



## Les dates de récolte des plantes médicinales

Les différentes parties récoltées sur les simples, plantes médicinales et à usage thérapeutique

<b>Feuilles</b>
<b>Fleurs</b>
<b>Sommités fleuries</b>

<b>Tiges</b>
<b>Racines</b>
<b>Graines</b>

<b>Écorces</b>
<b>Fruits</b>
<b>Bourgeons</b>

	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin	Juill	Apût	Sept	Oct.	Nov	Déc
ABSINTHE <i>Artemisia absinthium</i>					Feuilles	Feuilles	Feuilles					
ALCHÉMILLE <i>Alchemilla vulgaris</i>					Tiges	Tiges	Tiges					
ANGÉLIQUE <i>Angelica archangelica</i>							Tiges	Fruits	Racines			
ARMOISE <i>Artemisia vulgaris</i>						Feuilles	Feuilles					
ARNICA <i>Arnica montana</i>						Fleurs	Fleurs					
AUBÉPINE <i>Crataegus laevigata</i>					Fleurs							
AVOINE <i>Avena sativa</i>						Graines	Graines					
BLEUET <i>Centaurea cyanus</i>							Fleurs					
BOULEAU <i>Betula pendula</i>		Fleurs			Feuilles	Feuilles						
BOURRACHE <i>Borago officinalis</i>					Fleurs	Fleurs	Fleurs	Fleurs				

Feuilles
Fleurs
Sommités fleuries

Tiges
Racines
Graines

Écorces
Fruits
Bourgeons

	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin	Juile	Apût	Sept	Oct.	Nov	Déc
CAMOMILLE Chamaemelum nobile						Red						
CENTAURÉE Centaurium erythraea							Blue					
CERISIER Prunus cerasus							Purple					
CHÊNE Quercus					Black							
CHÈVREFEUILLE Lonicera caprifolium							Red	Red				
COQUELICOT Papaver rhoeas						Red	Green					
CYPRÈS Cupressus	Purple											
EUCALYPTUS Eucalyptus globulus					Green	Green						
GENTIANE Gentiana lutea						Black	Black	Black	Black			
GUIMAUVE Althaea officinalis							Red					

Feuilles
Fleurs
Sommités fleuries

Tiges
Racines
Graines

Écorces
Fruits
Bourgeons

	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin	Juill	Apût	Sept	Oct.	Nov	Déc
HOUBLON Humulus lupulus												
HYSOPE Hyssopus officinalis												
LAMIER BLANC Lamium album												
LAURIER Laurus nobilis												
LAVANDE Lavandula officinalis												
LIERRE TERRESTRE Glechoma hederacea												
LIN Linum usitatissimum												
LIS Lilium candidum												
MARJOLAINE Origanum majorana												
MAUVE Malva sylvestris												
MÉLISSE Melissa officinalis												
MENTHE POIVRÉE Mentha piperita												

Feuilles
Fleurs
Sommités fleuries

Tiges
Racines
Graines

Écorces
Fruits
Bourgeons

	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin	Juill	Apût	Sept	Oct.	Nov	Déc
ORTIE <i>Urtica dioica</i>					Feuilles				Racines			
PETITE PERVENCHE <i>Vinca minor</i>			Fleurs									
PISSENLIT <i>Taraxacum officinale</i>			Feuilles	Feuilles								
PRIMEVÈRE <i>Primula officinalis</i>				Fleurs								
PULMONAIRE <i>Pulmonaria officinalis</i>					Fleurs							
RAIFORT <i>Armoracia rusticana</i>	Racines	Racines	Racines	Racines					Racines	Racines	Racines	Racines
ROMARIN <i>Rosmarinus officinalis</i>					Feuilles	Feuilles						
SAPONAIRE <i>Saponaria officinalis</i>					Feuilles	Feuilles						
SAUGE <i>Salvia officinalis</i>						Feuilles	Feuilles					
SUREAU <i>Sambucus nigra</i>						Fleurs	Fleurs					
THYM <i>Thymus vulgaris</i>							Feuilles	Feuilles				
TILLEUL <i>Tilia cordata</i>							Fleurs					

**Feuilles**  
**Fleurs**  
**Sommités fleuries**

**Tiges**  
**Racines**  
**Graines**

**Écorces**  
**Fruits**  
**Bourgeons**

	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin	Juill	Apût	Sept	Oct.	Nov	Déc
VERVEINE Verbena officinalis												
VIGNE ROUGE Vitis vinifera												
VIOLETTE Viola odorata												



**Si vous allez cueillir dans les bois et les champs, la vigilance s'impose : l'exercice n'est pas sans risque. Se remettre quelques règles en mémoire. Elles sont à peu près les mêmes que celles qui régissent la cueillette des champignons.**



**Bonne récolte**

Fiche :  2021 JDN jardins du nord