



## Nourrissez les abeilles et autres pollinisateurs avec des plantes mellifères!

Par: Marie-Eve Gregoire

Vous aimez les fleurs? Faites d'une pierre deux coups en choisissant des plantes qui nourrissent les abeilles et autres pollinisateurs. On les appelle les plantes mellifères.

### Qu'est-ce que des plantes mellifères

Une plante mellifère attire les abeilles et autres insectes pollinisateurs parce que ses fleurs contiennent du nectar et du pollen en quantité suffisante pour les nourrir et assurer leur reproduction. Ce sont leurs plantes préférées! Il peut s'agir de plantes annuelles, vivaces, potagères de même que d'arbres et arbustes.

### Quelle est la différence entre nectar et pollen?

**Nectar** : Le nectar est un liquide sucré sécrété par les fleurs. C'est à partir du nectar que les abeilles fabriquent le miel. Les abeilles et les autres pollinisateurs l'utilisent aussi pour se nourrir, car ces sucres sont une source importante d'énergie.



**Pollen** : Le pollen est une poussière protéinée très fine constituée de grains microscopiques produits et libérés par les anthères des plantes. Il fournit aux pollinisateurs les protéines, les lipides, les vitamines et les sels minéraux dont ils ont besoin pour se nourrir.

### Liste des plantes



/mjardiner



/m.jardiner

Suivez nos Facebook live tous les samedis d'été à 9h00

Voici une sélection de plantes mellifères qu'on retrouve normalement en jardinerie :

## Annuelles

- Coriandre
- Cosmos
- Tournesol
- Verveine



## Petits fruits

- Framboisier (*Rubus idaeus*)
- Fraisier des champs
- Bleuet
- Gadelier



## Vivaces

- *Asclepias syriaca*
- Coréopsis lancéolé
- Phlox maculé
- Liatris à épis (*Liatris spicata*)
- Lavande vraie
- *Dicentra cucullaria*
- *Campanula rotundifolia*



## Arbres

- Érable



/mjardiner



/m.jardiner

Suivez nos Facebook live tous les samedis d'été à 9h00

- Pommier à fleurs (*Malus spp.*)
- Prunier (*Prunus domestica*)
- Tilleul
- Sorbier d'Amérique



## Arbustes

- Potentille
- Rosier
- Spirée



Vous souhaitez en apprendre plus sur ce sujet? Je vous invite à consulter le livre « [Pollinisateurs et plantes mellifères : guide d'identification et de gestion](#) » du CRAAQ.

Bon jardinage!

Marie-Ève Grégoire



/mjardiner



/m.jardiner

Suivez nos Facebook live tous les samedis d'été à 9h00