

# « En connaissant cinq plantes, on peut déjà faire beaucoup »



D'avril à octobre, Michaël Berthoud et Marie Mellioret animent chaque week-end des ateliers en pleine nature.

greffée à son projet initial et le duo vit aujourd'hui entièrement de ses activités. Plus de 2'500 personnes ont bénéficié de leurs connaissances. De Suisse, mais aussi du sud de la France ou d'Allemagne. «C'est un réel honneur que les gens viennent à nous, ça nous touche profondément.»

## Des trésors sous nos pieds

Lors de la cueillette sauvage, toutes sortes de végétaux qui poussent sans l'intervention de l'humain sont récoltés: racines, fruits, feuilles, champignons, etc. Autrefois répandue et vitale en Europe, cette pratique s'est estompée avec l'essor de l'industrialisation, l'agriculture moderne et la sédentarisation.

«La cueillette sauvage reste une nécessité dans de nombreux pays moins industrialisés. Elle permet à des millions de personnes de survivre, note Michaël Berthoud. Quand les temps sont durs, les plantes sauvages sont les ressources vers lesquelles on se tourne. Cela a été le cas par exemple au Kosovo dans les années 90. Lors des guerres, les habitants sont retournés dans la forêt pour pallier les pénuries alimentaires.»

Parmi les plantes qu'il aime faire découvrir, Michaël privilégie les espèces communes, comme le pissenlit, le plantain ou l'ortie. «Elles se trouvent partout et poussent en abondance. En connaissant cinq plantes, on peut déjà faire beaucoup. Le pissenlit, par exemple, ne se limite pas à la salade de dent-de-lion: on peut en faire du sirop, du vin, des biscuits, mais aussi des décoctions médicinales ou des macérats huileux pour éclaircir la peau.»

Ces savoirs sont consignés dans son ouvrage «54 plantes sauvages comestibles de Suisse romande et France voisine», paru en 2021. Il est préfacé par la cheffe étoilée Anne-Sophie Pic, avec qui Michaël Berthoud collabore, afin de déployer de nouvelles saveurs à base de plantes sauvages à la carte.

[cueilleurs-sauvages.ch](http://cueilleurs-sauvages.ch)



Scannez pour ouvrir le lien

## Blonay

**Aux Pléiades, Michaël Berthoud et Marie Mellioret initient les curieux à l'art de la cueillette sauvage et aux multiples usages des plantes locales.**

Liana Menétray

[redaction@riviera-chablais.ch](mailto:redaction@riviera-chablais.ch)

Ils sont de ceux qui ont conservé leur émerveillement d'enfant. Ceux dont une lueur vive scintille dans leurs yeux lorsqu'ils partagent leur passion, tellement ils sont mus par celle-ci. Pour Michaël Berthoud et Marie Mellioret, ce sont les plantes. Ou plus précisément, les plantes sauvages.

Ces végétaux, souvent considérés à tort comme des mauvaises herbes et négligés, se révèlent être une véritable mine d'or pour ce couple d'amoureux de la nature. «Chaque jour, j'ai besoin d'une dose immense d'émerveillement, et la nature regorge de beauté sans qu'on ait quoi que ce soit à faire», confie Marie Mellioret, alors qu'elle savoure une tisane maison à base de camomille, de fleurs de sureau et d'ortie, cueillies ce printemps.

Nichés dans leur chalet dans les hauteurs des Pléiades, Marie, 43 ans, fleuriste designer et art-thérapeute de formation, et Michaël, 36 ans, environnementaliste et formateur en plantes sauvages, portent ensemble le projet «Cueilleurs sauvages». Il dispense les cours sur ces plantes, tandis qu'elle anime des ateliers d'art nature, incluant la vannerie sauvage, les impressions

végétales ou encore la fabrication de cosmétiques naturels à partir de plantes du jardin. Ensemble, ils offrent une vision à 360 degrés des plantes de nos latitudes, explorant leurs usages culinaires, médicaux et cosmétiques.

## Au-delà des frontières

Marie est initiée aux vertus des plantes dès son jeune âge par son père, alors qu'ils vivent à la campagne. Michaël, lui, grandit en milieu urbain et n'hérite pas d'une telle transmission. Son histoire avec la cueillette sauvage commence à 19 ans lors d'un camp scout. Un moniteur, blessé, utilise du plantain fraîchement cueilli pour soigner sa plaie, révélant à Michaël ses propriétés cicatrisantes. C'est l'étincelle chez le jeune scout. Il se précipite pour acquérir son premier livre sur le sujet et se forme de manière autodidacte.

Michaël consolidera ensuite ses connaissances lors d'un Master en biogéosciences, option sol et végétation avant de lancer son site «Cueilleurs sauvages» en 2016. «À cette époque, je sortais de mes études. J'étais au chômage et à aucun moment je n'avais imaginé vivre de cette passion. C'était impensable», se souvient-il. Depuis, Marie s'est



La loupe du botaniste autour du cou, les participants s'initient à l'observation et à la reconnaissance des plantes de la région.



## Échos du Conseil

Commune **La Tour-de-Peilz**  
Conseil du **11 septembre 2024**

Par Julie Collet

### Le sujet chaud

**Le renouvellement urbain et des infrastructures souterraines de l'avenue de la Gare et l'allée Gertrude Montet Girard**

Lors du dernier Conseil, cet axe de croisement piétons-voitures, emprunté chaque jour par 300 écoliers, était au cœur des débats. Au-delà de la mobilité, les enjeux de ce chantier sont aussi de dynamiser les commerces et la convivialité de cette zone.

Kurt Egli (PLR) a rappelé que ce préavis avait déjà été refusé une première fois. Depuis, la Municipalité a entrepris une démarche participative auprès de la population et intégré leurs avis dans ce nouveau projet dont le montant et la gestion externe font grincer des dents. Si le crédit d'étude est de 305'000 francs, le coût estimatif des travaux est

de 3 millions pour un tronçon de 300 mètres. «Nous n'avons pas besoin d'un bureau d'ingénieur qui nous fait des plans sur la comète. Les employés communaux sont tout à fait capables de réaliser des aménagements urbains simples. Nous économiserions une belle somme», a argumenté Kurt Egli. L'élue a ensuite demandé le vote à bulletins secrets.

«On sait que les défis des prochaines années vont être importants et qu'ils demandent une réflexion globale. La Tour-de-Peilz est une ville attractive et intéressante. Allons vers des solutions d'avenir», a contre-attaqué Florian Abbet (Les Verts). Avec 30 oui et 33 non, le projet est rejeté.

### Le chiffre

7 La motion visant à étendre la gouvernance à sept conseillers municipaux au lieu de cinq actuellement a été rejetée par une large majorité. En revanche, Alessio Grutta (PLR) succède officiellement à Alain Grangier, démissionnaire pour des raisons de santé. Il reprend le dicastère des Domaines et bâtiments. Ce Conseil communal signalait aussi le retour d'Élise Kaiser (Les Verts) à la tête de l'Urbanisme et des travaux publics. La conseillère municipale était absente depuis juin en raison d'un cancer.

### La phrase forte

**«Je vous enjoins de prendre soin de vous et de vos proches. La santé est ce qu'il y a de plus important, bien au-delà des séances du Conseil communal.»**

C'est avec ces mots qu'Élise Kaiser s'est adressée à l'hémicycle. Ravie d'être de retour, la municipale a précisé qu'elle n'était pas encore complètement rétablie, mais que sa guérison est sur la bonne voie. Elle a rappelé à l'audience que le cancer touche 40'000 personnes chaque année en Suisse.

### Ils ont accepté

- Un crédit de réalisation de 46'000 francs pour l'assainissement du bruit routier et la mise en place d'une limitation à 30 km/h de nuit sur certains axes.
- Un crédit d'étude de 80'000 francs pour l'analyse du projet de positionnement «La Tour-de-Peilz, Ville du Jeu».

## En bref

### VEVEY

#### Du théâtre dans la Poche

En ces temps difficiles pour l'avenir de la presse romande, et donc de la formation des opinions, le Théâtre de Poche de la Grenette propose la lecture publique des derniers textes de la Nouvelle Revue de Lausanne. Représentation demain à 20h. Réservation obligatoire. Infos: [www.theatregrenette.ch](http://www.theatregrenette.ch)  
**CBO**

### CORSEAUX ET JONGNY

#### Du liant entre les générations

Le mardi 1er octobre, dès 18h, les habitants sont invités à commémorer la Journée internationale des personnes âgées à la grande salle de Châttonneyre à Corseaux. Elle a pour but de renforcer la solidarité entre les générations. Au programme: exposition de photos anciennes, apéritif dinatoire, contes et musique. Inscriptions jusqu'au 25 septembre: [www.club55-corseaux.ch/octobre24](http://www.club55-corseaux.ch/octobre24) **XCR**

### VEVEY

#### Banquet urbain

Au menu de la Semaine du goût, le parvis de la Grenette propose une déclinaison gourmande samedi 21 septembre. L'occasion de discuter de l'alimentation lors d'un «café-papote», suivi d'une dégustation de mets surprenants et savoureux. Cette journée thématique se conclura par un banquet coloré et gratuit. Plus d'infos: [www.veveysengage.ch/evenements/NDE](http://www.veveysengage.ch/evenements/NDE)

Pub



Pourquoi je  
**VOTERAI NON**

«NON à cette initiative extrême et confiscatoire, au détriment des agriculteurs, viticulteurs et forestiers qui eux font quotidiennement les efforts nécessaires à la préservation de la biodiversité.»

Florence Gross  
Députée PLR



Le 22 septembre

**NON!** à l'initiative extrême sur la biodiversité

[initiativebiodiversite-non.ch](http://initiativebiodiversite-non.ch)