



# Sommaire

Remerciements	4
Introduction	7
<b>Paimpont</b>	13
L'osmonde royale	13
Le lis	15
L'abbaye de Paimpont	16
Le hêtre du Voyageur	18
<i>Recette du beurre de faïnes</i>	21
Balade au Pas du Houx	23
Portrait d'homme, Joël Le Bourdellès, à Paimpont	26
L'olivier	27
Au village de Trédéal	29
Portrait de femme, A. Marc, apicultrice et naturopathe	31
<i>Recette de figues au fromage de chèvre et au miel</i>	32
Le chêne des Hindrés	33
Calendrier celtique, tradition mise au goût du jour ?	34
La forêt : lieu de ressources et de quête personnelle	35
Le tombeau de Merlin	36
La fontaine de Jouvence	37
<b>Saint-Malon-sur-Mel</b>	39
L'étang de la Murette	39
Le pin sylvestre	40
Le musée de la Forge	43
<b>Iffendic</b>	45
Portrait d'homme, Raymond	48
<i>Recette de santé de Raymond</i>	49
Le nénuphar blanc	49
Le domaine de Careil	50
Le vallon de la Chambre au Loup	51
Le domaine de Boutavent	52
Le lac de Trémelin	53

Escapade à Montfort-sur-Meu	54
Petite histoire du tilleul de l'Écomusée	55
Treffendel	57
La fougère-aigle	58
Portrait de femme, Valérie Robichon, vannière	60
Le saule blanc	60
La clématite sauvage	64
Les « Étangs d'art »	65
Plélan-le-Grand	67
La fontaine St-Fiacre	67
Portrait de femme, A. Gergigon, « D'âmes Nature »	68
Le restaurant des Forges de Paimpont	69
Le charme	69
Le chêne	71
Les Forges de Paimpont	76
L'alisier	79
Les Filles des Forges	80
Les boisiers	81
Escapade à Bréal-sous-Montfort, aux Jardins de Brocéliande	82
L'iris	82
Escapade à Baulon	86
Portrait de femme, S. Persehais, « Les Métairies »	86
<i>Recette du vin de sauge de Sophie</i>	86
L'équinacée	88
Maxent	91
Le tamier commun	93
<i>Recette des beignets salés de « reponchons »</i>	94
L'églantier	95
<i>Recette de la confiture de cynorhodons</i>	96
Le bourg de Maxent	97
Le sceau-de-salomon	98
Portrait de femme, Mèmère Jeanne, « Les Hayes »	99
Le zinnia	100
Le mimosa	100
Le château des Hayes et les frères Bülher	102
Au village de Lantu : L'Arbre de Vie	102
L'alchémille	104
Au village de Mérignac	106

Le village du chêne Jouit	107
Au village de Périssac	107
La Pierre Droite	108
<b>Escapade à Guer</b>	109
Les Arbres remarquables	110
<b>Saint-Malo-de-Beignon</b>	111
L'orme champêtre	112
Le Jardin des Evêques	114
Portrait d'homme, Jean-François, jardinier	115
Le buis	116
Hildegarde de Bingen	118
Le camping d'Aleth	118
Le marronnier blanc	119
Le sureau noir	121
<b>Beignon</b>	125
Le Pont du Secret et la vallée de l'Aff	125
Le châtaignier	127
<i>Recette de la confiture de marrons</i>	128
Le chèvrefeuille	130
Le bourg de Beignon	130
Portrait d'homme, J.-E. Le Gall, passionné d'élixirs floraux	131
<i>Recette du vin diurétique et antirhumatismal</i>	132
La petite centaurée rose	133
Le Plessis	134
Le pin de Marie Aubert	136
<b>Annexes</b>	139
Beltaine	140
Le muguet	141
Lexique élémentaire botanique non exhaustif de l'herboriste en herbe	142
Période de floraison	148
Suggestions Nature	149
À vos répertoires !	167
Ressources	169