupules et des glands entiers, en les perceant et en les enfilant sur un fil solide.



BILLES

Les galles des plantes sont des excroissances causées par des insectes. Les larves de la guêpe du chêne effectuent leur croissance dans des noix de galle sphériques.



Matériau : Noix de galle.



Saison : À l'automne.



Méthode : Vous trouverez en automne des noix de galle rondes sous des chênes ou encore accrochées aux arbres. Elles font l'objet de nombreux jeux de billes et de boules. Vous pouvez aussi les utiliser pour représenter la tête de bonshommes fabriqués avec un gland ou un marron d'Inde.





VACHE EN POMME DE PIN

La vache en pomme de pin est un jouet traditionnel très simple, souvent évoqué dans les souvenirs d'enfance. On lui a d'ailleurs donné divers noms suivant les régions. Il était répandu jusqu'en Scandinavie et en Grande-Bretagne. On se servait aussi de pommes de pin rondes pour fabriquer des moutons, et de petits cônes de mélèze pour les agneaux.



VACHE SUR PATTES

La vache sur pattes, spécialité du canton suisse d'Appenzell, est un autre moyen de recycler les vieux sapins de Noël. Elle s'appuie sur ses pattes antérieures et on peut la décorer d'un collier et de petites oreilles en cuir. Dans la vallée de Safien, dans les Grisons suisses, on raconte que l'on donnait jadis aux enfants, après l'abattage, les os des chevilles des bœufs ou des moutons, qu'ils transformaient en petites vaches utilisées comme jouets.



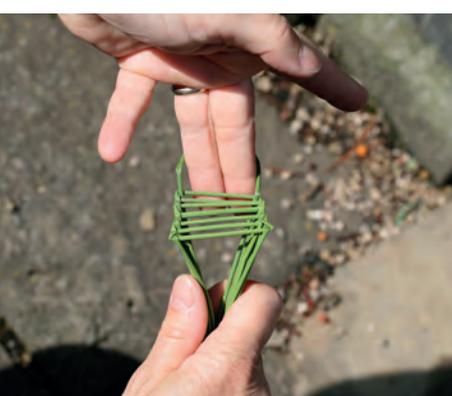
Matériau : Branche verticillée.



Saison : En janvier, après avoir enlevé les décorations de l'arbre de Noël.



Méthode : Sciez une partie verticillée au sommet de l'arbre, sachant qu'il vous faut un petit côté pour la tête et un morceau plus long pour le corps. Deux départs de branches composeront les pattes et deux autres les cornes. Selon l'angle formé par les branches, on peut laisser sur les côtés deux morceaux très courts pour les oreilles. Détachez les autres branches et ôtez l'écorce du bois.



CHAISE DE CHAT, CHAISE DE COUCOU

Cette petite chaise en jonc, bien connue en France, en Allemagne, au Danemark et aux Pays-Bas, est associée à différents animaux comme le chat, le coucou ou encore la grenouille. Dans certaines régions, elles étaient tressées avec des tiges de plantain. En Irlande, les enfants confectionnaient de la même manière des cages à papillons ; dans ce cas, il n'y avait pas de dossier, et le jonc pouvait être remplacé par de la crénelle (une herbe des prés assez commune).



Matériaux : 8 à 12 tiges de jonc.



Saison : Toute l'année.



Méthode : Placez la première tige derrière le majeur et l'annulaire, en laissant suffisamment d'espace pour former le dossier, et rabattez les extrémités vers l'avant. Placez la tige suivante devant le majeur et l'annulaire et rabattez les extrémités vers l'arrière (voir photos 1 et 2). Faites glisser le dossier de la petite chaise avec les deux doigts jusqu'à l'obtention d'une assise assez large (voir photo en bas au milieu et celle de droite). Vous pouvez réaliser une table en formant un dossier plus large, que vous pliez vers le bas pour l'attacher aux autres tiges.



HOCHET

Voici comment réaliser un hochet en jonc, même si d'habitude la technique de la spirale est plutôt réservée aux tiges de blé ou de saule. On peut voir un exemple de ce type d'objet sur une toile de Jan de Bray, un peintre hollandais du XVII^e siècle. Les Irlandais utilisaient indifféremment cette technique pour des hochets et des petites corbeilles destinées à la cueillette des myrtilles. Vous trouverez dans un livre d'E. Estyn Evans, *Irish Folk Ways*, divers modèles de hochets et autres petits objets tressés avec du jonc.



Matériaux : Tiges de jonc, ficelle, noisettes.



Saison : Toute l'année.



Méthode : Liez sept tiges ensemble au niveau de leur extrémité la plus fine. Tenez le faisceau verticalement vers le bas (le plus simple est de le caler entre les genoux) et déployez les tiges en rayon. Prenez une tige et faites-la passer par-dessus les deux tiges placées à sa droite. Prenez la tige suivante, qui se trouve à présent sous la précédente, et faites-la passer par-dessus des deux suivantes. Continuez de travailler ainsi, toujours dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour agrandir progressivement le diamètre de l'entonnoir, formez le pli légèrement à l'extérieur avant de rabattre par-dessus les deux tiges placées à sa droite. Lorsque la longueur de tige commence à s'épuiser, réduisez le diamètre en formant le pli légèrement à l'intérieur de l'entonnoir. Glissez deux ou trois noisettes à l'intérieur avant de refermer l'entonnoir en liant entre elles les tiges. Tressez les tiges les plus fines pour former le cordon du hochet.

