



**Beaucoup de plantes, champignons et baies de notre environnement sont sans danger et certains sont d'ailleurs comestibles ou utiles à notre santé.**

Mais il en existe aussi des toxiques, voire mortels : certains sont dangereux au toucher, d'autres si on les mange (même en petite quantité). Le problème est que beaucoup d'espèces se ressemblent et que le risque de confusion est grand si on n'est pas spécialiste. Et le fait que ce soit joli ou qu'un animal en mange ne doit pas nous rassurer.

### Plantes toxiques

Le bouton d'or, commun dans les prairies, qui provoque des troubles digestifs lorsqu'il est ingéré à l'état frais, notamment après mastication.



La digitale pourpre, présente notamment dans les clairières et les lisières des forêts ardennaises, dont l'ingestion peut provoquer de graves troubles cardiaques.



La berce du Caucase ou les euphorbes dont le lait rend la peau sensible au soleil et provoque des brûlures parfois graves.



### Champignons

Les champignons doivent susciter notre plus grande méfiance : leur identification est difficile et le danger des quelques espèces mortelles est bien réel. On ne cuisine jamais des champignons sauvages, même un tout petit bout.

### Baies & fruits sauvages

- Certaines baies ressemblent à des groseilles ou d'autres fruits comestibles : sureau non mûr, morelle noire, chèvrefeuille, troène... sont toxiques.
- Même les baies sauvages comestibles (fraises des bois, mures, myrtilles...) peuvent être sales ou contaminées par des déjections d'animaux, un environnement pollué, etc. Le simple lavage à l'eau ne suffit pas à éliminer ces risques.



Il existe de nombreuses autres plantes et champignons dangereux non listés ici donc toute activité de cueillette ou de consommation doit être encadrée par une personne réellement compétente (botaniste, naturaliste, herboriste formé). Sinon, on observe... mais on ne cueille pas, on ne touche pas, on ne goûte pas.