

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|-----------|
| Préface | 9 |
| Avant-propos | 11 |
| La flore des Préalpes | 12 |
| Introduction | 12 |
| Les Préalpes occidentales | 14 |
| Cinq territoires - un espace naturel | 14 |
| Les Préalpes à un carrefour | 15 |
| Les Préalpes: calcaires, flyschs et moraines | 16 |
| Les Préalpes médianes | 16 |
| Nappe du Gurnigel, nappe de la Simme | 17 |
| Les sédiments glaciaires | 19 |
| De l'Espagne au Spitzberg | 20 |
| Archipel à flore alpine | 21 |
| Milieux secs et ensoleillés | 23 |
| Uniquement dans les Alpes | 26 |
| Conservation de la nature et de la culture | 28 |
| Nombre d'espèces sont dignes de protection | 28 |
| Les réserves à elles seules ne suffisent pas | 29 |
| Sus aux plantes préalpines! | 32 |
| Développement du tourisme dans les Préalpes | 34 |
| De l'aventure... | 34 |
| ... au tourisme de luxe | 34 |
| Sports de plein air et tourisme hivernal | 36 |
| Les premiers trains touristiques | 38 |
| Traverser la montagne | 38 |
| Gagner les sommets | 38 |
| Relier le lac Léman au lac de Thoune | 40 |
| Aux plus hautes altitudes | 42 |
| Falaises et rochers ensoleillés | 42 |
| Les draves | 46 |
| Falaises et rochers ombragés | 49 |
| Éboulis calcaires, éboulis de calcschistes | 52 |
| L'éboulis calcaire humide | 57 |
| Combes à neige | 60 |
| La combe à neige calcaire | 62 |
| La combe à neige acide | 63 |
| Marais alpins pauvres en calcaire | 64 |
| Pelouses préalpines de haute altitude | 66 |
| Crêtes et sommets | 66 |
| Falaises et éboulis | 68 |
| Sec et ensoleillé | 70 |

| | |
|---|------------|
| Les oxytropis | 73 |
| Pelouses pauvres en calcaire | 74 |
| La conquête des Préalpes | 76 |
| La montagne démythifiée | 76 |
| L'épopée du Stockhorn | 76 |
| Le tournant du XVIII ^e siècle | 76 |
| Avant les cartes postales... | 77 |
| Sommets emblématiques des Préalpes fribourgeoises | 78 |
| À Moléson, à Mo-lé-son! | 78 |
| La conquête des sommets | 78 |
| Pentes ensoleillées | 80 |
| Falaises et parois calcaires | 80 |
| Les plantes grasses | 84 |
| La prairie à laser et peucedan | 88 |
| Les astragales | 92 |
| Éboulis et ourlets | 96 |
| Broussailles et bosquets | 98 |
| Plantes thermophiles des régions inférieures | 102 |
| En Gruyère | 102 |
| Dans le Simmental | 106 |
| Dans les Alpes lémaniennes | 107 |
| L'élevage bovin dans les Préalpes | |
| De la vie d'alpage à la zootechnie | 110 |
| Vache prospère... | 110 |
| ... et vache productive | 110 |
| L'or blanc | 112 |
| Fabrication du gruyère | 112 |
| L'âge d'or de la fromagerie d'alpage | 112 |
| La notoriété et l'appellation d'origine | 113 |
| Zones enneigées et fraîches | 114 |
| Pentes herbeuses fraîches et humides | 114 |
| Les pédiculaires | 118 |
| Mégaphorbiaies et aulnaies vertes | 120 |
| Les plantes parasites | 124 |
| Le gruyère: une longue tradition d'exportation | 126 |
| La route des fromages | 126 |
| Exils | 126 |
| Qu'en est-il aujourd'hui? | 127 |
| Le chocolat au lait, une spécialité suisse | 128 |
| Forêts proches de l'état naturel | 130 |
| Les hêtraies | 130 |
| La hêtraie à dentaire | 130 |

| | |
|---|------------|
| La hêtraie à sapin | 134 |
| La hêtraie xérothermophile | 138 |
| L'érablaie de ravin méso-hygrophile | 140 |
| Forêts de feuillus de la vallée inférieure du Rhône | 146 |
| Forêts de conifères | 150 |
| La pessière subalpine | 150 |
| Survivre dans l'ombre | 152 |
| Arolles, mélèzes et pins | 154 |
| Les landes | 157 |
| Les landes à rhododendron | 157 |
| La lande alpine ventée | 158 |
| Le genévrier sabbine | 158 |
| L'armailli | 160 |
| Un métier... | 160 |
| ...amené à évoluer | 160 |
| ...récupéré par le folklore | 162 |
| La poya | 164 |
| Une tradition originale | 164 |
| Une fête et un rituel | 164 |
| Une inspiration durable malgré tout! | 165 |
| Prairies, pâturages, marais, cours d'eau | 166 |
| Les Préalpes, un paysage rural très ancien | 166 |
| Prairies et pâturages gras | 168 |
| La prairie de fauche de montagne | 168 |
| La prairie à narcisses | 170 |
| Le pâturage gras subalpin et alpin | 170 |
| Le pâturage maigre acide | 172 |
| Prés maigres et secs des régions inférieures | 175 |
| Flore des environs des chalets d'alpage | 176 |
| Reposoirs à bétail | 176 |
| Endroits piétinés et milieux rudéraux | 178 |
| Prairies et pâturages au printemps | 180 |
| Ourlets hygrophiles d'altitude | 184 |
| Prairies humides et marais | 185 |
| Bas-marais | 186 |
| Tourbières et marais de transition | 188 |
| Sources et cours d'eau préalpins | 190 |
| Lacs, mares et fossés | 194 |
| Remerciements | 196 |
| À propos des auteurs | 197 |
| Bibliographie | 198 |
| Crédits photographiques | 201 |
| Index | 204 |