

## Arnica du Mexique (graines) -

Graine de vie

*Arnica chamissonis* Less.

<https://www.grainedevie.net/graines-arnica-du-mexique.html>



### FICHE TECHNIQUE

#### Botanique

**Famille :** Asteraceae

**Genre :** Arnica

**Espèce :** chamissonis

**Nom d'auteur :** Less.

#### Details

**Type :** vivace

**Hauteur en fleur :** de 0 à 20 cm

**Zones usda :** 3a (de -40°C à -37,2°C) , 3b (de -37,2°C à -34,4°C) , 4a (de -34,4°C à -31,7°C) , 4b (de -31,7°C à -28,9°C) , 5a (de -28,9°C à -26,1°C) , 5b (de -26,1°C à -23,3°C) , 6a (de -23,3°C à -20,6°C) , 6b (de -20,6°C à -17,8°C) , 7a (de -17,8°C à -15°C) , 7b (de -15°C à -12,2°C) , 8a (de -12,2°C à -9,4°C) , 8b (de -9,4°C à -6,7°C) , 9a (de -6,7°C à -3,9°C) , 9b (de -3,9°C à -1,1°C)

**Milieu :** terrain frais , terrain drainant

**Exposition :** plein soleil

**Couleur des fleurs :** jaune

**Floraison :** juin , juillet , août

**Difficulté :** moyen

**Nombre de graines au gramme :** 2000

**Poids de 1000 graines (en g) :** 0.5

## DESCRIPTION

**Famille :** Asteraceae

**Nom latin :** *Arnica chamissonis* Less.

**Noms communs :** Arnica du Mexique, Arnica d'Amérique, Arnica des plaines

**Description sommaire :** L'arnica du Mexique est une plante vivace de 30 cm de hauteur. Feuilles lancéolées, nervurées qui peuvent faire penser à celles du plantain lancéolé. Fleurs jaunes en capitules. La floraison, assez longue, a lieu en été. La plante s'étale rapidement en touffes compactes.

**Multiplication :** Les graines d'arnica du Mexique se sème en mars-avril en pépinière. Les graines doivent être à peine recouvertes. Le semis d'arnica n'est pas facile à réaliser. Une vernalisation favorise la germination. Cela veut simplement dire que les graines germeront mieux si le semis est exposé au froid, entre 0°C et 5°C pendant 1 à 3 mois.

On repique dès lors qu'il y a au moins deux vraies feuilles, à 50 x 50 cm.

On peut aussi multiplier cette plante facilement en divisant les rhizomes et en repiquant des petites portions de racines pourvues de bourgeons.

**Culture :** On plante en place en pleine terre ou en bac, à 50 cm en tous sens.

L'arnica du Mexique se développe dans tous les sols, et de préférence pas trop calcaires, à exposition lumineuse. La rusticité est assez bonne. Elle peut supporter des froids allant jusqu'à -15°C, et la floraison a lieu en été.

**Usage médicinal :** L'arnica du Mexique s'utilise comme l'*Arnica montana*, en usage externe sur les coups et contusions et divers traumatismes sans plaies.

**Précautions d'emploi :** Attention, ne pas utiliser cette plante sur les plaies ouvertes, ni en interne.