

# ROUTE DES MILIEUX HUMIDES



ORGANISME  
DE BASSIN VERSANT  
LAC-SAINT-JEAN

Lac Saint-Jean

## ENTRE EAU ET TERRE, chroniques d'un monde humide

### LA FLORE DES TOURBIÈRES, ENTRE ADAPTATION ET RÉSILIENCE

Mystérieuses, silencieuses et pourtant bien vivantes, les tourbières abritent une flore hors du commun. Ces plantes, souvent discrètes, racontent une histoire de survie, de beauté et d'ingéniosité.

#### Un monde végétal où la résilience est reine

L'élément emblématique d'une tourbière? La tourbe. Ce sol brun-noir, spongieux, est formé par l'accumulation lente de matière végétale morte, principalement des sphaignes, qui se décompose difficilement faute d'oxygène et de nutriments. Imaginez : des couches de végétaux anciens s'accumuler depuis des millénaires, parfois jusqu'à dix mètres d'épaisseur!

Dans cet environnement peu accueillant en apparence, seules les plantes les plus adaptées survivent : la flore des tourbières est faite de spécialistes.

#### Survivre grâce aux alliés invisibles

Pour pallier la pauvreté du sol, certaines plantes collaborent avec des bactéries ou des champignons pour capter les nutriments essentiels. D'autres développent des stratégies fascinantes : feuilles collantes pour piéger les insectes, racines peu profondes pour capter l'eau de surface, ou encore capacité à stocker l'eau comme les sphaignes.

Les tourbières fens, plus riches, accueillent une diversité plus grande : herbacées, fougères, graminées. Les tourbières bogs, elles, voient dominer des arbustes robustes tels que le kalmia, le bleuet sauvage ou la canneberge.

#### Zoom sur quelques vedettes végétales

**La spirée** : arbuste des berges, elle stabilise les sols avec ses racines et attire abeilles et papillons. Son apparence délicate cache une force tranquille au service de l'écosystème.

**Le myrique baumier** : arbuste aussi nommé bois-sent-bon, il embaume les sentiers de notes poivrées et sucrées. En plus de prévenir l'érosion, ses feuilles parfumées sont utilisées en médecine traditionnelle et dans la fabrication de savons ou bougies. Un trésor local à découvrir!

**Le cornouiller stolonifère** : arbuste facilement reconnaissable à ses tiges rouge vif en hiver, il pousse sur les berges et nourrit les oiseaux tout en embellissant le paysage. Une véritable sentinelle des milieux humides.

**La fougère sensible** : ancienne de plusieurs millions d'années, elle plie ses feuilles dès les premiers froids. Bien qu'incomestible, elle joue un rôle clé dans les tourbières, en créant un microclimat frais.

#### Envie de les voir de vos propres yeux?

La tourbière du lac Ouatichouan vous attend. Venez marcher sur ses passerelles, observer sa flore de près, respirer les arômes du myrique ou contempler les teintes chatoyantes du cornouiller. Un monde fascinant vous tend les bras. Ces plantes ne sont pas seulement belles. Elles retiennent le sol, filtrent l'eau, nourrissent les pollinisateurs, nous rappellent qu'il existe une beauté discrète, résiliente, à préserver. Ces plantes soutiennent aussi une faune précieuse, diversifiée et impressionnante.

**Prochaine chronique :**  
La faune des tourbières, une vie  
insoupçonnée à découvrir



CARTE INTERACTIVE



[obvlacstjean.org/projets/](http://obvlacstjean.org/projets/)

Une route pour COMPRENDRE, AIMER ET PROTÉGER, la Route des milieux humides :  
une tout autre façon de conserver nos milieux naturels!

