

# GUIDE DE RECONNAISSANCE DES PLANTES

pour la restauration  
des zones littorales et  
marécageuses dans les îles  
de la Société  
(Polynésie française)

*version février 2023*

Jean-Yves Hiro MEYER (Délégation à la Recherche) & Lisa DI SALVIA (FAPE - Te Ora Naho)



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# PRÉFACE

**Ce guide a pour objectif de faciliter la reconnaissance des plantes indigènes, c'est-à-dire naturellement présentes en Polynésie française, ou d'introduction polynésienne ancienne, afin de mieux connaître, protéger ou restaurer nos forêts littorales et d'embouchure de rivières qui ont été fortement dégradées par les activités humaines : défrichement, feux, remblais... En effet ces forêts fournissent des biens et services écosystémiques aux populations comme la lutte contre l'érosion des plages et des berges de rivières et hébergent de nombreux animaux indigènes ou endémiques (oiseaux, crustacés, insectes, mollusques).**

**Ce document illustre 45 espèces qui sont répertoriées par ordre alphabétique de nom scientifique (en latin) avec leurs noms polynésiens ou français quand ils existent. Les fiches d'identification indiquent également les principales caractéristiques écologiques de chaque espèce afin de pouvoir les replanter de façon réfléchie : leur forme, leur habitat, le type de sol, leur tolérance à la lumière, la vitesse de germination des graines et leur vitesse de croissance**

**Ce guide s'inspire des "Solutions fondées sur la Nature et la Science", en copiant ce que la Nature a mis au place depuis des milliers voir des millions d'années et grâce aux travaux des scientifiques, pourra servir d'outil pour l'ensemble des archipels de la Polynésie française et ailleurs dans les îles du Pacifique sud, et sera complété au fur et à mesure des connaissances et des observations sur le terrain.**

*Winiki SAGE, Président de la Fédération des Associations de Protection de l'Environnement (FAPE - Te Ora Naho)*



# 'Āerofai / Achyranthe

*nom tahitien*

*nom français*

***Achyranthes aspera* var. *velutina***

Famille des Amaranthaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

herbacée

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Herbacée dressée pouvant atteindre 2 m de hauteur, caractérisée par des feuilles vertes au dessus, soyeuses en dessous, argentées, et des petites fleurs avec des bractées en forme d'épave sur un long épi dressé puis recourbé au sommet rappelant une queue de raie d'où son nom tahitien. La forme aux feuilles glabres (var. *aspera*) d'introduction polynésienne, plus commune, est considérée comme une mauvaise herbe.



**Type de fruit**

fruit sec (capsule)

**Temps de germination de la graine**

-

**Vitesse de croissance de la plante**

lente

**Tolérance à la lumière**

forte



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'Āoa, Pīhā'ato / Fougère dorée

*noms tahitiens*

*nom français*

***Acrostichum aureum***

Famille des Pteridaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

fougère

**Type d'habitat**

littoral, sub-mangrove

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

vaseux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grande fougère caractérisée par un rhizome dressé pouvant atteindre jusqu'à 2 m de hauteur et des frondes atteignant 3 à 5 m de longueur divisées en pennes coriaces. Les pennes terminales fertiles sont recouvertes de spores de couleur orangée, brune à noire d'où son nom de « fougère dorée ».



**Type de fruit**

-

**Temps de germination de la graine**

-

**Vitesse de croissance de la plante**

modérée

**Tolérance à la lumière**

moyenne



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'Ō'aha / Fougères nid d'oiseau

nom tahitien

nom français

## *Asplenium nidus* et *A. australasicum*

Famille des Aspleniaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

fougère

### Type d'habitat

littoral, sub-mangrove, vallée

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grandes fougères terrestres ou épiphytes, aux frondes coriaces, vert brillant, pouvant atteindre 3 m de longueur avec de long spores linéaires et parallèles, disposées en forme d'entonnoir ou de rosette d'où son nom de « nid d'oiseau ». Les deux espèces se distinguent notamment par la section de la nervure principale de leur fronde, arrondie ou plate chez *A. nidus*, anguleuse chez *A. australasicum*.



### Type de fruit

-

### Temps de germination de la graine

-

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

faible



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Hotu, Hutu / Bonnet de prêtre

*noms tahitiens*

*nom français*

## *Barringtonia asiatica*

Famille des Lecythidaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral, sub-mangrove, vallée

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux, rocheux ou vaseux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grand arbre massif pouvant atteindre 20 m de hauteur et plusieurs mètres de diamètre, caractérisé par de grandes feuilles coriaces et brillantes, des fleurs à longues étamines blanches à pointes roses et un gros fruit charnu à quatre côtés qui est à l'origine de son nom de « bonnet de prêtre ». Il contient une grosse graine fibreuse, autrefois utilisée comme méthode de pêche pour endormir les poissons.



*Type de fruit*  
fruit charnu (drupe)

*Temps de germination de la graine*  
moyen (> 1 à 3 mois)

*Vitesse de croissance de la plante*  
modérée

*Tolérance à la lumière*  
moyenne



# Nuna nuna

*nom tahitien*

***Boerhavia tetrandra***

Famille des Nyctaginaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

arbrisseau

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbrisseau rampant formant parfois des tapis denses avec des tiges pouvant atteindre 2 m de longueur, caractérisé par des petites feuilles un peu coriaces, des petites fleurs roses et de petits fruits verts et collants. Ses racines étaient autrefois consommées cuites en période de famine aux Tuamotu et ses feuilles utilisées comme plante médicinale (contre les affections du ventre, la fièvre et la fatigue).



**Type de fruit**

*fruit composite (anthocarpe)*

**Temps de germination de la graine**

*rapide (< 1 mois)*

**Vitesse de croissance de la plante**

*modérée*

**Tolérance à la lumière**

*moyenne*



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Tāmanu, 'Ati / Laurier d'Alexandrie

*noms tahitiens*

*nom français*

## *Calophyllum inophyllum*

Famille des Calophyllaceae

Photos : JYH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral, sub-mangrove



### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



*Type de fruit*  
*fruit charnu (drupe)*

*Temps de germination de la graine*  
*moyen (> 1 à 3 mois)*

*Vitesse de croissance de la plante*  
*lente*

*Tolérance à la lumière*  
*moyenne*

## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grand arbre massif pouvant atteindre 25 m de hauteur, caractérisé par des feuilles coriaces d'un vert sombre et des fleurs blanches odorantes. Considéré comme sacré, il était autrefois planté près des « marae » royaux. Son fruit appelé "poro'ati" contient une amande permettant de produire l'huile de Tamanu connue pour ses vertus cicatrisantes. Ses feuilles sont utilisées en bain pour soigner les fractures et son bois pour la construction des habitations et des pirogues.



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement





# Canavalia rose, Canavalia soyeux

*noms français*

## *Canavalia rosea* et *C. sericea*

Famille des Fabaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

liane

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Lianes herbacées rampantes aux tiges pouvant atteindre plusieurs mètres de hauteur caractérisée par de grandes feuilles trifoliées glabres (*C. rosea*) ou poilues (*C. sericea*) et des fleurs de couleur rose vif (*C. rosea*) à pourpre (*C. sericea*) et de grandes gousses aplaties de couleur brune à maturité contenant des graines en forme d'haricot.



### Type de fruit

fruit sec (gousse)

### Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

rapide

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Taino'a, Kainoka / Cassute filiforme

nom tahitien

nom pa'umotu

nom français

## *Cassytha filiformis*

Famille des Lauraceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

liane

### Type d'habitat

littoral, vallée

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Liane herbacée rampante à grimpante, pouvant atteindre plusieurs mètres de longueur caractérisée par des tiges vertes, jaunes ou oranges aux feuilles réduites à de très petites écailles et de petits fruits globuleux verdâtres à jaunâtres. Cette plante héli-parasite peut recouvrir complètement les arbres. Ses tiges étaient utilisées dans la pharmacopée traditionnelle pour le traitement des hémorroïdes.



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

long (> 3 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

rapide

### Tolérance à la lumière

forte



# 'Aito, Toa / Bois de Fer, Filao

*noms tahitiens*

*noms français*

## *Casuarina equisetifolia*

Famille des Casuarinaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grand arbre monoïque (à fleurs mâles et femelles séparées) atteignant 20 m de hauteur à écorce brun-rouge en plaques, caractérisé par ses feuilles réduites à de petites écailles ressemblant à des aiguilles de pins, et des fruits en forme de cône cylindrique dur et hérissé. Considéré comme l'emblème du courage, il était autrefois planté près des « marae » royaux. Son bois très dur était utilisé pour fabriquer des bâtons de chef, des armes, des hameçons.



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

lente

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Reva, Hutureva / Faux manguier

noms tahitiens

nom français

## *Cerbera manghas* et *Cerbera odollam*

Famille des Apocynaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral, vallée

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbre pouvant atteindre 12 m de hauteur, caractérisé par des feuilles lancéolées, coriaces et brillantes, et des fleurs blanches avec un centre rouge. Son gros fruit charnu en forme de mangue devient rouge à maturité et contient un noyau fibreux autrefois utilisé comme poison. Sa sève laiteuse et blanche est toxique. Autrefois sacré, il était planté près des « marae ».



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

moyenne



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'Atoto

*nom tahitien*

***Chamaesyce fosbergii* (syn. *Euphorbia atoto*)**

Famille des Euphorbiaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

arbrisseau

## Type d'habitat

littoral, vallée

## Origine

endémique

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petit arbrisseau pouvant atteindre 1 m de hauteur, caractérisé par des petites feuilles ovales à rondes, des fleurs unisexuées sans corolle, des fruits secs globuleux et trilobés et une sève laiteuse. Les fleurs étaient autrefois utilisées comme purgatif et les racines utilisées comme teinture.



## Type de fruit

fruit sec (capsule)

## Temps de germination de la graine

-

## Vitesse de croissance de la plante

modérée

## Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Ha'ari, Niu / Cocotier

*noms tahitiens*

*nom français*

***Cocos nucifera***

Famille des *Arecaceae*

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

palmier

## Type d'habitat

littoral, vallée

## Origine

introduit

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grand palmier monoïque (à fleurs mâles et femelles séparées) atteignant 30 m de hauteur avec un faux-tronc (stipe), caractérisé par de longues feuilles divisées (palmes) qui, une fois tressées sont très utilisées pour fabriquer des toitures et des paniers, et de gros fruits fibreux. Le cocotier a été introduit et planté à grande échelle du fait de ses nombreuses utilisations, que ce soit alimentaires (eau, lait et chair de coco), cosmétiques (huile de coco ou « mono'i ») ou médicinales.



## Type de fruit

fruit charnu (drupe)

## Temps de germination de la graine

moyen (> 1 à 3 mois)

## Vitesse de croissance de la plante

lente

## Tolérance à la lumière

forte



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Tou / Noyer d'Océanie

*nom tahitien*

*nom français*

***Cordia subcordata***

Famille des Boraginaceae

Photos : JMH Meyer ©

**Forme biologique**

arbre

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbre pouvant atteindre plus de 15 m de hauteur et 1 m de diamètre, caractérisé par une écorce de couleur gris-beige et des fleurs oranges. Autrefois sacré, il est communément planté pour son bois très recherché par les artisans notamment pour la conception de meubles, de tambours (« pahu ») et de récipients, et pour son écorce et ses feuilles qui rentrent dans la composition de nombreuses recettes médicinales traditionnelles.



**Type de fruit**  
fruit charnu (drupe)

**Temps de germination de la graine**  
moyen (> 1 à 3 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**  
modérée

**Tolérance à la lumière**  
forte



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Mou'u ha'ari

*nom tahitien*

*Cyperus javanicus (syn. Mariscus javanicus)*

Famille des Cyperaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

herbacée

## Type d'habitat

littoral, sub-mangrove

## Origine

introduit

## Type de substrat

sableux, rocheux ou vaseux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Herbacée dressée pouvant atteindre 2 m de hauteur, caractérisée par des longues feuilles et des petits fruits secs rassemblés au sommet de longues tiges. Les fibres étaient utilisées pour filtrer les liquides dont le «'ava » ou le lait de coco d'où son nom tahitien et utilisées en médecine traditionnelle. Les tiges étaient autrefois utilisées pour attacher et transporter les poissons.



## Type de fruit

fruit sec (akène)

## Temps de germination de la graine

moyen (> 7 à 3 mois)

## Vitesse de croissance de la plante

rapide

## Tolérance à la lumière

moyenne



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement





# Fimbristylis

nom français

## *Fimbristylis cymosa* subsp. *umbello-capitata*

Famille des Cyperaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

herbacée

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petite herbacée en touffes pouvant atteindre 50 cm de hauteur, caractérisée par des feuilles linéaires, fines, un peu coriaces et des petites fleurs rassemblées au sommet d'une tige dressée. Bien que commune, aucune utilisation de cette plante n'est connue.



### Type de fruit

fruit sec (akène)

### Temps de germination de la graine

long (> 3 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Tāfano, Kahāia

nom tahitien

nom pa'umotu

## *Guettarda speciosa*

Famille des Rubiaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbre pouvant atteindre 15 m de hauteur, caractérisé par de grandes feuilles à nervures prononcées et d'un gros fruit globuleux blanchâtre à maturité. Ses fleurs sont utilisées dans la préparation du « mono'i », son bois pour la fabrication de pirogues et de meubles et ses feuilles servent à envelopper la nourriture. L'écorce, les feuilles, les fleurs et les fruits sont également utilisés en médecine traditionnelle (vomissement, toux...).



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

long (> 3 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

lente

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Tāhinu, Tōhunu / Veloutier de mer

*noms tahitiens*

*nom français*

*Heliotropium arboreum (syn. Tournefortia argentea)*

Famille des Boraginaceae

Photos : J4H Meyer ©

Forme biologique

arbre

Type d'habitat

littoral

Origine

indigène

Type de substrat

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste à petit arbre pouvant atteindre 5 m de hauteur à écorce grise crevassée, caractérisé par de grandes feuilles un peu charnues, velues, soyeuses, d'où son nom de "faux-tabac" de couleur argentées, de petites fleurs blanches et de petits fruits ronds vert-jaune à maturité. Ses feuilles autrefois consommées sont utilisées comme remède traditionnel contre les piqûres du poisson-pierre (« nohu »), la ciguatera et les aphtes.



Type de fruit

fruit charnu (drupe)

Temps de germination de la graine

moyen (> 1 à 3 mois)

Vitesse de croissance de la plante

lente

Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Tōnina, Ti'anina / Arbre lanterne

*noms tahitiens*

*nom français*

***Hernandia nymphaeifolia (syn. Hernandia peltata)***

Famille des Hernandiaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

arbre

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbre pouvant atteindre jusqu'à 20 m de hauteur au tronc épais à écorce de couleur grise à blanchâtre, caractérisé par des fleurs mâles et femelles. Le suc des feuilles rubéfie la peau en provoquant la chute des poils et des cheveux. Il est employé comme épilatoire dans la Société. Le fruit peut flotter un certain temps, la cupule faisant office de bouée, et être ainsi disséminé par les courants marins.



**Type de fruit**

fruit charnu (drupe)

**Temps de germination de la graine**

moyen (> 1 à 3 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**

lente

**Tolérance à la lumière**

forte



# Pūrau, Hau / Hibiscus des plages

noms tahitiens

nom français

*Talipariti tiliaceum* (syn. *Hibiscus tiliaceus*)

Famille des Malvaceae

Photos : JH Meyer ©

Forme biologique

arbre

Type d'habitat

littoral, sub-mangrove, vallée

Origine

indigène

Type de substrat

sableux, rocheux ou vaseux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbre pouvant atteindre 10 m de hauteur caractérisé par des feuilles en forme de coeur et de grandes fleurs à cinq pétales de couleur jaune pâle virant à l'orangé jusqu'à ce qu'elles tombent. Ses fleurs sont connues pour traiter les plaies infectées, ses feuilles soignent les brûlures et sont utilisées pour envelopper la nourriture, son bois léger et tendre est utilisé pour faire des pirogues, des pagaies et son écorce fibreuse pour faire des cordes, des nattes et des costumes de danse (« more »).



Type de fruit

fruit sec (capsule)

Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

Vitesse de croissance de la plante

modérée

Tolérance à la lumière

moyenne



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Māpē, Ihi / Châtaignier tahitien

*noms tahitiens*

*nom français*

*Inocarpus fagifer*

Famille des Fabaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

arbre

**Type d'habitat**

littoral, sub-mangrove

**Origine**

introduit

**Type de substrat**

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Grand arbre massif atteignant 30 m de hauteur et 2 m de diamètre caractérisé par des racines proéminentes et sinueuses (« racines-contrefort »), des feuilles un peu coriaces, de petites fleurs blanches à jaunes et des gros fruits charnus jaune orange à maturité. Le fruit contient une amande qui est consommée après cuisson dont le goût rappelle celui des châtaignes européennes. Les feuilles sont utilisées comme remède contre la toux.



**Type de fruit**

fruit charnu (drupe)

**Temps de germination de la graine**

rapide (< 1 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**

lente

**Tolérance à la lumière**

faible



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Pōhue tātahi, Pōhue miti / Ipomée pied-de-chèvre

noms tahitiens

nom français

## *Ipomoea pes-caprae*

Famille des Convolvulaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

liane

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Liane herbacée rampante aux tiges pouvant atteindre plusieurs dizaines de mètre de longueur caractérisée par des grandes fleurs roses à pourpre, des fruits globuleux qui contiennent 4 graines noires et des feuilles au sommet divisés en deux lobes en forme de sabot de chèvre d'où son nom latin de « *pes-caprae* » ou « pied-de-chèvre ». Elle forme des grands tapis épais sur le sable ou sur les rochers permettant de stabiliser le sol.



### Type de fruit

fruit sec (capsule)

### Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

rapide

### Tolérance à la lumière

forte



# Pōhue tātahi / Liseron de mer

*nom tahitien*

*nom français*

*Ipomoea violacea (syn. I. macrantha)*

Famille des Convolvulaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

liane

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Liane rampante et grimpante pouvant atteindre 5 m de hauteur, caractérisée par de grandes feuilles en forme de coeur et des fleurs en forme d'entonnoir et de couleur blanche qui s'ouvrent le matin puis se referment. Les racines sont purgatives et les jeunes feuilles broyées peuvent être appliquées de façon locale contre les piqures de « nohu » (poisson-pierre).



**Type de fruit**

fruit sec (capsule)

**Temps de germination de la graine**

rapide (< 1 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**

rapide

**Tolérance à la lumière**

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement





# Poro poro

*nom tahitien*

*Kadua romanzoffiensis (syn. Hedyotis romanzoffiensis)*

Famille des Rubiaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

arbrisseau

## Type d'habitat

littoral

## Origine

indigène

## Type de substrat

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbrisseau prostré ou dressé pouvant atteindre 1 m de hauteur, caractérisé par des petites feuilles coriaces, vertes et brillantes, des petites fleurs à 4 pétales blanchâtres à jaunâtres et un fruit charnu rond de couleur blanche devenant rose puis pourpre à maturité.



## Type de fruit

fruit charnu (baie)

## Temps de germination de la graine

-

## Vitesse de croissance de la plante

lente

## Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Hora hora / Moutarde polynésienne

*nom tahitien*

*nom français*

## *Lepidium bidentatum*

Famille des Brassicaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

herbacée

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Herbacée dressée atteignant 60 cm de hauteur, caractérisée par de petites fleurs blanches au sommet des tiges et des fruits aplatis. Ses feuilles comestibles au goût de moutarde étaient autrefois consommées crues ou cuites d'où son nom de « moutarde polynésienne ». Ses feuilles étaient autrefois mélangées avec du lait de coco comme remède pour soigner les problèmes de peau.



### Type de fruit

fruit sec (capsule)

### Temps de germination de la graine

-

### Vitesse de croissance de la plante

rapide

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Matie tātahi

*nom tahitien*

***Lepturus repens***

Famille des Poaceae

Photos : JH Meyer ©

**Forme biologique**

herbacée

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petite herbacée en touffe pouvant atteindre 30 cm de hauteur, caractérisée par des feuilles linéaires, glabres et des petites fleurs disposées sur un long et fin épi cylindrique. Bien que commune, aucune utilisation de cette plante n'est connue.



**Type de fruit**

*fruit sec (caryopse)*

**Temps de germination de la graine**

*rapide (< 1 mois)*

**Vitesse de croissance de la plante**

*rapide*

**Tolérance à la lumière**

*forte*



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Metua pua'a / Fougère scolopendre

nom tahitien

nom français

***Microsorium grossum* (syn. *Phymatosorus grossus*)**

Famille des Polypodiaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

fougère

## Type d'habitat

littoral, sub-mangrove, vallée

## Origine

indigène

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Fougère terrestre, épiphyte ou saxicole à rhizome rampant ou grimpant, caractérisée par des frondes dressées, brillantes, coriaces, découpées en lobes et des grosses spores arrondies, orangées. Elle est communément utilisée comme plante médicinale pour soigner notamment les fractures et les hématomes et traiter les problèmes de peau (bourbouille, eczéma) et également comme ornement pour les costumes de danses traditionnels.



## Type de fruit

-

## Temps de germination de la graine

-

## Vitesse de croissance de la plante

modérée

## Tolérance à la lumière

moyenne



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Fara / Pandanus

nom tahitien

nom français

## *Pandanus tectorius* var. *tectorius*

Famille des Pandanaceae

Photos : JYH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral, sub-mangrove

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbre pouvant atteindre 14 m de hauteur, caractérisé par des racines-échasses et de longues feuilles épineuses. Une autre variété sans épine (var. *laevis*) d'introduction polynésienne est appelée « paeore ». Espèce dioïque avec des arbres portant des fleurs mâles parfumées « hīnano » utilisées dans le « mono'i ». Ses gros fruits sont composés de drupes charnues de couleur jaune-orange à maturité qui étaient autrefois consommés dans les Tuamotu, crus ou cuits mélangés avec de l'amidon.



Type de fruit  
fruit charnu (drupe)

Temps de germination de la graine  
long (> 3 mois)

Vitesse de croissance de la plante  
modérée

Tolérance à la lumière  
forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Matie mā'ohi, Matie tātahi

*noms tahitiens*

## *Paspalum vaginatum*

Famille des Poaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

herbacée

### Type d'habitat

littoral, sub-mangrove

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petite herbacée pouvant atteindre 60 cm de hauteur, caractérisée par des tiges rampantes qui s'enracinent (stolons), des feuilles linéaires fines et des épis terminaux pouvant former des tapis très denses et étendus, souvent à l'embouchure des rivières (prairies salées) ou en bordure de marécages.



**Type de fruit**  
*fruit sec (caryopse)*

**Temps de germination de la graine**  
*rapide (< 1 mois)*

**Vitesse de croissance de la plante**  
*rapide*

**Tolérance à la lumière**  
*forte*



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'Āi'e, Miki Miki / Pemphide acidulé

*noms tahitiens*

*nom pa'umotu*

## *Pemphis acidula*

Famille des Lythraceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbuste

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste buissonnant pouvant atteindre 5 m de hauteur, caractérisé par des petites feuilles coriaces et des petites fleurs à 6 pétales blanches. On le trouve souvent sur des rochers calcaires où il sert de refuge et de site de nidification pour les oiseaux marins. Son bois dur et résistant servait à la construction d'outils (lances ou hameçons).



**Type de fruit**  
*fruit sec (capsule)*

**Temps de germination de la graine**  
*rapide (< 1 mois)*

**Vitesse de croissance de la plante**  
*lente*

**Tolérance à la lumière**  
*forte*



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Pu'atea / Arbre à choux

*nom tahitien*

*nom français*

***Pisonia grandis***

Famille des Nyctaginaceae

Photos : J4H Meyer ©

**Forme biologique**

arbre

**Type d'habitat**

littoral

**Origine**

indigène

**Type de substrat**

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Très grand arbre massif pouvant atteindre jusqu'à 20 m de hauteur et plusieurs mètres de diamètre à écorce blanchâtre, caractérisé par de grandes feuilles qui peuvent être consommées crues ou cuites, d'où son nom « arbre à choux ». Ses petits fruits cylindriques, noirs à maturité, sont collants et s'accrochent aux plumes des oiseaux marins. Ses branches tombées au sol sont capables de s'enraciner.



**Type de fruit**

fruit composite (anthocarpe)

**Temps de germination de la graine**

rapide (< 1 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**

rapide

**Tolérance à la lumière**

forte



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement





# 'Āturi, Pokea / Pourpier

nom tahitien

nom pa'umotu

nom français

**Portulaca lutea**

Famille des Portulacaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

herbacée

## Type d'habitat

littoral

## Origine

indigène

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Herbacée prostrée et rampante avec des tiges atteignant 20 cm de longueur, caractérisée par des tiges et des feuilles charnues et de grandes fleurs de couleur jaune vif aux étamines jaunes. Ses feuilles et ses tiges sont comestibles, ses racines consommées après cuisson. Elle se différencie du pourpier introduit *Portulaca oleracea* à très petites fleurs jaunes.



## Type de fruit

fruit sec (capsule)

## Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

## Vitesse de croissance de la plante

modérée

## Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'Āvaro / Premme à feuilles dentelées

*nom tahitien*

*nom français*

## *Premna serratifolia*

Famille des Lamiaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbuste

### Type d'habitat

littoral, vallée



### Origine

indigène

### Type de substrat

rocheux



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

moyen (> 1 à 3 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

lente

### Tolérance à la lumière

forte

## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste à petit arbre pouvant atteindre 10 m de hauteur à écorce grisâtre, caractérisé par des petites fleurs blanches à verdâtres, très parfumées, et de petits fruits charnus ronds noirs à maturité. Ses fleurs sont utilisées dans les couronnes, ses feuilles dans les infusions contre les maux de tête et ses fruits murs servaient à fabriquer de l'encre.



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Niu, Moa / Psilote nu

nom tahitien

nom hawaïien

nom français

## *Psilotum nudum*

Famille des Psilotaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

fougère

### Type d'habitat

littoral, vallée

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petite fougère épiphyte ou terrestre formant de petites touffes atteignant 50 cm de hauteur, caractérisée par des tiges fines dressées et ramifiées plusieurs fois en fourche, avec des feuilles réduites à de petites écailles et des sporanges au sommet des tiges, de couleur jaune à orangé. Elle était utilisée autrefois comme plante médicinale aux îles Hawaii sous forme d'infusion pour soulager les douleurs et en tant que laxatif.



### Type de fruit

-

### Temps de germination de la graine

-

### Vitesse de croissance de la plante

lente

### Tolérance à la lumière

moyenne



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Naupata / Scaevola

*nom tahitien*

*nom français*

## *Scaevola taccada*

Famille des Goodeniaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbuste

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste buissonnant pouvant atteindre 4 m de hauteur, caractérisé par des feuilles un peu charnues, brillantes, et de petites fleurs blanches (var. *taccada*) ou jaunes à violettes (var. *tuamotuensis*) 5 pétales disposées en demi-cercle et s'étalant en forme de main. Ses petits fruits charnus ronds de couleur blanche sont utilisés comme remède traditionnel notamment en solution pour les yeux (conjonctivites, poussières).



**Type de fruit**  
fruit charnu (drupe)

**Temps de germination de la graine**  
moyen (> 1 à 3 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**  
modérée

**Tolérance à la lumière**  
forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Toroire

nom tahitien

*Schleinitzia insularum* (syn. *Leucaena insularum*)

Famille des Fabaceae

Photos : JH Meyer ©

Forme biologique

arbre

Type d'habitat

littoral

Origine

indigène

Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste à petit arbre pouvant atteindre 6 m de hauteur, caractérisé par des feuilles composées de paires de petites folioles un peu charnues, des petites fleurs à étamines blanches rassemblée dans de petites boules (glomérule), ressemblant au « faux-acacia » *Leucaena leucocephala* introduit et envahissant mais s'en distinguant par ses jeunes tiges poilues et des gousses plus large, aplaties et recourbées, de couleur noire à maturité.



Type de fruit

fruit sec (gousse)

Temps de germination de la graine

-

Vitesse de croissance de la plante

modérée

Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'Ilima, Kurima

nom hawaïien

nom pa'umotu

## *Sida fallax*

Famille des Malvaceae

Photos : JYH Meyer ©

### Forme biologique

herbacée

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Herbacée à tiges ligneuses pouvant atteindre 2 m de hauteur, caractérisée par des petites feuilles à bord denté, des fleurs solitaires de couleur jaune d'or et des fruits secs contenant de petites graines. Ses fleurs sont utilisées dans les couronnes (« lei ») dans les îles Hawaii et utilisées en médecine traditionnelle (laxatif).



**Type de fruit**  
fruit sec (capsule)

**Temps de germination de la graine**  
rapide (< 1 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**  
lente

**Tolérance à la lumière**  
forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Pofatu 'ao'ao / Sophore tomenteux

*nom tahitien*

*nom français*

## *Sophora tomentosa*

Famille des Fabaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbuste

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste à petit arbre pouvant atteindre 6 mètres de hauteur, caractérisé par des feuilles composées de petites folioles vert-argentées et poilues, des fleurs jaunes et des longues gousses pendantes comprimées au niveau des graines, en forme de chapelet. Aux îles Cook, ses graines sont utilisées dans les colliers et ses feuilles entre dans la composition de remèdes traditionnels.



### Type de fruit

fruit sec (gousse)

### Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# 'O'uru, Kokuru

nom tahitien

nom pa'umotu

## *Suriana maritima*

Famille des Surianaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbuste

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste pouvant atteindre 4 mètres de hauteur, caractérisé par des petites feuilles lancéolées vert-cendrées et pubescentes souvent rassemblées au sommet des tiges, des petites fleurs jaune citron à 5 pétales et des petits fruits poilus s'ouvrant à maturité en cinq loges. Parfois confondu avec *Pemphis acidula* (« 'a'ie » ou « mikimiki »), il préfère les habitats sableux.



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

moyen (> 1 à 3 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement





# Pia / Arrow-root de Tahiti

nom tahitien

nom français

*Tacca leontopetaloides*

Famille des Dioscoreaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

herbacée

## Type d'habitat

littoral, vallée

## Origine

introduit

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Herbacée dressée caractérisée par de grandes feuilles lobées et des fleurs à longs filaments rassemblées au sommet d'une longue tige pour atteindre 1 m de hauteur. Introduite par les polynésiens comme plante alimentaire car son tubercule contient une fécule utilisée comme amidon, autrefois ingrédient de base du « po'e », mais également comme plante médicinale pour soigner les problèmes oculaires, diarrhées, plaies, brûlures.



## Type de fruit

fruit charnu (baie)

## Temps de germination de la graine

moyen (> 1 à 3 mois)

## Vitesse de croissance de la plante

rapide

## Tolérance à la lumière

moyen



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Autera'a mā'ohi / Badamier polynésien

*nom tahitien*

*nom français*

## *Terminalia samoensis*

Famille des Combretaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbre

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petit arbre pouvant atteindre jusqu'à 5 à 6 m de hauteur, caractérisé par de grandes feuilles un peu poilues, des petites fleurs blanches en épi, de petits fruits rougeâtres à maturité, à la différence du badamier d'introduction européenne *Terminalia catappa* aux gros fruits et dont les amandes sont comestibles. Son bois résistant était utilisé pour la confection de pirogues.



### Type de fruit

fruit charnu (drupe)

### Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

forte



# Miro / Bois de rose d'Océanie

*nom tahitien*

*nom français*

***Thespesia populnea***

Famille des Malvaceae

Photos : JYH Meyer ©

## Forme biologique

arbre

## Type d'habitat

littoral, sub-mangrove

## Origine

indigène

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Petit arbre pouvant atteindre 12 m de hauteur, caractérisé par des feuilles en forme de cœur et de grandes fleurs de couleur jaune-pâle et rouge-brun au centre. Son fruit sec contient de nombreuses graines velues. Autrefois sacré, il était planté près des « marae ». Son bois légèrement rosé est particulièrement recherché pour la sculpture et fabrication d'instruments de musique comme le « tō'ere ».



**Type de fruit**  
fruit sec (capsule)

**Temps de germination de la graine**  
rapide (< 1 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**  
modérée

**Tolérance à la lumière**  
forte



**TE DRA NAHO**  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Paketa

*nom pa'umotu*

***Timonius uniflorus* (syn. *T. polygamus*)**

Famille des Rubiaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

arbuste

## Type d'habitat

littoral

## Origine

indigène

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbrisseau à arbuste pouvant atteindre 4 m de hauteur, caractérisé par des feuilles coriaces, des petites fleurs blanches unisexuées, les mâles ayant un tube plus long que les femelles, et des petits fruits charnus de couleur mauve à noire à maturité.



## Type de fruit

fruit charnu (baie)

## Temps de germination de la graine

-

## Vitesse de croissance de la plante

lente

## Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Urio

*nom tahitien*

## *Triumfetta procumbens*

Famille des Malvaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

arbrisseau

### Type d'habitat

littoral

### Origine

indigène

### Type de substrat

sableux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbrisseau rampant avec des tiges pouvant atteindre 2 à 3 m de longueur, caractérisée par des petites feuilles un peu coriaces et lobées, à bord dentée, des petites fleurs de couleur jaune-vif et des petits fruits globuleux et épineux, brun-noir à maturité. Son écorce était autrefois employée comme cordage, ligne de pêche et ses feuilles utilisées comme plante médicinale dans certaines îles du Pacifique.



### Type de fruit

fruit sec (capsule)

### Temps de germination de la graine

moyen (> 1 à 3 mois)

### Vitesse de croissance de la plante

modérée

### Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Pipi tātahi / Haricot de bord de mer

*nom tahitien*

*nom français*

## *Vigna marina*

Famille des Fabaceae

Photos : JH Meyer ©

### Forme biologique

liane

### Type d'habitat

littoral, sub-mangrove

### Origine

introduit

### Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Liane herbacée aux tiges rampantes ou grimpantes pouvant atteindre 3 m de hauteur, caractérisées par des feuilles trifoliées, des fleurs jaune-vif, et des gousses en forme d'haricots, brun-noirs à maturité, mais non comestibles. Elle est connue pour être une plante médicinale contre les douleurs rhumatismales et pour soigner les contusions, entorses, luxations et le traitement des varices.



**Type de fruit**  
fruit sec (gousse)

**Temps de germination de la graine**  
moyen (> 7 à 3 mois)

**Vitesse de croissance de la plante**  
rapide

**Tolérance à la lumière**  
forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Rara, Lala / Vitex

*nom rarotonqien*

*nom wallisien*

*nom français*

***Vitex trifolia***

Famille des Lamiaceae

Photos : JH Meyer ©

## Forme biologique

arbuste

## Type d'habitat

littoral

## Origine

indigène

## Type de substrat

sableux ou rocheux



## À savoir / E tano 'ia 'ite

Arbuste pouvant atteindre 5 m de hauteur, à écorce brun-grisâtre et au port buissonnant, caractérisé par ses feuilles avec trois folioles un peu blanchâtres et pubescentes dessous, ses nombreuses petites fleurs en tube de couleur bleu lavande à violettes et ses petits fruits ronds noirs à maturité. Ses feuilles sont utilisés aux îles Samoa pour traiter les fièvres et les problèmes respiratoires et également brûlées pour chasser les moustiques.



## Type de fruit

fruit charnu (drupe)

## Temps de germination de la graine

rapide (< 1 mois)

## Vitesse de croissance de la plante

modérée

## Tolérance à la lumière

forte



TE DRA NAHO  
Fédération des Associations de  
Protection de l'Environnement



# Remerciement

Nous remercions chaleureusement toutes celles et ceux qui ont contribué à la rédaction de ce guide, mais également à la réalisation et au succès du programme "Préserver, restaurer et valoriser la végétation indigène du littoral de Polynésie française" financé par la Commission Européenne (programme Best 2.0+) entre 2021 et 2023, par "ordre d'apparition" :

Laetitia Bisarah (anciennement FAPE), Anne Caillaud et Elena Gorchakova (Groupe Outre-Mer du Comité français de l'UICN), Hervé Varet, Mireille Chinain, Clémence Gatti, André Ung, Jérôme Marie, Fleury Tavae et Marie Solignac (Institut Louis Malardé), Eric Lenoble (consultant), Solène Fabre Barroso (consultante, Fenua Ecologie), Maiti Tepa (pépiniériste), Philippe Marmey et Léa Gros (IRD), Yan Peirsegeale (Service de la Traduction et de l'Interprétariat), Olivier Pôté, Tetinionahe Kapiri, Kirahu Howard, Marie-Rose Agnie, Jérémie Tamarii et Moeha Taraufau (Ecomusée Te Fare Natura), Annaig Le Guen et Yann Lacube (CRIOBE), Mayalen Zubia (Université de la Polynésie française), Hina Mermet et Moevai Roche (Collège de Taravao), Paloma Chong (Collège La Mennais), Yvan Exposito (Collège du Taaone), Kim Vanizette (Collège Anne Marie Javouhey), Marie-Laure Vanizette (FAPE), Gustav Durin (vidéaste), Delphine Barraï (Tahiti Infos), Tea Frogier, Vaimiti Dubousquet et Ruth Leng Tang (Délégation à la Recherche).

*Māuruuru ia 'outou pā'āto'a*

