

# OrmeniS

---



Plantes médicinales

## Tisanes -/- Plantes Vrac

### Airelle Myrtille feuilles 70g

Vaccinium myrtillus

La myrtille en feuilles entière est la meilleure amie des reins. Excellent désinfectant urinaire, ce produit simple et naturel permettra à tous ceux qui souffrent régulièrement de troubles urinaires de prévenir et d'espacer les crises.

A faire en infusion à raison de 5g pour une grande tasse après les repas.

4.60 euros

### Angélique fruits 50g

Angelica archangelica

Les graines d'angélique sont vantées depuis l'antiquité pour leurs vertus miraculeuses... mais elles sont utilisées de nos jours pour leur doux parfum anisé et leurs propriétés digestives, stimulantes et antiseptiques.

5g en infusion après le repas facilite la digestion

Pour faire une excellente liqueur, laisser macérer 30g d'angélique et 1g de muscade moulue dans un litre d'eau de vie de fruits. filtrer après 15 jours et ajouter 300ml de sirop (500ml d'eau pour 1kg de sucre)

4.80 euros

### Angélique rac 100g

Angelica archangelica

Tout comme le fruit, la racine de l'angélique est digestive et antispasmodique.

10g en infusion après le repas facilite la digestion

pour faire un vin d'angélique digestif, mettre à macérer 60g de racine coupée dans un litre de vin blanc. à boire par verre à apéritif.

5.10 euros

### Anis vert semences 100g

Pimpinella anisum

Comme toutes les anisées, c'est une plante au parfum suave qui a des vertus calmantes et antispasmodiques.

La graine d'anis est un condiment utilisé depuis bien longtemps à la fois pour son parfum doux et chaud et pour ses propriétés digestives. On l'utilise aussi bien en tisane que dans la pâtisserie, la confiserie ou la cuisine.

En tisane, on l'utilise en décoction à raison de 5g pour une tasse après les repas.

C'est en plus un excellent galactogène pour le femmes qui allaitent.

4.90 euros

## Artichaut feuilles 80g

Cynara scolymus

Connu et apprécié depuis le XV<sup>ème</sup> siècle, la fleur d'artichaut est un légume excellent pour la santé (riche en inuline, un sucre bien assimilé même par les diabétiques). Mais ce n'est que dans la feuilles que se trouvent les principes actifs essentiels pour le foie. Depuis longtemps, il était utilisé dans les campagnes pour soigner les jaunisses et l'hydropisie, mais ce n'est que vers 1930 que son activité a été démontrée : elle est triple. - elle augmente la sécrétion de bile (cholérétique)- elle améliore son évacuation dans l'intestin (cholagogue)- elle stimule l'évacuation rénale (diurétique) Son action est donc détoxiquante et digestive. Ses principes actifs sont la cynarine et les sels de potassium.

C'est un excellent drainage pour lutter contre les excès alimentaires, éliminer les déchets aussi bien après une maladie infectieuse que dans le cadre d'un régime.

&nbsp;

En décoction, la dose est de 30g par litre, à boire dans la journée (sucre car très amer)

On prépare un vin apéritif en faisant macérer 40g de feuilles dans un litre de vin blanc pendant 8 jours.

4.60 euros

## Aspérule feuilles 50g

Asperula odorata

&nbsp;

Cette petite fleur des bois aussi appelée hépatique étoilée est riche en coumarine dont l'action antispasmodique en fait un bon digestif, mais aussi un calmant de l'anxiété et des vertiges.

&nbsp;

On l'associe souvent dans les mélanges sédatifs pour les troubles du sommeil.

&nbsp;

En infusion, mettre 2g pour une tasse.

&nbsp;Le vin de mai se prépare en versant un litre de vin blanc bouillant sur 60g de sommités fleuries fraîches additionnées de 100g de sucre.

Laisser macérer une demie heure et filtrer

4.00 euros

## Aubépine somm fl 100g

*Crataegus oxyacantha*

L'aubépine ou épine blanche est une merveille de la nature.

Cet arbuste épineux aux innombrables fleurs blanches très commun dans les haies est un remarquable tonique cardiaque et un excellent antispasmodique.

Il est indispensable pour pallier à tous les petits troubles dus à la nervosité.

Elle régularise le coeur et lutte contre les angoisses.

Que cela se manifeste par une accélération cardiaque, un petit excès de tension, des crampes d'estomac ou de l'insomnie, l'aubépine est la plante médicinale à prendre en priorité.

On l'utilise contre les palpitations, la tension nerveuse, les troubles du sommeil et les émotions fortes.

C'est également un bon remède non-hormonal des bouffées de chaleur.

En infusion, mettre 2g pour une tasse, en cure de 20 jours par mois.

&nbsp;

5.80 euros

## Basilic feuilles 100g

*Ocinum basilicum*

Originaire de l'Inde, le basilic est connu en Europe et en Afrique depuis l'antiquité, mais sa culture ne dépasse pas le pourtour méditerranéen car il craint le gel. Autrefois, la cueillette du basilic devait suivre un rituel sacré vêtu de blanc immaculé, le cueilleur devait laver ses mains à trois sources différentes et éviter ensuite de toucher toute chose impure telle que des objets de fer ou une femme ayant ses règles. Son usage condimentaire, en plus de son parfum, assure la désinfection des plats et des salades.

10g bouillis dans 100ml d'eau donne un gargarisme efficace contre les aphtes et les angines.

4.40 euros

## Bleuet fleurs 25g

La petite fleur bleue des moissons est aussi un "casse-lunettes" très utilisée autrefois dans les campagnes françaises pour calmer les petits problèmes des yeux.

On utilise d'ailleurs toujours l'eau distillée de bleuet dans les collyres et les solutions de rinçage oculaire.

En infusion, on mettra une dizaine de fleurs dans une tasse d'eau bien chaude. Laisser tiédir et laver abondamment les yeux irrités.

Pour un regard clair et des paupières reposées, on ajoutera quelques boutons de roses et on l'utilisera en compresses.

&nbsp;

3.50 euros

**Boldo feuilles 50g**

Peumus boldus

Originnaire du Chili, cette petite feuille a conquis le monde, en tout cas celui des hépatiques... Que ce soit un petit repas un peu lourd ou les suites d'une maladie, votre foie a parfois beaucoup de mal à faire son travail de nettoyeur.

La boldine, principe actif isolé du boldo, va stimuler la vésicule biliaire et améliorer les fonctions digestives.

Amer et aromatique, le boldo doit être pris avant les repas.

Un à deux gramme de feuilles pour un bol, en infusion. On réalise aussi un vin digestif en laissant macérer 30g de feuilles pendant 10 jours dans un litre de vin doux (malaga...)

4.00 euros

**Bouleau blanc feuilles 40g**

Betula alba

Bel arbre de nos forêts tempérées dont l'écorce fournit une essence qui a fait la renommée des cuirs de Russie. Diurétique puissant, sa feuille nettoie les excès de table et les articulations encrassées.

En infusion, 5g pour une tasse, laisser refroidir un peu et ajouter une pincée de bicarbonate de sodium pour dissoudre les principes actifs. A prendre après les repas.

&nbsp;

4.00 euros

**Bruyère fleurs 75g**

Calluna vulgaris

La bruyère callune est connue depuis l'antiquité pour ses vertus solvantes des calculs urinaire. De nos jours, on lui reconnaît des propriétés diurétiques et adoucissantes qui en font une excellente plante pour éliminer les déchets et calmer les petites infections urinaires. On lui sait, de plus, une activité apéritive et tonique musculaire.

Une cuillère à café (2g) pour une tasse en infusion avant chaque repas.

4.50 euros

**Buis feuille 80g**

Buxus sempervirens

Le buis est un arbuste toujours vert symbole d'éternité. Il est connu depuis longtemps pour ses vertus fébrifuges et sudorifiques, mais son goût très amer est difficile à accepter. Il est néanmoins un excellent moyen de lutter contre les refroidissements et une aide naturelle dans les coups de froid.

En décoction, une cuillère à café de feuilles pour une tasse 3 à 4 fois par jour, à boire bien sucré ( c'est le moment d'utiliser une ou deux cuillères de miel)&nbsp;

4.80 euros

## Camomille fleurs 75g

*Anthemis nobilis*

Gloire du Maine et Loire, la camomille est devenue synonyme de tisane pour beaucoup. pourtant, bien avant d'être une plante médicinale, c'est pour les soins de peau des belles qu'elle était connue. Bien qu'elle ne soit pas d'origine romaine, elle fut ainsi nommée parce qu'un certain Camerarius la redécouvrit au XVIème siècle à Rome.

Parfumée et légèrement amère, sa tisane demande à être bien dosée, 2 à 3 têtes par tasse en infusion de 5 minutes, pas plus! En infusion, 1 à 5g par jour. Un vin de camomille est également réalisable avec 80g de fleurs pour un litre de vin blanc (d'Anjou bien sur!). Laisser une semaine et filtrer. Un verre à liqueur à chaque repas comme digestif.

Sous forme d'huile de camomille obtenue par macération de 50g de fleurs dans 300g d'huile (arachide, noisette...) en friction contre les douleurs et les peaux sèches irritatives.

En compresse et bain oculaire, on utilisera un infusé concentré 5 à 6 têtes pour une tasse.

Attention, trop concentré, l'infusé est vomitif.

8.00 euros

## Cannelle de Ceylan éc. 50g

*Cinnamomum zeylanicum*

Véritable cannelle de Ceylan, parfumée et aromatique.

Ce merveilleux aromate fidèle compagnon de nos pommes et de nos vins chauds est constitué de fines lanières d'écorces de branches débarrassées de la partie externe. C'est le liber ainsi obtenu qui se roule sur lui-même en tuyau de 1cm de diamètre environ. Son odeur suave et sa saveur aromatique brûlante sont caractéristiques et la distinguent de la cannelle de Chine de saveur fade. Les Anglo-américains en sont très friands et l'utilisent largement. Déjà connue en Chine trois mille ans avant notre ère, c'est une épice largement répandue dans le monde.

Le vin chaud à la cannelle est un excellent tonique antigrippal.

On obtient également un délicieux vin de cannelle tonique et stimulant en faisant macérer 60g de cannelle et 30g de vanille dans un litre de vin de Frontignan.

6.20 euros

## Cassis feuilles 20g

*Ribes nigrum*

Tout est bon dans le cassis, même les feuilles ont une action douce mais efficace sur les articulations douloureuses. Son action, reconnue universellement, permet de conserver la souplesse de ses articulations. Diurétiques et anti-inflammatoires, les feuilles sont aussi utilisées en complément de régime minceur, contre les capitons.

2 ou 3g pour une tasse le soir.

4.00 euros

**Cerisier pédoncule rouge 50g**

Prunus cerasus

La célèbre queue de cerise cueillie quand elle atteint sa couleur rouge&nbsp;!Le diurétique le plus connu pour éliminer tous les petits excès grâce à sa teneur en potassium.

2 à 5g pour une tasse, trois fois par jour en décoction.

4.00 euros

**Chiendent rhizome 150g**

Cynodon dactylon

Cette plante envahissante de nos jardins, amie des chiens qui la mâchent à pleines dents&nbsp;;pour se purger,&nbsp;;est aussi une amie de de nos reins.

Riche en potassium, c'est un bon activateur de l'élimination rénale et un adoucissant des irritations urinaires.

On l'utilise aussi comme rafraichissant dans les petits états fébriles.

Il convient de le faire en décoction en maintenant l'ébullition plusieurs minutes. On peut le parfumer d'un peu de réglisse ou d'écorce de citron qu'on ajoutera en fin de préparation.

4.80 euros

**Citronnelle plante 100g**

Lemon grassCymbopogon citratus

Petite herbe tropicale au parfum de citron, la citronnelle éloigne les moustique, mais sert aussi à faire de délicieuses tisanes rafraichissantes et digestives.C'est aussi une épice très utilisée dans la cuisine orientale.

une pincée pour une tasse après les repas en infusion

4.80 euros

**Coquelicot pétale 60g**

Papaver rheas

Le si frêle et si gentil coquelicot de nos campagnes est aussi une merveilleuse tisane rouge sombre, apaisante, calmante et adoucissante des petites toux sèches. Son goût fin et particulier nous rappellera les pastilles au coquelicot que l'on trouve encore parfois dans les pastillages médicinaux.

Le soir son infusion préparera à une bonne nuit de repos.

Quelques fleurs dans une tasse d'eau bouillante plusieurs fois par jour en cas de toux d'irritation, le soir une infusion un peu plus concentrée prépare au sommeil.

On réalise également un sirop avec 25g de fleurs pour 1/4 de litre d'eau bouillante. Laisser refroidir en contact quelques heures et filtrer avec expression. ajouter 250g de sucre. Se prend par cuillère à café.

5.80 euros

## Coriandre fruit 100g

Coriandrum sativum

Le fruit de la coriandre est un aromate utilisé depuis fort longtemps. Son parfum agréable et ses vertus digestives en font une épice appréciée dans la cuisine et la charcuterie.

Elle améliore les sécrétions gastriques, l'élimination des ballonnements et redonne du tonus et de l'énergie, combattant la somnolence post prandiale.

Une cuillère à café par tasse en infusion après les repas, mais aussi dans les plats lourds en association avec le thym.

&nbsp;

4.00 euros

## Cumin fruit 100g

Cuminum cyminum

Le faux anis est aussi un vrai aromate au parfum envoûtant et caractéristique. Condiment préféré des germaniques et des anglais, le cumin est donné au bébé, parfume les fromages, le pain, les pâtisseries etc... En Afrique du Nord, on le considère comme aphrodisiaque, mais en Europe du Nord c'est pour ses vertus carminatives et digestives qu'on l'utilise. Il favorise également la lactation chez les jeunes mamans qui allaitent.

On l'utilise en condiment dans la cuisine ou en infusion à raison d'une cuillère à café pour une tasse et 10 minutes de contact.

On peut aussi les utiliser en cataplasme sur la poitrine engorgée ou les testicules douloureux.

4.50 euros

## Eglantier cynorrhodon fruit 120g

Rosa canina

Ces beaux fruits rouge orangé ornent les haies de rosiers sauvages dès la fin de l'été. On l'utilisait autrefois contre la rage (rosier des chiens) mais son usage le plus courant a toujours été comme antidiarrhéique. Riche en vitamine C, on l'utilise aussi pour renforcer les défenses de l'organisme dans les affections hivernales.

On l'utilisera en décoction en laissant bouillir 5 à 10 baies par tasse deux minutes. Une tasse avant les repas.

On en fait aussi une confiture acidulée.

4.50 euros

## Eucalyptus feuilles 100g

Eucalyptus globulus

L'eucalyptus, parfum du midi, parfum de l'hiver! quel contraste! Et pourtant, ce magnifique grand arbre des régions méditerranéennes se gorge de soleil pour nous offrir, l'hiver venu, un antiseptique indispensable dont nous agrémentons tous les suppositoires et les pastillages contre la toux et les bronches encombrées.

C'est la plante des bronches et on l'utilise de toutes les façons, en fumigation humide, en cigarettes ou en infusion.

On la prendra en infusion en laissant en contact 20 minutes avant de boire.

4.40 euros

**Fenouil fruit 80g**

Foeniculum vulgare (ou dulce)

Utilisée depuis la plus lointaine antiquité pour soulager les maux de ventre, cette plante est encore très utilisée pour les maux de ventre des bébés, et pour aider à faire dégonfler le ventre ballonné. Son action diurétique et stimulante de la digestion en font un bon appoint dans les régimes amincissants.

Avec la coriandre, l'anis vert et le carvi, elle fait partie des semences chaudes carminatives et galactogènes.

On l'utilisera en infusion, une cuillère à café pour une tasse.

On peut également préparer un vin stimulant avec 50g de semences pour un litre de vin blanc. Laisser macérer 15 jours. Un verre au début d'un repas.

&nbsp;

4.20 euros

**Fenugrec graine 100g**

Trigonella foenum-graecum

Trigonelle

Cette épice est traditionnellement utilisée pour stimuler la prise de poids. Dans l'antiquité elle était ajoutée à l'alimentation des athlètes pour améliorer leur qualité physique. Son usage aujourd'hui est la prise de poids et la convalescence après une maladie épuisante. Elle aurait également un rôle dans l'assimilation et le contrôle du sucre et du cholestérol. En usage externe, la farine de fénugrec peut être utilisée en cataplasme sur les inflammations douloureuses et la cellulite.

En décoction, on le dose à une cuillère à café pour une tasse maintenue à ébullition quelques minutes. A boire avant les repas.

&nbsp;

4.20 euros

**Frêne feuilles 50g**

Fraxinus excelsior

Ce bel arbre de nos forêts a longtemps été utilisé contre la fièvre. Il servait aussi à préparer une boisson économique pour accompagner les repas, la frênette, sorte de bière de feuilles de frêne.

C'est un excellent draineur qui favorise l'élimination des toxines accumulées et libère les articulations de l'acide urique déposé.

L'infusion de feuille sera prise à chaque repas. On peut y associer Cassis et Reine des prés.

4.20 euros

## Fucus ves thalle 100g

### Fucus vesiculosus

Le varech se ramassait autrefois pour faire de l'engrais et extraire l'iode. Aujourd'hui, il est ramassé en pleine mer par bateau pour fournir les instituts de thalassothérapie et l'industrie pharmaceutique. C'est dire son importance.

Connu depuis l'antiquité pour ses vertus antirhumatismales, le varech est très abondant sur les côtes de la Manche et de l'Atlantique jusqu'aux tropiques. Il a été utilisé dans les régions littorales comme aliment, comme engrais puis comme source d'iode avant que les scientifiques du XIXème siècle ne lui découvrent des vertus médicales : augmentation des échanges métaboliques comparable aux extraits thyroïdiens, absorbant des graisses. Depuis, son utilisation contre l'obésité n'a fait que s'amplifier tant par voie interne (comprimés, gélules...) que par voie externe (thalassothérapie).

Attention! Le thalle récolté en été est très riche en mucilages et pauvre en minéraux, il est préférable de le récolter à l'automne, loin des côtes.

Riche en iode organique, il stimule la thyroïde qui accélère le métabolisme et brûle plus de réserves énergétiques. Mais attention à ne pas l'utiliser en cas de problème avec cette glande. Riche également en mucilage, il a une action coupe-faim et légèrement laxative.

On l'utilise en décoction, 2g pour une tasse, en laissant bouillir 5 à 6 minutes. A prendre avant les repas 'on peut parfumer avec un peu de citron)

En bain, on laisse un nouet de 20g infuser dans l'eau très chaude, puis on ajuste à l'eau froide pour un bain tonique (35°) ou relaxant (39°)

&nbsp;

4.20 euros

## Fumeterre plante 100g

### Fumaria officinalis

On croyait autrefois qu'elle naissait des vapeurs de la terre. Cette plante très commune est aussi un merveilleux nettoyeur du foie et un décongestionnant de la vésicule biliaire. En Afrique du Nord, on l'utilise aussi pour donner de l'éclat au teint.

On le conseillera prioritairement aux gros mangeurs ainsi qu'aux hépatiques par cure de 20 jours.

Le fumeterre normalise le flux de bile et améliore certains états migraineux (d'origine hépatique) et les douleurs hépatiques (calculs...).

En infusion, une pincée par tasse avant les repas. Bien sucrer pour réduire l'amertume.

On peut faire un vin tonique et apéritif avec 40g de plante pour un litre de vin blanc (attention le vin rouge riche en tannins est incompatible).

&nbsp;

5.00 euros

## Genévrier baie 100g

Juniperus communis

C'est le genièvre qui rend la choucroute plus digeste ! aromate privilégié des allemands qui en font une eau de vie nationale, mais également des américains (gin). Digestive et diurétique elle améliore bien des excès de table ! Antiseptique, elle soulagera les voies urinaires et les petits troubles gynécologiques, mais attention au surdosage : pas plus de 15 baies par jour.

En infusion, 5 baies par tasse, bien exprimées avant les repas.

En vin diurétique, 50g broyées dans un litre de vin blanc porté à ébullition. Laisser macérer 3 jours et filtrer. Un verre le matin à jeun.

&nbsp;

4.80 euros

## Gentiane racine 100g

Gentiana lutea

Superbe fleur de nos montagnes qui cache une racine amère aux propriétés apéritives et digestives. En effet, cette racine a la propriété d'exciter les glandes salivaires et la vésicule biliaire, mais c'est en infusion ou en extrait alcoolique qu'elle est la plus active. L'eau de vie de gentiane, par contre, est beaucoup moins active. Utilisée dès l'antiquité pour le foie, les vers et les fièvres, elle a connu un regain de notoriété au début du siècle avec les digestifs amers.

L'infusion qui est très amère se fait en laissant infuser toute une nuit 30g de racine pour un litre d'eau bouillante. (Une tasse avant les repas)

Le vin de gentiane se fait en laissant macérer dix jours au moins, 30g de racine pour un litre de vin blanc. (Un verre à liqueur avant les repas)

Un excellent sirop fortifiant pour enfant se prépare en laissant macérer à froid, une journée au moins, dix grammes de racine pour un litre d'eau. Filtrer, ajouter un kilo de sucre. (Une cuiller à soupe avant les trois repas)

6.00 euros

## Gingko feuille 100g

Gingko biloba

Le plus vieil arbre du monde est aussi un superbe ornement de nos parcs. Ses feuilles, outre leur grande beauté, ont une action majeure sur la circulation veineuse et artérielle. C'est la plante de la mémoire, des bourdonnements d'oreilles, des jambes lourdes et des troubles circulatoires. A conseiller pour retrouver la jeunesse de ses artères.

En infusion après les repas.

&nbsp;

5.20 euros

**Gui feuille 100g**

Viscum album

Ce parasite sous lequel il fait bon s'embrasser au nouvel an est indiqué pour normaliser une tension un peu au dessus de la moyenne. En améliorant la circulation artérielle, il favorise une bonne irrigation et diminue les troubles de la ménopause.

En infusion, laisser une cuillère à café de feuilles en contact 5 minutes avant de boire. Une tasse aux trois repas.

&nbsp;

5.00 euros

**Hamamelis feuilles 80g**

Hamamelis virginica

Originaire de Virginie, ce noisetier, dont les propriétés sont voisines de notre coudrier, jouit aux États Unis d'une grande renommée et son utilisation en France s'est répandue largement depuis plus d'un siècle. Contenant 8 à 10% de tanins et des flavonoïdes, son action sur la circulation veineuse est de premier ordre.

Tonique veineux et&nbsp;Astringent, il améliore les jambes lourdes, la mauvaise circulation et les rougeurs des peaux couperosées.

En infusion, une pincée de feuilles pour une tasse aux trois repas, en cure de 20 jours.

Localement, on peut utiliser un infusé concentré sur les veines apparentes et les rougeurs du visage en compresse.

&nbsp;

5.60 euros

**Harpagophytum racine 100g**

Harpagophytum procumbens

Connu et utilisé en Namibie et dans le sud-ouest africain depuis fort longtemps, l'harpagophyton était utilisé principalement comme laxatif, digestif, mais aussi contre les migraines et les allergies. Son nom vient de ce que ses fruits ont la forme de crochets qui se fixent entre les sabots des antilopes qui les dispersent ainsi. Ses principes actifs sont des iridoïdes (harpagosides). L'harpagoside a une structure proche de certaines prostaglandines. Une étude a montré que l'extrait sec d'harpagophytum donne de très bons résultats dans les&nbsp;douleurs rhumatismales&nbsp;à la dose de 2,4g par jour en cure de 21 jours. Son action semble potentialisée par un apport de Sélénium et de Zinc. Il semble, de plus, avoir une action sur les palpitations.

En décoction, laisser en contact 5 à 10 minutes et boire 3 tasses par jours.

&nbsp;

5.80 euros

## Hibiscus karkadé fleur 50g

Hibiscus sabdariffa

Cette superbe mauve rouge fournit une boisson acidulée et rafraîchissante délicieuse très répandue dans l'Est africain et l'Égypte.

Sous forme de tisanes à la dose de 1 à 5g de fleurs par jour. Chaude ou froide, la tisane de karkadé est délicatement acidulée, adoucissante et d'une superbe couleur rose foncé. Son absence de parfum peut être compensée par une rondelle de citron ou une pincée de menthe. Glacée, elle peut être la base de cocktails fort appétissants.

Localement, en lotion d'infusé elle améliore les peaux grasses ou dévitalisées.

4.20 euros

## Houblon cône 30g

Humulus lupulus

Bien qu'elle pousse à l'état sauvage, cette plante est largement cultivée dans les pays du Nord (Nord, Alsace, Angleterre, Allemagne, Belgique...) pour la fabrication de la bière. Son action sédative sexuelle en a fait rapidement la spécialité des moines (trappistes, etc...)

Méconnu dans l'antiquité, le houblon n'a servi à la fabrication de la bière que depuis le neuvième siècle (la cervoise d'Astérix devait être bien fade!). Ses propriétés thérapeutiques n'ont été découvertes que plus tard. Au seizième siècle il est un apéritif et un dépuratif en vogue, au

dix-neuvième siècle, le roi d'Angleterre George III découvre ses vertus somnifères. De nos jours, ce sont ses propriétés hormonales qui ont été mises en lumière après que l'on ait constaté que les femmes occupées à sa cueillette voient systématiquement leurs règles venir deux jours après le début de la récolte. On l'utilisera donc pour améliorer le sommeil et pour favoriser la lactation chez les mamans qui allaitent.

Attention, son action hormonale oestrogénique puissante nécessite l'avis d'un gynécologue avant tout emploi prolongé chez la femme.

Une infusion de 3 à 5 cônes le soir avant le coucher favorisera une bonne nuit. Contre les insomnies rebelles ainsi que pour les enfants qui urinent au lit, l'utilisation d'un oreiller rempli de cônes de houblon peut être une solution aussi simple qu'efficace. L'infusé, en lotion tonique, peut lutter contre la sécheresse de la peau due à la ménopause (20g pour 1 litre d'eau chaude) et en rincage des cheveux il adoucit le cuir chevelu irrité.

&nbsp;

4.40 euros

## Hysope sommité fleurie 70g

Hyssopus officinalis

L'herbe sacrée des Hébreux est une petite plante de la famille du thym, très parfumée et aux vertus antiseptiques et respiratoires. On l'utilisera pour améliorer les encombrements bronchiques et les difficultés respiratoires.

En infusion, une pincée par tasse trois à quatre fois par jour pour dégager les bronches, mais aussi en infusé concentré, pour faire des gargarismes contre les enrouements ou utiliser en compresses chaudes sur les bleus et les bosses.

&nbsp;

5.00 euros

## Lavande fleur 75g

Lavandula vera

Ce petit arbrisseau pousse sur les hauteurs calcaires du pourtour méditerranéen où il fleurit en bouquets bleus au parfum envoûtant. Son nom lui vient des belles romaines qui se baignaient dans une eau parfumée d'un bouquet de lavande (lavare= laver). Les lavandières quant à elles en parfumaient le linge fraîchement lavé. La lavande vraie est la lavande sauvage d'altitude aux propriétés thérapeutiques confirmées. La lavande aspic (grande lavande, spic ou faux nard) est la lavande des vallées utilisée par les parfumeurs. Les lavandins sont des hybrides issus de ces deux variétés et cultivés pour la parfumerie. La lavande stoechas est une autre variété sauvage utilisée comme sudorifique, tonique et excitante.

on l'utilisera principalement pour aider au sommeil, lutter contre le Stress, l'irritabilité, les refroidissements, la digestion difficile et les Palpitations.

En infusion, une pincée pour une tasse 2 à 3 fois par jour.

&nbsp;

6.20 euros

## Lin graine entière 200g

Ces minuscules graines sont excellentes pour la santé. On vante de plus en plus leurs vertus pour prévenir plusieurs maux. Mais il faut savoir comment les utiliser correctement. Sinon, une grande partie de leurs bienfaits restent inaccessibles à notre corps. La graine de lin est bonne pour la santé parce qu'elle est très riche en oméga-3, en fibres et &nbsp;en phytoestrogènes. Mais il ne faut pas en abuser. Au sujet des fibres, &nbsp;on sait qu'une alimentation riche en fibres a pour avantage de faire diminuer le taux de cholestérol, mais aussi d'augmenter un peu le transit intestinal et vraisemblablement d'avoir un effet préventif pour le cancer du côlon. &nbsp;Quant aux &nbsp;phytoestrogènes, ils &nbsp;sembleraient intéressants pour soulager certains symptômes de la ménopause (parlez-en à votre gynécologue)

Pour obtenir les bienfaits des oméga-3, il faut absolument broyer les graines de lin, car notre corps n'est pas en mesure de briser la coque dure et fibreuse qui les enveloppe. Le moulin à café est parfait pour cet usage. En prendre une cuillère à café par jour.

&nbsp;

4.80 euros

## Maïs barbe 30g

Zea maïs

Cette grande herbacée ne fournit pas que du grain, on en retire aussi une petite touffe de cheveux roux, les stigmates. La barbe de maïs est un diurétique puissant qui favorise l'élimination rénale aussi bien dans le cas de calculs que dans le cadre de la minceur ou d'une tension un peu élevée.

On l'utilise en décoction en laissant chauffer 25g dans un litre d'eau pendant deux heures. Boire une tasse avant les repas.

&nbsp;

4.00 euros

**Marjolaine sommité fleurie 60g**

Origanum majorana

Cette variété d'origan dégage un puissant parfum aromatique qui se marie bien avec la tomate dans la cuisine. très bon antispasmodique, elle a une action sédative sur les maux de ventre et les maux de tête et calme la nervosité.

En infusion, une cuillère de plante pour une tasse donne une délicieuse tisane sédative avant le coucher. Un peu moins dosée, on en prendra en cas de maux de ventre ou de tête.

&nbsp;

4.20 euros

**Maté feuille 150g**

Ilex paraguariensis

Le maté ou thé des gauchos est une boisson tonique et parfumée qui peut remplacer le thé. Riche en caféine, il est utilisé dans les régimes minceur pour éliminer les graisses et désinfiltrer les capillaires.

En infusion après les repas et dans la journée, &nbsp;sauf le soir.

&nbsp;

5.60 euros

**Matricaire fleur 75g**

Matricaria chamomilla

Les matricaires sauvages (*M. parthenium*) et de culture (*M. chamomilla*) doivent leur nom à l'usage principalement féminin (*mater* = mère) du à des propriétés emménagogues importantes. Les petites fleurs jaunes à l'odeur forte fournissent également une huile essentielle intéressante d'une étonnante couleur bleue pour la distillation des pétales blancs du pourtour, ou verte pour celle des fleurons jaunes. Il ne faut pas confondre cette camomille avec sa cousine romaine (dite noble) au parfum plus discret et à l'action essentiellement digestive. En dilution homéopathique, *Chamomilla* est le grand remède des douleurs intolérables (poussée dentaire des bébés, douleurs vives...)

En infusion, quelques têtes pour une tasse (peu usité) En rinçage avec un décocté concentré éventuellement additionné de vinaigre aidera à blanchir les cheveux et leur donner des reflets dorés.

4.80 euros

**Mauve du Nord fleur 40g****Malva sylvestris**

La petite mauve (*M. rotundifolia*) et la grande (*M. sylvestris*) sont utilisées sans distinction, mais la variété de grande mauve cultivée dans le Nord de la France est la plus estimée avec ses belles grandes fleurs. Riche en mucilage pectique, comme la plupart des malvacées, la mauve est un adoucissant de toutes les inflammations locales. Pour les anciens, elle était un légume qui agrémentait ragoûts et salades, puis, petit à petit, après le moyen-âge, son utilisation médicinale prit le pas sur son usage alimentaire.

En infusion, cette belle tisane d'un bleu profond soulagera les intestins encombrés. En lotion pour les peaux fragiles, en compresses de décocté, en gargarisme, en bain d'yeux ou en injection vaginale...

&amp;nbsp;

6.30 euros

**mélange diététique 100g**

La tisane de l'été.

D'une belle couleur rose, fraîche et diurétique, au goût acidulé, cette boisson peut être bue toute la journée, chaude ou glacée, en complément d'un régime minceur ou simplement par gourmandise !

mon conseil: Préparez une tisane concentré, laissez infuser 5 minutes et verser sur des glaçons, puis complétez à 1,5 litre pour boire dans la journée. Conservez au frais.

composition: karkadé, citron et menthe

6.64 euros

**Mélicie feuille 30g****Melissa officinalis**

Cette herbe de la famille du thym fournit de belles feuilles ovales et fines au doux parfum citronné. Antispasmodique, elle aide à la digestion. Elle augmente la sécrétion de bile et calme les anxieux (qui se font de la bile !)

On la distille pour faire une eau de vie digestive (l'eau de mélisse des Carmes) On réalise une eau digestive familiale en laissant macérer 15 jours dans un litre d'eau de vie 50g de mélisse, 5g de cannelle de Ceylan, 15g de zeste de citron frais, 10g d'angélique fruit, 15g de coriandre fruit, 10g de clou de girofle et 15g de muscade noix. Filtrer, exprimer.

En infusion on laisse en contact 10 minutes avant de boire une tasse à la fin des repas.

&amp;nbsp;

4.60 euros

## Menthe poivrée feuille 20g

Mentha piperita

Très utilisée sous toutes les latitudes, la menthe est avant tout synonyme de fraîcheur. Curieusement, alors que la plupart des plantes à essences voient leur qualité augmenter avec la température et la dureté du terrain, la menthe est d'autant plus fraîche et riche en menthol qu'elle pousse en région plus froide. La menthe anglaise est ainsi la plus renommée. Recommandée pour la Digestion difficile et la Fatigue, elle est surtout rafraîchissante et parfume agréablement des tisanes peu goûteuses.

En infusion après les repas, dans votre thé également.

4.30 euros

## Olivier feuille 60g

Olea europaea

Ce petit arbre méditerranéen, symbole de la paix, se retrouve aux racines de notre civilisation dans la bible, dans la Grèce antique, dans la passion du Christ (le mont des oliviers)... L'usage de son huile remonte à la nuit des temps. Ses feuilles ont longtemps constitué le principal remède contre les fièvres. Fébrifuge, Vasodilatateur périphérique, Hypoglycémiant, Diurétique léger. On l'utilisera principalement pour aider à réguler son taux de sucre et sa tension, mais aussi pour mincir.

En décoction de 10 à 20 minutes après les repas.

4.20 euros

## Orange amère écorce de fruit 100g

L'écorce d'orange amère est un excellent tonique digestif et apéritif. On l'utilise principalement en vin et en liqueur.

Pour préparer un sirop, laisser macérer quelques jours 100g d'écorce dans 100g d'eau de vie, puis ajouter le sirop (350g de sucre pour 1 litre d'eau). Pour préparer un vin tonique et apéritif, on laisse macérer 100g d'écorce avec quelques fleurs de camomille dans un litre de vin blanc.

Attendre quelques semaines et filtrer.

&nbsp;

5.40 euros

## Oranger bigarade bouton fleur 40g

Citrus aurantium var amara

Ah! le jardin des hespérides! les fleurs d'oranger sont le symbole de la virginité dans le bouquet de la mariée. Parfum méditerranéen, arbre aux multiples usages, tout est bon chez lui! son bois, ses feuilles, ses fleurs, ses fruits, ses essences. Délicatement parfumée, la fleur d'oranger est calmante et peut se donner aux bébés nerveux.

En infusion, une tasse le soir au coucher.

&nbsp;

6.60 euros

# Ormenis

10/2004

## Oranger bigarade feuille 20g

Citrus aurantium var amara

Ah! le jardin des hespérides! les fleurs d'oranger sont le symbole de la virginité dans le bouquet de la mariée. Parfum méditerranéen, arbre aux multiples usages, tout est bon chez lui! son bois, ses feuilles, ses fleurs, ses fruits, ses essences... Digestif et calmant, son feuillage soulage les palpitations et même la toux sèche.

En infusion après les repas et avant de se coucher.

&nbsp;

3.80 euros

## Origan sommité fleurie 100g

L'origan dégage un puissant parfum aromatique qui se marie bien avec la tomate dans la cuisine. très bon antispasmodique comme la marjolaine mais plus antiseptique, elle a une action sédative plus marquée sur les petits problèmes respiratoires et bronchiques.

En infusion, une cuillère de plante pour une tasse donne une délicieuse tisane.

&nbsp;

4.80 euros

## Ortie piquante feuille 50g

Urtica dioica

Qui donc ne s'y est jamais piqué ! Cette plante très commune est la hantise des enfants en culotte courte. Nos aïeux, par contre, s'en frottaient pour soulager leurs douleurs et la consommaient cuite &nbsp; en épinard. Séchée, ses poils urticants ont perdu leur agressivité et on peut l'utiliser comme reconstituant et reminéralisant. En effet, elle concentre une grande quantité de minéraux assimilables et des vitamines.

En infusion, une cuillère à café pour une tasse, laisser 10 minutes et filtrer. Une tasse avant les repas.

On peut également en faire une lotion contre la chute des cheveux.

&nbsp;

4.20 euros

## Pensée sauvage plante 50g

Viola tricolor

Cette petite fleur des champs qui sait se faire oublier est devenue le symbole de la mémoire comme le myosotis (une autre petite fleur timide) pour les Anglais (forget me not). Et on ne l'oublie pas facilement notre petite pensée sauvage, reine des peaux à problème.

Dépurative, décongestionnante et &nbsp; antiprurigineuse elle servira contre les démangeaisons, les problèmes de peau des jeunes et toutes les irritations dues aux allergies.

En infusion ou en décoction, une tasse 2 à 3 fois par jour loin des repas.

4.00 euros

## Pin bourgeon 150g

Pinus sylvestris

Pins et sapins se mêlent sur tous les continents pour produire des résines assez voisines. Leurs bourgeons sont plus ou moins gros mais toujours résineux et parfumés. Antiseptique, Adoucissant, Antitussif, Diurétique et Stimulant, on l'utilise surtout pour adoucir les gorges irritées et soulager les bronches.

Pour préparer une tisane, laisser infuser une heure 30g de bourgeons et boire très sucré (au miel, bien sûr)

On prépare un sirop balsamique avec 50g de bourgeon dans 50g d'eau de vie. Laisser au moins une heure en contact et ajouter un litre d'eau bouillante. Attendre encore 6 heures et filtrer. Ajouter le même poids de sucre et maintenir au chaud sans bouillir jusqu'à obtention d'un sirop. A prendre par cuillère à soupe.

&nbsp;

8.00 euros

## pissenlit racine 150g

Taraxacum dens leonis

Le pissenlit aux fleurs d'or et aux graines volantes immortalisées par LAROUSSE®, n'est plus à présenter. On utilise depuis toujours ses jeunes feuilles de printemps en salade et ses racines pour stimuler les éliminations rénales et digestives. On l'utilise pour : Élimination et drainage, Surcharge pondérale, Régulation biliaire et Manque d'appétit.

En décoction, laisser bouillir une demie heure et laisser refroidir 4 heures avant de filtrer. 30g pour un litre. Deux verres par jour entre les repas.

&nbsp;

5.80 euros

## Prêle plante 50g

Equisetum arvense

La prêle des champs est la seule utilisée en herboristerie, mais toutes les prêles ont à peu près les mêmes propriétés. C'est une plante très riche en silice organique, mais également en minéraux divers. Son action principale vient de là, mais la présence d'alkaloïdes, hétérosides et stéroïdes la rend encore plus précieuse alors que sa diffusion et sa prolifération en font paradoxalement une plante très banale.

Reminéralisant (Si, Ca...), Diurétique, Cicatrisant, Antidégénératif, Antianémique et Régulateur hormonal.

En décoction, on laisse en contact une demie heure avant de filtrer. Une tasse avant les repas.

&nbsp;

3.60 euros

# Ormenis

10/2004

## Psyllium noir graine 150g

Plantago psyllium

Le psyllium est un plantain exotique dont les petites graines riches en mucilages sont laxatives.

Une cuillère à café au cours d'un repas avec un grand verre d'eau pendant 10 à 20 jours.

&nbsp;

5.80 euros

## Quinquina rouge écorce 75g

Depuis que les Espagnols ont ramené cette écorce en Europe vers l'an 1600 et que la comtesse Del Chinchon fut guérie des fièvres, devenant la marraine du Cinchona ou quinquina, cette plante est devenue une plante majeure à travers tous les continents. Mais ce n'est qu'en 1820 que Pelletier et Caventou découvrirent la merveilleuse quinine, alliée des coloniaux, puis sauveuse du "tiers-monde" et toujours utilisée dans des dérivés de plus en plus efficaces. Ses principes amers apéritifs firent également les beaux jours des liquoristes (Vins de quinquina) Pour la petite histoire, &nbsp;le Schweippes &nbsp;était, à l'origine, un médicament inventé au siècle dernier pour faire accepter aux coloniaux anglais l'amertume de la quinine.

On peut l'utiliser en décoction, mais c'est en vin apéritif qu'il est le plus actif. On laisse macérer 20g d'écorce dans un litre de vin blanc doux pendant 3 à 5 jours. filtrer. Un verre à liqueur avant les repas.

4.80 euros

## Réglisse racine coupée 150g

Glycyrrhiza glabra

Délice des enfants, bouée de sauvetage des fumeurs, cauchemar des hypertendus, régal des amateurs d'anisette, la réglisse est excessivement utilisée en confiserie et liquoristerie (son nom anglais n'est-il pas Licorice). Le "coco" (extrait de réglisse) a été une boisson populaire pendant plus de 2 siècles jusqu'aux années 1950, détrôné par le "Coca-Cola" (autre boisson médicinale). Déjà connu des anciens égyptiens, le bois de réglisse a prouvé son action sur les ulcères de l'estomac en 1950. Les rhizomes sont récoltés sur des plantes de 3 ans. On l'utilise pour ses qualités anti inflammatoires contre les maux d'estomac, les maux de gorge et les rhumes.

En infusion ou macération avant les repas. On peut aussi l'ajouter à d'autres plantes pour édulcorer sans sucre.

En décoction concentrée pour gargarisme et bain de bouche.

&nbsp;

5.10 euros

## Reine des prés sommité fleurie 80g

*Spiraea ulmaria*

Connue depuis le moyen-âge avec des hauts et des bas, la reine des prés ou ulmaire semble être plus active fraîche ou récemment cueillie. Il convient donc de veiller à utiliser une plante de l'année ou un extrait stabilisé. Ses fleurs parfumées servent à faire un vin apéritif. C'est à partir de son nom que l'aspirine a été baptisée. Fortement diurétique elle nettoie les articulations et les élimine tous les déchets de l'organisme, notamment dans les régimes minceur. Elle désinfiltre en outre les capitons disgracieux.

En infusion après les repas

&nbsp;

6.20 euros

## Romarin feuille 150g

*Rosmarinus officinalis*

A la fois condiment et plante médicinale, le romarin a de multiples vertus, liées soit à son huile essentielle, soit à ses principes actifs solubles. Nous aurons donc des indications assez différentes pour la plante entière et pour son essence. Il convient donc de ne pas utiliser l'une pour l'autre. Son essence lui confère des propriétés toniques et antiseptiques, ses principes actifs solubles en font, eux, un puissant stimulant hépatique et un antioxydant intéressant. Les abeilles en font un miel au goût puissant, appelé miel de Narbonne. Les anciens lui attribuaient des vertus de jouvence, nous savons aujourd'hui qu'il contient des anti-oxydants puissants.

En condiment dans la cuisine et en infusion après les repas pour stimuler le foie.

4.80 euros

## Sarriette feuille 120g

*Satureja hortensis*

Considérée depuis longtemps comme stimulant psychique et physique, voire comme aphrodisiaque, la sarriette est d'abord un condiment bien utile pour rendre les féculents plus digestes et pour aseptiser les viandes faisandées.

En infusion, une tasse après les repas

&nbsp;

5.00 euros

## Sauge de Grèce feuille 80g

Salvia officinalis

"Salvia", "celle qui sauve", tout un programme! Louis XIV en buvait tous les matins et la sauge était renommée contre tous les maux...

Aujourd'hui, elle sert d'épice en cuisine, parfume et assainit les armoires et son essence trouve des applications multiples en usage externe. On l'utilise pour la digestion, bien sûr, mais aussi pour arrêter la sécrétion lactée, pour les règles insuffisantes ou irrégulières, la transpiration excessive, améliorer les bouffées de chaleur, et même la frigidité et l'impuissance. A cause de cette action prépondérante sur les hormones estrogéniques, il faut en parler au gynécologue avant tout emploi à long terme.

En infusion, une tasse à la fin des repas, et une au coucher pour les sueurs nocturnes.

&nbsp;

5.40 euros

## Thym de Provence feuille 70g

Thymus vulgaris

Tout le parfum de la garrigue ! Présent sur tout le pourtour du bassin méditerranéen, il se décline également en variétés très proches sous les climats tropicaux (Thyms d'Afrique). Comme beaucoup de plantes à essence, il est capable de produire des parfums différents selon les climats et les sols, tantôt citronné, tantôt suave ou musqué. En France, la Provence fournit principalement un thym à thymol et carvacrol, deux phénols très antiseptiques et antispasmodiques. On utilisera donc le thym pour lutter contre les refroidissements hivernaux avec toux et pour soulager les maux de ventre, même les règles douloureuses.

En infusion après les repas et même à la place du thé. En bain, 10 à 20g de thym dans un nouet de gaze à placer dans l'eau bien chaude contre les affections hivernales. En rinçage des cheveux bruns pour stimuler la pousse et aviver la couleur.

&nbsp;

5.10 euros

## Tilleul aubier baguette coupée 150g

Tilia platyphyllos

Le tilleul a, depuis la nuit des temps, associé sa silhouette massive avec chaque village d'Europe. Comme le chêne, c'est un arbre sacré dans les légendes germaniques. Son parfum assez agréable attire les abeilles en été, donnant un miel très particulier. Le tilleul sauvage a été exploité plus largement dans certaines régions (Roussillon) pour son écorce profonde (aubier) et son bois. Cet aubier se présente soit en petits cubes, soit en baguettes de quinze à vingt centimètres. Antispasmodique et désinfiltrant, on l'utilise contre les douleurs et les excès d'acide urique, les calculs biliaires et rénaux, la tension excessive et les &nbsp;Capitons disgracieux.

Pour nettoyer le foie et les articulations, en décoction de 10 à 20 minutes, une tasse à chaque repas.

&nbsp;

4.60 euros

## Tilleul de Carpentras bractée 20g

Tilia platyphyllos

Le tilleul a, depuis la nuit des temps, associé sa silhouette massive avec chaque village d'Europe. Comme le chêne, c'est un arbre sacré dans les légendes germaniques. Son parfum assez agréable attire les abeilles en été, donnant un miel très particulier. La récolte des fleurs nécessite de grandes échelles et beaucoup de soin. Le tilleul officinal ne doit pas contenir plus de 5% de feuilles ni plus de 25% de fruits, et il faut se méfier des productions parfois de qualité très inférieure, voire issue de tilleuls ornementaux inodores. Son huile essentielle n'est pas distillée, mais on obtient une eau florale utilisée comme l'eau de fleur d'oranger. On l'utilise comme calmant et digestif.

En infusion après les repas et le soir au coucher.

&nbsp;

4.60 euros

## Tisane parfumée Cerise sauvage 100g

Un mélange délicieux et fruité au parfum de cerise pour des journées acidulées et excitantes.

Composition : Cerise sauvage, cynorrhodon, pomme, hibiscus, &nbsp;arômes naturels

&nbsp;

7.50 euros

## Tisane parfumée Doux rêves 100g

Un mélange délicieux pour préparer une bonne nuit.

Composition : Hibiscus, pomme, orange amère, cynorrhodon, arômes naturels

&nbsp;

7.50 euros

## Tisane parfumée Etoile du Printemps 100g

Un mélange délicieux fruité et envoûtant, acidulé et délicat.

Composition : Pomme, jasmin, tournesol, hibiscus, vanille, &nbsp;arômes naturels

&nbsp;

7.50 euros

## Tisane parfumée Mille & Une nuits 100g

Un mélange fort et envoûtant, pour des soirées voluptueuses.

Composition : Pomme, hibiscus, cynorrhodon, orange, &nbsp;arômes naturels

&nbsp;

7.50 euros

## Tisane parfumée Pomme Cannelle 100g

Un mélange délicieux pour accompagner un dessert ou simplement retrouver les senteurs de pâtisseries.

Composition : Cannelle, pomme, hibiscus, cynorrhodon, arômes naturels

&nbsp;

7.50 euros

## Tisane parfumée Symphonie 100g

Un mélange délicieux fuité et acidulé aux saveurs exotiques.

Composition : Cynorrhodon, hibiscus, pêche,&nbsp;orange, ananas, arômes naturels

&nbsp;

7.50 euros

## Verveine odorante feuille 20g

Lippia citriodora

Originnaire d'Amérique, la verveine odorante (à ne pas confondre avec notre verveine officinale des bois) est un arbrisseau très répandu dans les jardins où son odeur citronnée est bien agréable. Ses feuilles très fines s'enroulent en séchant et contiennent 0,1% d'essence riche en citral. Antispasmodique, Stomachique, Excitant gastrique et antiseptique léger en plus de son parfum suave, la verveine a tout pour être la tisane de fin de repas.

En infusion après les repas et au coucher.

&nbsp;

4.00 euros

## vigne rouge feuille 50g

Vitis vinifera

Originnaire d'Asie mineure, la vigne a été acclimatée partout où le climat le permettait pour son fruit particulièrement apprécié, surtout après fermentation! Mais au-delà du fruit, le pépin a su montrer son intérêt, ainsi que la feuille d'automne aux splendides couleurs rouges. Le jus de raisin riche en sucres assimilables (donc énergétiques avec 90 calories/100ml) est une boisson diurétique et alcalinisante. Si le vin a de tout temps séduit les hommes (parfois jusqu'à la folie), à dose modérée, il est un excellent protecteur vasculaire et un hypocholestérolémiant. La feuille est un très ancien remède de femmes, jambes lourdes et retour d'âge ayant toujours été leur lot!

En décoction, une tasse avant les trois repas.

&nbsp;

4.40 euros

## Tisanes -/- Infusettes

### Anis vert fruit 20 infusettes 2g

Pimpinella anisum

Comme toutes les aniséeses, c'est une plante au parfum suave qui a des vertus calmantes et antispasmodiques.

La graine d'anis est un condiment utilisé depuis bien longtemps à la fois pour son parfum doux et chaud et pour ses propriétés digestives. On l'utilise aussi bien en tisane que dans la pâtisserie, la confiserie ou la cuisine.

En tisane, on l'utilise en décoction à raison d'une tasse après les repas.

C'est en plus un excellent galactogène pour le femmes qui allaitent.

4.00 euros

### Aubépine somm fl 20 infusettes 1.7g

Crataegus oxyacantha

L'aubépine ou épine blanche est une merveille de la nature.

Cet arbuste épineux aux innombrables fleurs blanches très commun dans les haies est un remarquable tonique cardiaque et un excellent antispasmodique.

Il est indispensable pour pallier à tous les petits troubles dus à la nervosité.

Elle régularise le coeur et lutte contre les angoisses.

Que cela se manifeste par une accélération cardiaque, un petit excès de tension, des crampes d'estomac ou de l'insomnie, l'aubépine est la plante médicinale à prendre en priorité.

On l'utilise contre les palpitations, la tension nerveuse, les troubles du sommeil et les émotions fortes.

C'est également un bon remède non-hormonal des bouffées de chaleur.

En infusion, une tasse aux 2 repas, en cure de 20 jours par mois.

&nbsp;

4.00 euros

### Bruyère fleurs 20 infusettes 1.7g

Calluna vulgaris

La bruyère callune est connue depuis l'antiquité pour ses vertus solvantes des calculs urinaire. De nos jours, on lui reconnaît des propriétés diurétiques et adoucissantes qui en font une excellente plante pour éliminer les déchets et calmer les petites infections urinaires. On lui sait, de plus, une activité apéritive et tonique musculaire.

Une tasse en infusion avant chaque repas.

4.20 euros

## Camomille Matricaire 20 infusettes 1.1g

Matricaria chamomilla

Les matricaires sauvages (*M. parthenium*) et de culture (*M. chamomilla*) doivent leur nom à l'usage principalement féminin (*mater* = mère) du à des propriétés emménagogues importantes. Les petites fleurs jaunes à l'odeur forte fournissent également une huile essentielle intéressante d'une étonnante couleur bleue pour la distillation des pétales blancs du pourtour, ou verte pour celle des fleurons jaunes. Il ne faut pas confondre cette camomille avec sa cousine romaine (dite noble) au parfum plus discret et à l'action essentiellement digestive. En dilution homéopathique, Chamomilla est le grand remède des douleurs intenable (poussée dentaire des bébés, douleurs vives...)

En infusion après les repas.

&nbsp;

3.60 euros

## Cassis feuilles 20 infusettes 1.7g

Ribes nigrum

Tout est bon dans le cassis, même les feuilles ont une action douce mais efficace sur les articulations douloureuse. Son action, reconnue universellement, permet de conserver la souplesse de ses articulations. &nbsp;Diurétiques et anti-inflammatoires, les feuilles sont aussi utilisées en complément de régime minceur, contre les capitons.

Une &nbsp;tasse le soir.

4.40 euros

## Cerisier pédoncule 20 infusettes 2g

Prunus cerasus

La célèbre queue de cerise cueillie quand elle atteint sa couleur rouge &nbsp;!Le diurétique le plus connu pour éliminer tous les petits excès grace à sa teneur en potassium.

Une tasse, trois fois par jour en décoction.

3.80 euros

## Citronnelle 20 infusettes 1.7g

Lemon grass *Cymbopogon citratus*

Petite herbe tropicale au parfum de citron, la citronnelle éloigne les moustique, mais sert aussi à faire de délicieuses tisanes rafraîchissantes et digestives. C'est aussi une épice très utilisée dans la cuisine orientale.

une tasse après les repas en infusion

4.00 euros

## Cynorrhodon Hibiscus 20 infusettes 2g

Cette belle tisane rouge, fraîche et acidulée, riche en Vitamine C est tonique et aide à surmonter un début d'état grippal.

Une tasse matin et soir loin du coucher.

&nbsp;

4.00 euros

## Fenouil fruit 20 infusettes 2g

Foeniculum vulgare (ou dulce)

Utilisée depuis la plus lointaine antiquité pour soulager les maux de ventre, cette plante est encore très utilisée pour les maux de ventre des bébés, et pour aider à faire dégonfler le ventre ballonné. Son action diurétique et stimulante de la digestion en font un bon appoint dans les régimes amincissants.

Avec la coriandre, l'anis vert et le carvi, elle fait partie des semences chaudes carminatives et galactogènes.

On l'utilisera en infusion à la fin des repas. Cette présentation est idéale pour préparer une boisson apaisante à donner au biberon aux bébés souffrant de colique du nourrisson.

&nbsp;

&nbsp;

3.60 euros

## Frêne feuilles 20 infusettes 1.7g

Fraxinus excelsior

Ce bel arbre de nos forêts a longtemps été utilisé contre la fièvre. Il servait aussi à préparer une boisson économique pour accompagner les repas, la frênette, sorte de bière de feuilles de frêne.

C'est un excellent draineur qui favorise l'élimination des toxines accumulées et libère les articulations de l'acide urique déposé.

L'infusion de feuille sera prise à chaque repas. On peut alterner avec Cassis et Reine des prés.

4.00 euros

## Lavande fleur 20 infusettes 1.5g

Lavandula vera

Ce petit arbrisseau pousse sur les hauteurs calcaires du pourtour méditerranéen où il fleurit en bouquets bleus au parfum envoûtant. Son nom lui vient des belles romaines qui se baignaient dans une eau parfumée d'un bouquet de lavande (lavare= laver). Les lavandières quant à elles en parfumaient le linge fraîchement lavé. La lavande vraie est la lavande sauvage d'altitude aux propriétés thérapeutiques confirmées. La lavande aspic (grande lavande, spic ou faux nard) est la lavande des vallées utilisée par les parfumeurs. Les lavandins sont des hybrides issus de ces deux variétés et cultivés pour la parfumerie. La lavande stoechas est une autre variété sauvage utilisée comme sudorifique, tonique et excitante.

on l'utilisera principalement pour aider au sommeil, lutter contre le Stress, l'irritabilité, les refroidissements, la digestion difficile et les Palpitations.

En infusion, une tasse 2 à 3 fois par jour.

&nbsp;

4.30 euros

## Menthe poivrée feuille 20 infusettes 1.7g

Mentha piperita

Très utilisée sous toutes les latitudes, la menthe est avant tout synonyme de fraîcheur. Curieusement, alors que la plupart des plantes à essences voient leur qualité augmenter avec la température et la dureté du terrain, la menthe est d'autant plus fraîche et riche en menthol qu'elle pousse en région plus froide. La menthe anglaise est ainsi la plus renommée. Recommandée pour la Digestion difficile et la Fatigue, elle est surtout rafraîchissante et parfume agréablement des tisanes peu goûteuses.

En infusion après les repas.

4.10 euros

## Olivier feuille 20 infusettes 2g

Olea europaea

Ce petit arbre méditerranéen, symbole de la paix, se retrouve aux racines de notre civilisation dans la bible, dans la Grèce antique, dans la passion du Christ (le mont des oliviers)... L'usage de son huile remonte à la nuit des temps. Ses feuilles ont longtemps constitué le principal remède contre les fièvres. Fébrifuge, Vasodilatateur périphérique, Hypoglycémiant, Diurétique léger. On l'utilisera principalement pour aider à réguler son taux de sucre et sa tension, mais aussi pour mincir.

En décoction de 10 minutes après les repas.

3.60 euros

**Oranger feuille 20 infusettes 1.7g**

Citrus aurantium var amara

Ah! le jardin des hespérides! les fleurs d'oranger sont le symbole de la virginité dans le bouquet de la mariée. Parfum méditerranéen, arbre aux multiples usages, tout est bon chez lui! son bois, ses feuilles, ses fleurs, ses fruits, ses essences...Digestif et calmant, son feuillage soulage les palpitations et même la toux sèche.

En infusion après les repas et avant de se coucher.

&nbsp;

3.80 euros

**Oranger pétale 20 infusettes 1.7g**

Citrus aurantium var amara

Ah! le jardin des hespérides! les fleurs d'oranger sont le symbole de la virginité dans le bouquet de la mariée. Parfum méditerranéen, arbre aux multiples usages, tout est bon chez lui! son bois, ses feuilles, ses fleurs, ses fruits, ses essences.Délicatement parfumée, la fleur d'oranger est calmante et peut se donner aux bébés nerveux.

En infusion, une tasse le soir au coucher.

&nbsp;

5.10 euros

**Ortie piquante feuille 20 infusettes 1.7g**

Urtica dioica

Qui donc ne s'y est jamais piqué ! Cette plante très commune est la hantise des enfants en culotte courte. Nos aïeux, par contre, s'en frottaient pour soulager leurs douleurs et la consommaient cuite&nbsp;en épinard.Séchée, ses poils urticants ont perdu leur agressivité et on peut l'utiliser comme reconstituant et reminéralisant. En effet, elle concentre une grande quantité de minéraux assimilables et des vitamines.

En infusion, laisser 10 minutes et filtrer. Une tasse avant les repas.

&nbsp;

4.00 euros

## Passiflore 20 infusettes 1.7g

Passiflora incarnata

Cette superbe fleur d'Amérique tropicale a été immédiatement associée aux symboles de la crucifixion du Christ (couronne d'épines, clous...) à cause de son aspect particulier. Utilisée par les Aztèques pour ses propriétés sédatives, son emploi a été confirmé de nos jours par sa composition chimique riche en flavonoïdes. C'est un réparateur du sommeil que l'on utilise souvent comme sevrage des somnifères hypnotiques, en augmentant la dose au fur et à mesure que l'on diminue d'un quart de comprimé.

Amie des grands nerveux, dénuée de toxicité, elle sera la compagne de tout ceux qui ne voudront pas avoir recours à la chimie.

On peut la prendre à raison d'une infusion à la fin du repas du soir et une autre juste avant le coucher. Faire des cures de 10 jours pour éviter l'accoutumance psychique.

en savoir plus...

4.20 euros

## Prêle plante 20 infusettes 1.7g

Equisetum arvense

La prêle des champs est la seule utilisée en herboristerie, mais toutes les prêles ont à peu près les mêmes propriétés. C'est une plante très riche en silice organique, mais également en minéraux divers. Son action principale vient de là, mais la présence d'alcaloïdes, hétérosides et stérols la rend encore plus précieuse alors que sa diffusion et sa prolifération en font paradoxalement une plante très banale.

Reminéralisant (Si, Ca...), Diurétique, Cicatrisant, Antidégénératif, Antianémique et Régulateur hormonal.

En décoction, on laisse en contact une demie heure avant de filtrer. Une tasse avant les repas.

&nbsp;

3.60 euros

## Reine des prés sommité fleurie 20 infusettes 1.7g

Spiraea ulmaria

Connue depuis le moyen-âge avec des hauts et des bas, la reine des prés ou ulmaire semble être plus active fraîche ou récemment cueillie. Il convient donc de veiller à utiliser une plante de l'année ou un extrait stabilisé. Ses fleurs parfumées servent à faire un vin apéritif. C'est à partir de son nom que l'aspirine a été baptisée. Fortement diurétique elle nettoie les articulations et les élimine tous les déchets de l'organisme, notamment dans les régimes minceur. Elle désinfiltre en outre les capitons disgracieux.

En infusion après les repas

&nbsp;

3.60 euros

## Romarin feuille 20 infusettes 2g

Rosmarinus officinalis

A la fois condiment et plante médicinale, le romarin a de multiples vertus, liées soit à son huile essentielle, soit à ses principes actifs solubles. Nous aurons donc des indications assez différentes pour la plante entière et pour son essence. Il convient donc de ne pas utiliser l'une pour l'autre. Son essence lui confère des propriétés toniques et antiseptiques, ses principes actifs solubles en font, eux, un puissant stimulant hépatique et un antioxydant intéressant. Les abeilles en font un miel au goût puissant, appelé miel de Narbonne. Les anciens lui attribuaient des vertus de jouvence, nous savons aujourd'hui qu'il contient des anti-oxydants puissants.

Une infusion après les repas pour stimuler le foie.

3.60 euros

## Sureau fleur 20 infusettes 1.7g

Sambucus nigra

Fidèle compagnon de l'homme depuis les premiers âges, il était souvent planté pour attirer les bons génies, décorer le village, apporter ses innombrables bienfaits, avant de sombrer, avec le XXème siècle, dans l'oubli des hommes... que son odeur incommode. Diurétique, Sudorifique et Galactogène, la fleur de sureau est aussi un excellent adoucissant des gorges irritées et des nez bouchés. On l'utilisera dans les états fébriles, les coups de froid et pour nettoyer les reins.

Une tasse 2 à 3 fois par jour.

&nbsp;

4.00 euros

## Thym de Provence 20 infusettes 1.5g

Thymus vulgaris

Tout le parfum de la garrigue ! Présent sur tout le pourtour du bassin méditerranéen, il se décline également en variétés très proches sous les climats tropicaux (Thyms d'Afrique). Comme beaucoup de plantes à essence, il est capable de produire des parfums différents selon les climats et les sols, tantôt citronné, tantôt suave ou musqué. En France, la Provence fournit principalement un thym à thymol et carvacrol, deux phénols très antiseptiques et antispasmodiques. On utilisera donc le thym pour lutter contre les refroidissements hivernaux avec toux et pour soulager les maux de ventre, même les règles douloureuses.

En infusion après les repas et même à la place du thé.

&nbsp;

4.10 euros

## Tilleul Menthe 20 infusettes 1.7g

La douceur du tilleul alliée à la fraîcheur de la menthe

En infusion après les repas.

4.10 euros

## Verveine odorante 20 infusettes 1.5g

Lippia citriodora

Originnaire d'Amérique, la verveine odorante (à ne pas confondre avec notre verveine officinale des bois) est un arbrisseau très répandu dans les jardins où son odeur citronnée est bien agréable. Ses feuilles très fines s'enroulent en séchant et contiennent 0,1% d'essence riche en citral. Antispasmodique, Stomachique, Excitant gastrique et antiseptique léger en plus de son parfum suave, la verveine a tout pour être la tisane de fin de repas.

En infusion après les repas et au coucher.

&nbsp;

4.00 euros

## Vigne rouge feuille 20 infusettes 1.7g

Vitis vinifera

Originnaire d'Asie mineure, la vigne a été acclimatée partout où le climat le permettait pour son fruit particulièrement apprécié, surtout après fermentation! Mais au-delà du fruit, le pépin a su montrer son intérêt, ainsi que la feuille d'automne aux splendides couleurs rouges. Le jus de raisin riche en sucres assimilables (donc énergétiques avec 90 calories/100ml) est une boisson diurétique et alcalinisante. Si le vin a de tout temps séduit les hommes (parfois jusqu'à la folie), à dose modérée, il est un excellent protecteur vasculaire et un hypocholestérolémiant. La feuille est un très ancien remède de femmes, jambes lourdes et retour d'âge ayant toujours été leur lot!

En décoction, une tasse avant les trois repas.

&nbsp;

4.80 euros

## Tisanes -/- Plantes BIO

### Airelle Myrtille BIO feuilles 50g

Vaccinium myrtillus

La myrtille en feuilles entière est la meilleure amie des reins. Excellent désinfectant urinaire, ce produit simple et naturel permettra à tous ceux qui souffrent régulièrement de troubles urinaires de prévenir et d'espacer les crises.

certifié ECOCERT N°39273

A faire en infusion à raison de 5g pour une grande tasse après les repas.

4.30 euros

### Angélique BIO fruits 30g

Angelica archangelica

les graines d'angélique sont vantées depuis l'antiquité pour leurs vertus miraculeuses... mais elles sont utilisées de nos jours pour leur doux parfum anisé et leurs propriétés digestives, stimulantes et antiseptiques.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

5g en infusion après le repas facilite la digestion Pour faire une excellente liqueur, laisser macérer 30g d'angélique et 1g de muscade moulue dans un litre d'eau de vie de fruits. filtrer après 15 jours et ajouter 300ml de sirop (500ml d'eau pour 1kg de sucre)

4.50 euros

### Angélique BIO rac 80g

Angelica archangelica

Tout comme le fruit, la racine de l'angélique est digestive et antispasmodique.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

10g en infusion après le repas facilite la digestion

pour faire un vin d'angélique digestif, mettre à macérer 60g de racine coupée dans un litre de vin blanc. à boire par verre à apéritif.

&nbsp;

6.50 euros

## Anis vert BIO fruits 80g

Pimpinella anisum

Comme toutes les anisées, c'est une plante au parfum suave qui a des vertus calmantes et antispasmodiques.

certifié ECOCERT N°39273

La graine d'anis est un condiment utilisé depuis bien longtemps à la fois pour son parfum doux et chaud et pour ses propriétés digestives. On l'utilise aussi bien en tisane que dans la pâtisserie, la confiserie ou la cuisine. En tisane, on l'utilise en décoction à raison de 5g pour une tasse après les repas.

C'est en plus un excellent galactogène pour les femmes qui allaitent.

5.50 euros

## Artichaut BIO feuilles 80g

Cynara scolymus

Connu et apprécié depuis le XV<sup>ème</sup> siècle, la fleur d'artichaut est un légume excellent pour la santé (riche en inuline, un sucre bien assimilé même par les diabétiques). Mais ce n'est que dans les feuilles que se trouvent les principes actifs essentiels pour le foie. Depuis longtemps, il était utilisé dans les campagnes pour soigner les jaunisses et l'hydropisie, mais ce n'est que vers 1930 que son activité a été démontrée : elle est triple. - elle augmente la sécrétion de bile (cholérétique)- elle améliore son évacuation dans l'intestin (cholagogue)- elle stimule l'évacuation rénale (diurétique) Son action est donc détoxiquante et digestive. Ses principes actifs sont la cynarine et les sels de potassium.

C'est un excellent drainage pour lutter contre les excès alimentaires, éliminer les déchets aussi bien après une maladie infectieuse que dans le cadre d'un régime.

&nbsp;

de culture certifiée ECOCERT n°39273

&nbsp;

En décoction, la dose est de 30g par litre, à boire dans la journée (sucre car très amer)

On prépare un vin apéritif en faisant macérer 40g de feuilles dans un litre de vin blanc pendant 8 jours.

4.60 euros

## Aspérule BIO feuilles 30g

*Asperula odorata*

&nbsp;

Cette petite fleur des bois aussi appelée hépatique étoilée est riche en coumarine dont l'action antispasmodique en fait un bon digestif, mais aussi un calmant de l'anxiété et des vertiges.

&nbsp;

On l'associe souvent dans les mélanges sédatifs pour les troubles du sommeil.

&nbsp;

de culture certifiée ECOCERT n°39273

&nbsp;

En infusion, mettre 2g pour une tasse.

&nbsp;Le vin de mai se prépare en versant un litre de vin blanc bouillant sur 60g de sommités fleuries fraîches additionnées de 100g de sucre.

Laisser macérer une demie heure et filtrer

4.50 euros

## Aubépine BIO somm fl 40g

*Crataegus oxyacantha*

L'aubépine ou épine blanche est une merveille de la nature.

Cet arbuste épineux aux innombrables fleurs blanches très commun dans les haies est un remarquable tonique cardiaque et un excellent antispasmodique.

Il est indispensable pour pallier à tous les petits troubles dus à la nervosité.

Elle régularise le cœur et lutte contre les angoisses.

Que cela se manifeste par une accélération cardiaque, un petit excès de tension, des crampes d'estomac ou de l'insomnie, l'aubépine est la plante médicinale à prendre en priorité.

On l'utilise contre les palpitations, la tension nerveuse, les troubles du sommeil et les émotions fortes.

C'est également un bon remède non-hormonal des bouffées de chaleur.

&nbsp;

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, mettre 2g pour une tasse, en cure de 20 jours par mois.

&nbsp;

5.30 euros

**Basilic BIO feuilles 40g**

Ocinum basilicum

Originnaire de l'Inde, le basilic est connu en Europe et en Afrique depuis l'antiquité, mais sa culture ne dépasse pas le pourtour méditerranéen car il craint le gel. Autrefois, la cueillette du basilic devait suivre un rituel sacré vêtu de blanc immaculé, le cueilleur devait laver ses mains à trois sources différentes et éviter ensuite de toucher toute chose impure telle que des objets de fer ou une femme ayant ses règles. Son usage condimentaire, en plus de son parfum, assure la désinfection des plats et des salades.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

10g bouillis dans 100ml d'eau donne un gargarisme efficace contre les aphtes et les angines.

4.90 euros

**Bleuet BIO fleurs 25g**

Centaurea cyanus

La petite fleur bleue des moissons est aussi un "casse-lunettes" très utilisée autrefois dans les campagnes françaises pour calmer les petits problèmes des yeux.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

On utilise d'ailleurs toujours l'eau distillée de bleuet dans les collyres et les solutions de rinçage oculaire.

En infusion, on mettra une dizaine de fleurs dans une tasse d'eau bien chaude. Laisser tiédir et laver abondamment les yeux irrités.

Pour un regard clair et des paupières reposées, on ajoutera quelques boutons de roses et on l'utilisera en compresses.

&nbsp;

4.30 euros

**Boldo BIO feuilles 30g**

Peumus boldus

Originnaire du Chili, cette petite feuille a conquis le monde, en tout cas celui des hépatiques... Que ce soit un petit repas un peu lourd ou les suites d'une maladie, votre foie a parfois beaucoup de mal à faire son travail de nettoyeur.

La boldine, principe actif isolé du boldo, va stimuler la vésicule biliaire et améliorer les fonctions digestives.

Amer et aromatique, le boldo doit être pris avant les repas.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

Un à deux gramme de feuilles pour un bol, en infusion. On réalise aussi un vin digestif en laissant macérer 30g de feuilles pendant 10 jours dans un litre de vin doux (malaga...)

4.00 euros

**Bouleau BIO écorce 80g**

Betula alba

Bel arbre de nos forêts tempérées dont l'écorce fournit une essence qui a fait la renommée des cuirs de Russie. Diurétique puissant, son écorce est indiquée pour les problèmes de peau et les dartres.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En décoction, 5g pour une tasse. A prendre après les repas.

&nbsp;

5.50 euros

**Bouleau BIO feuilles 20g**

Betula alba

Bel arbre de nos forêts tempérées dont l'écorce fournit une essence qui a fait la renommée des cuirs de Russie. Diurétique puissant, sa feuille nettoie les excès de table et les articulations encrassées.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, 5g pour une tasse, laisser refroidir un peu et ajouter une pincée de bicarbonate de sodium pour dissoudre les principes actifs. A prendre après les repas.

&nbsp;

3.20 euros

**Bourrache BIO sommité fl 35g**

Borrago officinalis

La bourrache est connue depuis longtemps en tisane et ses fleurs font parties des espèces pectorales. Adoucissantes, fébrifuges et diurétiques, elles apaisent les maux de gorges et les rhumes.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

&nbsp;

En infusion, 2 ou 3 tasses par jour.

&nbsp;

4.20 euros

**Bruyère BIO fleurs 30g**

Calluna vulgaris

La bruyère callune est connue depuis l'antiquité pour ses vertus solvantes des calculs urinaire. De nos jours, on lui reconnaît des propriétés diurétiques et adoucissantes qui en font une excellente plante pour éliminer les déchets et calmer les petites infections urinaires. On lui sait, de plus, une activité apéritive et tonique musculaire.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

Une cuillère à café (2g) pour une tasse en infusion avant chaque repas.

4.40 euros

## Buis BIO feuille 40g

*Buxus sempervirens*

Le buis est un arbuste toujours vert symbole d'éternité. Il est connu depuis longtemps pour ses vertus fébrifuges et sudorifiques, mais son goût très amer est difficile à accepter. Il est néanmoins un excellent moyen de lutter contre les refroidissements et une aide naturelle dans les coups de froid.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En décoction, une cuillère à café de feuilles pour une tasse 3 à 4 fois par jour, à boire bien sucré ( c'est le moment d'utiliser une ou deux cuillères de miel)&nbsp;

3.40 euros

## Camomille romaine BIO fleurs 30g

*Anthemis nobilis*

Gloire du Maine et Loire, la camomille est devenue synonyme de tisane pour beaucoup. pourtant, bien avant d'être une plante médicinale, c'est pour les soins de peau des belles qu'elle était connue. Bien qu'elle ne soit pas d'origine romaine, elle fut ainsi nommée parce qu'un certain Camerarius la redécouvrit au XVIème siècle à Rome.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

Parfumée et légèrement amère, sa tisane demande à être bien dosée, 2 à 3 têtes par tasse en infusion de 5 minutes, pas plus! En infusion, 1 à 5g par jour. Un vin de camomille est également réalisable avec 80g de fleurs pour un litre de vin blanc (d'Anjou bien sur!). Laisser une semaine et filtrer. Un verre à liqueur à chaque repas comme digestif.

Sous forme d'huile de camomille obtenue par macération de 50g de fleurs dans 300g d'huile (arachide, noisette...) en friction contre les douleurs et les peaux sèches irritatives.

En compresse et bain oculaire, on utilisera un infusé concentré 5 à 6 têtes pour une tasse.

Attention, trop concentré, l'infusé est vomitif.

5.90 euros

## Cassis BIO feuilles 20g

*Ribes nigrum*

Tout est bon dans le cassis, même les feuilles ont une action douce mais efficace sur les articulations douloureuse. Son action, reconnue universellement, permet de conserver la souplesse de ses articulations.&nbsp;Diurétiques et anti-inflammatoires, les feuilles sont aussi utilisées en complément de régime minceur, contre les capitons.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

2&nbsp;ou 3g pour une tasse le soir.

4.00 euros

**Cerisier BIO pédoncule rouge 30g**

Prunus cerasus

La célèbre queue de cerise cueillie quand elle atteint sa couleur rouge&nbsp;!Le diurétique le plus connu pour éliminer tous les petits excès grâce à sa teneur en potassium.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

2 à 5g pour une tasse, trois fois par jour en décoction.

3.90 euros

**Chiendent BIO rhizome 60g**

Agropyrum repens

Cette plante envahissante de nos jardins, amie des chiens qui la mâchent à pleines dents&nbsp;;pour se purger,&nbsp;;est aussi une amie de nos reins.

Riche en potassium, c'est un bon activateur de l'élimination rénale et un adoucissant des irritations urinaires.

On l'utilise aussi comme rafraichissant dans les petits états fébriles.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

Il convient de le faire en décoction en maintenant l'ébullition plusieurs minutes. On peut le parfumer d'un peu de réglisse ou d'écorce de citron qu'on ajoutera en fin de préparation.

5.10 euros

**Citronnelle BIO plante 80g**

Lemon grassCymbopogon citratus

Petite herbe tropicale au parfum de citron, la citronnelle éloigne les moustique, mais sert aussi à faire de délicieuses tisanes rafraichissantes et digestives.C'est aussi une épice très utilisée dans la cuisine orientale.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

une pincée pour une tasse après les repas en infusion

5.30 euros

**Coriandre BIO fruit 80g**

Coriandrum sativum

Le fruit de la coriandre est un aromate utilisé depuis fort longtemps. Son parfum agréable et ses vertus digestives en font une épice appréciée dans la cuisine et la charcuterie.

Elle améliore les sécrétions gastriques, l'élimination des ballonnements et redonne du tonus et de l'énergie, combattant la somnolence post prandiale.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

Une cuillère à café par tasse en infusion après les repas, mais aussi dans les plats lourds en association avec le thym.

&amp;nbsp;;

4.80 euros

**Cumin BIO fruit 80g**

Cuminum cyminum

Le faux anis est aussi un vrai aromate au parfum envoûtant et caractéristique. Condiment préféré des germaniques et des anglais, le cumin est donné au bébé, parfume les fromages, le pain, les pâtisseries etc... En Afrique du Nord, on le considère comme aphrodisiaque, mais en Europe du Nord c'est pour ses vertus carminatives et digestives qu'on l'utilise. Il favorise également la lactation chez les jeunes mamans qui allaitent.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

On l'utilise en condiment dans la cuisine ou en infusion à raison d'une cuillère à café pour une tasse et 10 minutes de contact.

On peut aussi les utiliser en cataplasme sur la poitrine engorgée ou les testicules douloureux.

5.20 euros

**Eglantier cynorrhodon BIO fruit 100g**

Rosa canina

Ces beaux fruits rouge orangé ornent les haies de rosiers sauvages dès la fin de l'été. On l'utilisait autrefois contre la rage (rosier des chiens) mais son usage le plus courant a toujours été comme anti-diarrhéique. Riche en vitamine C, on l'utilise aussi pour renforcer les défenses de l'organisme dans les affections hivernales.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

On l'utilisera en décoction en laissant bouillir 5 à 10 baies par tasse deux minutes. Une tasse avant les repas.

On en fait aussi une confiture acidulée.

5.90 euros

**Eucalyptus BIO feuilles 80g**

Eucalyptus globulus

L'eucalyptus, parfum du midi, parfum de l'hiver! quel contraste! Et pourtant, ce magnifique grand arbre des régions méditerranéennes se gorge de soleil pour nous offrir, l'hiver venu, un antiseptique indispensable dont nous agrémentons tous les suppositoires et les pastillages contre la toux et les bronches encombrées.

C'est la plante des bronches et on l'utilise de toutes les façons, en fumigation humide, en cigarettes ou en infusion.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

On la prendra en infusion en laissant en contact 20 minutes avant de boire.

4.20 euros

## Fenouil BIO fruit 80g

Foeniculum vulgare (ou dulce)

Utilisée depuis la plus lointaine antiquité pour soulager les maux de ventre, cette plante est encore très utilisée pour les maux de ventre des bébés, et pour aider à faire dégonfler le ventre ballonné. Son action diurétique et stimulante de la digestion en font un bon appoint dans les régimes amincissants.

Avec la coriandre, l'anis vert et le carvi, elle fait partie des semences chaudes carminatives et galactogènes.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

On l'utilisera en infusion, une cuillère à café pour une tasse.

On peut également préparer un vin stimulant avec 50g de semences pour un litre de vin blanc. Laisser macérer 15 jours. Un verre au début d'un repas.

&nbsp;

5.10 euros

## Fenugrec BIO graine 80g

Trigonella foenum-graecum

Trigonelle

Cette épice est traditionnellement utilisée pour stimuler la prise de poids. Dans l'antiquité elle était ajoutée à l'alimentation des athlètes pour améliorer leur qualité physique. Son usage aujourd'hui est la prise de poids et la convalescence après une maladie épuisante. Elle aurait également un rôle dans l'assimilation et le contrôle du sucre et du cholestérol. En usage externe, la farine de fenugrec peut être utilisée en cataplasme sur les inflammations douloureuses et la cellulite.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En décoction, on le dose à une cuillère à café pour une tasse maintenue à ébullition quelques minutes. A boire avant les repas.

&nbsp;

4.60 euros

## Frêne BIO feuilles 25g

Fraxinus excelsior

Ce bel arbre de nos forêts a longtemps été utilisé contre la fièvre. Il servait aussi à préparer une boisson économique pour accompagner les repas, la frênette, sorte de bière de feuilles de frêne.

C'est un excellent draineur qui favorise l'élimination des toxines accumulées et libère les articulations de l'acide urique déposé.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

L'infusion de feuille sera prise à chaque repas. On peut y associer Cassis et Reine des prés.

3.00 euros

**Fumeterre BIO plante 80g**

Fumaria officinalis

On croyait autrefois qu'elle naissait des vapeurs de la terre. Cette plante très commune est aussi un merveilleux nettoyeur du foie et un décongestionnant de la vésicule biliaire. En Afrique du Nord, on l'utilise aussi pour donner de l'éclat au teint.

On le conseillera prioritairement aux gros mangeurs ainsi qu'aux hépatiques par cure de 20 jours.

Le fumeterre normalise le flux de bile et améliore certains états migraineux (d'origine hépatique) et les douleurs hépatiques (calculs...).  
de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, une pincée par tasse avant les repas. Bien sucrer pour réduire l'amertume.

On peut faire un vin tonique et apéritif avec 40g de plante pour un litre de vin blanc (attention le vin rouge riche en tannins est incompatible).

&nbsp;

6.40 euros

**Genévrier BIO baie 80g**

Juniperus communis

C'est le genièvre qui rend la choucroute plus digeste ! aromate privilégié des allemands qui en font une eau de vie nationale, mais également des américains (gin). Digestive et diurétique elle améliore bien des excès de table ! Antiseptique, elle soulagera les voies urinaires et les petits troubles gynécologiques, mais attention au surdosage : pas plus de 15 baies par jour.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, 5 baies par tasse, bien exprimées avant les repas.

En vin diurétique, 50g broyées dans un litre de vin blanc porté à ébullition. Laisser macérer 3 jours et filtrer. Un verre le matin à jeun.

&nbsp;

4.80 euros

**Gingko BIO feuille 80g**

Gingko biloba

Le plus vieil arbre du monde est aussi un superbe ornement de nos parcs. Ses feuilles, outre leur grande beauté, ont une action majeure sur la circulation veineuse et artérielle. C'est la plante de la mémoire, des bourdonnements d'oreilles, des jambes lourdes et des troubles circulatoires. A conseiller pour retrouver la jeunesse de ses artères.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion après les repas.

&nbsp;

6.60 euros

**Gui BIO feuille 80g**

Viscum album

Ce parasite sous lequel il fait bon s'embrasser au nouvel an est indiqué pour normaliser une tension un peu au dessus de la moyenne. En améliorant la circulation artérielle, il favorise une bonne irrigation et diminue les troubles de la ménopause.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, laisser une cuillère à café de feuilles en contact 5 minutes avant de boire. Une tasse aux trois repas.

&nbsp;

5.10 euros

**Hamamelis BIO feuilles 60g**

Hamamelis virginica

Originaire de Virginie, ce noisetier, dont les propriétés sont voisines de notre coudrier, jouit aux États Unis d'une grande renommée et son utilisation en France s'est répandue largement depuis plus d'un siècle. Contenant 8 à 10% de tanins et des flavonoïdes, son action sur la circulation veineuse est de premier ordre.

Tonique veineux et&nbsp;Astringent, il améliore les jambes lourdes, la mauvaise circulation et les rougeurs des peaux couperosées.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, une pincée de feuilles pour une tasse aux trois repas, en cure de 20 jours.

Localement, on peut utiliser un infusé concentré sur les veines apparentes et les rougeurs du visage en compresse.

&nbsp;

6.10 euros

**Harpagophytum BIO racine 80g**

Harpagophytum procumbens

Connu et utilisé en Namibie et dans le sud-ouest africain depuis fort longtemps, l'harpagophyton était utilisé principalement comme laxatif, digestif, mais aussi contre les migraines et les allergies. Son nom vient de ce que ses fruits ont la forme de crochets qui se fixent entre les sabots des antilopes qui les dispersent ainsi. Ses principes actifs sont des iridoïdes (harpagosides). L'harpagoside a une structure proche de certaines prostaglandines. Une étude a montré que l'extrait sec d'harpagophytum donne de très bons résultats dans les&nbsp;douleurs rhumatismales&nbsp;à la dose de 2,4g par jour en cure de 21 jours. Son action semble potentialisée par un apport de Sélénium et de Zinc. Il semble, de plus, avoir une action sur les palpitations.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En décoction, laisser en contact 5 à 10 minutes et boire 3 tasses par jours.

&nbsp;

6.70 euros

## Hibiscus karkadé BIO fleur 30g

Hibiscus sabdariffa

Cette superbe mauve rouge fournit une boisson acidulée et rafraîchissante délicieuse très répandue dans l'Est africain et l'Égypte. de culture certifiée ECOCERT n°39273

Sous forme de tisanes à la dose de 1 à 5g de fleurs par jour. Chaude ou froide, la tisane de karkadé est délicatement acidulée, adoucissante et d'une superbe couleur rose foncé. Son absence de parfum peut être compensée par une rondelle de citron ou une pincée de menthe. Glacée, elle peut être la base de cocktails fort appétissants.

Localement, en lotion d'infusé elle améliore les peaux grasses ou dévitalisées.

4.10 euros

## Hysope BIO sommité fleurie 35g

Hyssopus officinalis

L'herbe sacrée des Hébreux est une petite plante de la famille du thym, très parfumée et aux vertus antiseptiques et respiratoires. On l'utilisera pour améliorer les encombrements bronchiques et les difficultés respiratoires.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, une pincée par tasse trois à quatre fois par jour pour dégager les bronches, mais aussi en infusé concentré, pour faire des gargarismes contre les enrrouements ou utiliser en compresses chaudes sur les bleus et les bosses.

&nbsp;

3.70 euros

## Lavande BIO fleur 35g

Lavandula vera

Ce petit arbrisseau pousse sur les hauteurs calcaires du pourtour méditerranéen où il fleurit en bouquets bleus au parfum envoûtant. Son nom lui vient des belles romaines qui se baignaient dans une eau parfumée d'un bouquet de lavande (lavare= laver). Les lavandières quant à elles en parfumaient le linge fraîchement lavé. La lavande vraie est la lavande sauvage d'altitude aux propriétés thérapeutiques confirmées. La lavande aspic (grande lavande, spic ou faux nard) est la lavande des vallées utilisée par les parfumeurs. Les lavandins sont des hybrides issus de ces deux variétés et cultivés pour la parfumerie. La lavande stoechas est une autre variété sauvage utilisée comme sudorifique, tonique et excitante.

on l'utilisera principalement pour aider au sommeil, lutter contre le Stress, l'irritabilité, les refroidissements, la digestion difficile et les Palpitations.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, une pincée pour une tasse 2 à 3 fois par jour.

&nbsp;

4.50 euros

## Lin graine BIO 100g

Linum usitatissimum

La graine de lin est avant tout utilisée comme laxatif doux grâce à sa teneur importante en mucilage.

Mais elle renferme des trésors cachés : son huile contient des Oméga 3 et du Béta-carotène, ainsi que des phytoestrogènes ce qui en fait un complément de santé pour les femmes et les hommes désireux de protéger leur prostate.

Une cuiller à café par jour avec un grand verre d'eau

en savoir plus...

6.10 euros

## Marjolaine BIO sommité fleurie 30g

Origanum majorana

Cette variété d'origan dégage un puissant parfum aromatique qui se marie bien avec la tomate dans la cuisine. très bon antispasmodique, elle a une action sédative sur les maux de ventre et les maux de tête et calme la nervosité.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, une cuillère de plante pour une tasse donne une délicieuse tisane sédative avant le coucher. Un peu moins dosée, on en prendra en cas de maux de ventre ou de tête.

4.00 euros

## Mauve BIO fleur 20g

Malva sylvestris

La petite mauve (*M. rotundifolia*) et la grande (*M. sylvestris*) sont utilisées sans distinction, mais la variété de grande mauve cultivée dans le Nord de la France est la plus estimée avec ses belles grandes fleurs. Riche en mucilage pectique, comme la plupart des malvacées, la mauve est un adoucissant de toutes les inflammations locales. Pour les anciens, elle était un légume qui agrémentait ragoûts et salades, puis, petit à petit, après le moyen-âge, son utilisation médicinale prit le pas sur son usage alimentaire.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, cette belle tisane d'un bleu profond soulagera les intestins encombrés. En lotion pour les peaux fragiles, en compresses de décocté, en gargarisme, en bain d'yeux ou en injection vaginale...

4.00 euros

## Mélicse BIO feuille 30g

Melissa officinalis

Cette herbe de la famille du thym fournit de belles feuilles ovales et fines au doux parfum citronné. Antispasmodique, elle aide à la digestion. Elle augmente la sécrétion de bile et calme les anxieux (qui se font de la bile !)

de culture certifiée ECOCERT n°39273

On la distille pour faire une eau de vie digestive (l'eau de mélisse des Carmes) On réalise une eau digestive familiale en laissant macérer 15 jours dans un litre d'eau de vie 50g de mélisse, 5g de cannelle de Ceylan, 15g de zeste de citron frais, 10g d'angélique fruit, 15g de coriandre fruit, 10g de clou de girofle et 15g de muscade noix. Filtrer, exprimer.

En infusion on laisse en contact 10 minutes avant de boire une tasse à la fin des repas.

&nbsp;

3.30 euros

## Menthe poivrée BIO feuille 20g

Mentha piperita

Très utilisée sous toutes les latitudes, la menthe est avant tout synonyme de fraîcheur. Curieusement, alors que la plupart des plantes à essences voient leur qualité augmenter avec la température et la dureté du terrain, la menthe est d'autant plus fraîche et riche en menthol qu'elle pousse en région plus froide. La menthe anglaise est ainsi la plus renommée. Recommandée pour la Digestion difficile et la Fatigue, elle est surtout rafraîchissante et parfume agréablement des tisanes peu goûteuses.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion après les repas, dans votre thé également.

3.60 euros

## Olivier BIO feuille 30g

Olea europaea

Ce petit arbre méditerranéen, symbole de la paix, se retrouve aux racines de notre civilisation dans la bible, dans la Grèce antique, dans la passion du Christ (le mont des oliviers)... L'usage de son huile remonte à la nuit des temps. Ses feuilles ont longtemps constitué le principal remède contre les fièvres. Fébrifuge, Vasodilatateur périphérique, Hypoglycémiant, Diurétique léger. On l'utilisera principalement pour aider à réguler son taux de sucre et sa tension, mais aussi pour mincir.

certifié ECOCERT N°39273

En décoction de 10 à 20 minutes après les repas.

&nbsp;

3.50 euros

## Oranger bigarade BIO feuille 20g

Citrus aurantium var amara

Ah! le jardin des hespérides! les fleurs d'oranger sont le symbole de la virginité dans le bouquet de la mariée. Parfum méditerranéen, arbre aux multiples usages, tout est bon chez lui! son bois, ses feuilles, ses fleurs, ses fruits, ses essences... Digestif et calmant, son feuillage soulage les palpitations et même la toux sèche.

certifié ECOCERT N°39273

En infusion après les repas et avant de se coucher.

&nbsp;

3.60 euros

## Pensée sauvage BIO plante 25g

Viola tricolor

Cette petite fleur des champs qui sait se faire oublier est devenue le symbole de la mémoire comme le myosotis (une autre petite fleur timide) pour les Anglais (forget me not). Et on ne l'oublie pas facilement notre petite pensée sauvage, reine des peaux à problème.

Dépurative, décongestionnante et antiprurigineuse elle servira contre les démangeaisons, les problèmes de peau des jeunes et toutes les irritations dues aux allergies.

certifié ECOCERT N°39273

En infusion ou en décoction, une tasse 2 à 3 fois par jour loin des repas.

&nbsp;

3.90 euros

## pissenlit BIO racine 100g

Taraxacum dens leonis

Le pissenlit aux fleurs d'or et aux graines volantes immortalisées par LAROUSSE®, n'est plus à présenter. On utilise depuis toujours ses jeunes feuilles de printemps en salade et ses racines pour stimuler les éliminations rénales et digestives. On l'utilise pour : Élimination et drainage, Surcharge pondérale, Régulation biliaire et Manque d'appétit.

certifié ECOCERT N°39273

En décoction, laisser bouillir une demie heure et laisser refroidir 4 heures avant de filtrer. 30g pour un litre. Deux verres par jour entre les repas.

&nbsp;

7.50 euros

## Prêle BIO plante 25g

*Equisetum arvense*

La prêle des champs est la seule utilisée en herboristerie, mais toutes les prêles ont à peu près les mêmes propriétés. C'est une plante très riche en silice organique, mais également en minéraux divers. Son action principale vient de là, mais la présence d'alcaloïdes, hétérosides et stéroïdes la rend encore plus précieuse alors que sa diffusion et sa prolifération en font paradoxalement une plante très banale.

Reminéralisant (Si, Ca...), Diurétique, Cicatrisant, Antidégénératif, Antianémique et Régulateur hormonal.

certifié ECOCERT N°39273

En décoction, on laisse en contact une demie heure avant de filtrer. Une tasse avant les repas.

&nbsp;

3.80 euros

## Réglisse BIO racine coupée 100g

*Glycyrrhiza glabra*

Délice des enfants, bouée de sauvetage des fumeurs, cauchemar des hypertendus, régal des amateurs d'anisette, la réglisse est excessivement utilisée en confiserie et liquoristerie (son nom anglais n'est-il pas Licorice). Le "coco" (extrait de réglisse) a été une boisson populaire pendant plus de 2 siècles jusqu'aux années 1950, détrôné par le "Coca-Cola" (autre boisson médicinale). Déjà connu des anciens égyptiens, le bois de réglisse a prouvé son action sur les ulcères de l'estomac en 1950. Les rhizomes sont récoltés sur des plantes de 3 ans. On l'utilise pour ses qualités anti inflammatoires contre les maux d'estomac, les maux de gorge et les rhumes.

certifié ECOCERT N°39273

En infusion ou macération avant les repas. On peut aussi l'ajouter à d'autres plantes pour édulcorer sans sucre.

En décoction concentrée pour gargarisme et bain de bouche.

&nbsp;

6.00 euros

## Reine des prés BIO sommité fleurie 40g

*Spiraea ulmaria*

Connue depuis le moyen-âge avec des hauts et des bas, la reine des prés ou ulmaire &nbsp; semble être plus active fraîche ou récemment cueillie. Il convient donc de veiller à utiliser une plante de l'année ou un extrait stabilisé. Ses fleurs parfumées servent à faire un vin apéritif. C'est à partir de son nom que l'aspirine a été baptisée. Fortement diurétique elle nettoie les articulations et les élimine tous les déchets de l'organisme, notamment dans les régimes minceur. Elle désinfiltre en outre les capitons disgracieux.

certifié ECOCERT N°39273

En infusion après les repas

&nbsp;

3.20 euros

## Romarin BIO feuille 70g

Rosmarinus officinalis

A la fois condiment et plante médicinale, le romarin a de multiples vertus, liées soit à son huile essentielle, soit à ses principes actifs solubles. Nous aurons donc des indications assez différentes pour la plante entière et pour son essence. Il convient donc de ne pas utiliser l'une pour l'autre. Son essence lui confère des propriétés toniques et antiseptiques, ses principes actifs solubles en font, eux, un puissant stimulant hépatique et un antioxydant intéressant. Les abeilles en font un miel au goût puissant, appelé miel de Narbonne. Les anciens lui attribuaient des vertus de jeunesse, nous savons aujourd'hui qu'il contient des anti-oxydants puissants.

certifié ECOCERT N°39273

En condiment dans la cuisine et en infusion après les repas pour stimuler le foie.

4.20 euros

## Sarriette BIO feuille 50g

Satureja hortensis

Considérée depuis longtemps comme stimulant psychique et physique, voire comme aphrodisiaque, la sarriette est d'abord un condiment bien utile pour rendre les féculents plus digestes et pour aseptiser les viandes faisandées.

certifié ECOCERT N°39273

En infusion, une tasse après les repas

&nbsp;

4.20 euros

## Sauge BIO feuille 40g

Salvia officinalis

"Salvia", "celle qui sauve", tout un programme! Louis XIV en buvait tous les matins et la sauge était renommée contre tous les maux...

Aujourd'hui, elle sert d'épice en cuisine, parfume et assainit les armoires et son essence trouve des applications multiples en usage externe. On l'utilise pour la digestion, bien sûr, mais aussi pour arrêter la sécrétion lactée, &nbsp;pour les règles insuffisantes ou irrégulières, la transpiration excessive, améliorer les bouffées de chaleur, &nbsp;et même la frigidité et l'impuissance. A cause de cette action prépondérante sur les hormones estrogéniques, il faut en parler au gynécologue avant tout emploi à long terme.

de culture certifiée ECOCERT n°39273

En infusion, une tasse à la fin des repas, et une au coucher pour les sueurs nocturnes.

&nbsp;

3.70 euros

Tilleul BIO aubier La Gravelline 400g

Tilia sylvestris

Le véritable Aubier de Tilleul Sauvage du Roussillon commercialisé par La Gravelline depuis 1916.

produit issu de l'agriculture biologique certifié par Ecocert

Le tilleul a, depuis la nuit des temps, associé sa silhouette massive avec chaque village d'Europe. Comme le chêne, c'est un arbre sacré dans les légendes germaniques. Son parfum assez agréable attire les abeilles en été, donnant un miel très particulier. Le tilleul sauvage a été exploité plus largement dans certaines régions (Roussillon) pour son écorce profonde (aubier) et son bois. Cet aubier se présente en baguettes de vingt centimètres. Antispasmodique et désinfiltrant, on l'utilise contre les douleurs et les excès d'acide urique, les calculs biliaires et rénaux, la tension excessive et les Capitons disgracieux.

Pour nettoyer le foie et les articulations, 3 à 4 bâtonnets par litre d'eau en décoction de 10 à 20 minutes, par tasse, chaud ou froid, entre les repas.

22.20 euros

## Gélules -/- Gélule Pdre totale

### Acerola pdre 280mg 100 gelu

La petite cerise des Antilles est certainement l'une des plus importante source de vitamine C naturelle. Au dela du fort pourcentage en vitamine C, son intérêt réside dans la complexité de ses formes. En effet, dans la nature, un produit n'est jamais chimiquement pur, mais toujours lié de telle sorte qu'il devient un véritable produit à effet retard, actif plus longtemps et plus durablement que la vitamine de synthèse.

Anti-radicaux libres à effet anti-âge et régénérateur particulièrement indiqué aux personnes fatiguées, convalescentes et aux fumeurs.

11.00 euros

### Ail pdre 300mg 200gélú

Connu et apprécié depuis la plus haute antiquité pour ses qualités condimentaires et médicinales, l'ail a une odeur qui ne laisse pas indifférent.

Cinq siècles avant notre ère, les égyptiens en gavaient leurs batisseurs de pyramides pour les maintenir en bonne forme. Son huile essentielle soufrée est extrêmement tenace et donne une haleine difficile à supporter, c'est là son seul défaut! Les dieux, comme les vampires ne supportent pas son parfum! L'allicine, composant principal de l'essence d'ail, est un antiseptique puissant, mais il y a aussi bien d'autres principes actifs (enzymes, hormones, vitamines, sels minéraux...) Bien que l'ail soit un condiment utile pour la conservation des aliments (charcuteries...) son utilisation thérapeutique est plus confortable sous forme de gélules.

Une dose quotidienne de 300mg à 1g de poudre d'ail est habituelle.

&nbsp;

11.50 euros

### Aloès pdre 270mg 100gélú

Déjà connu des Babyloniens et des Égyptiens, l'aloès est un purgatif intéressant. Son effet n'augmente pas à forte dose et il n'a pas de toxicité importante. Les aloès, et plus particulièrement l'aloé vera, fournissent un suc purgatif à partir de l'épiderme et un gel à partir de la moelle intérieure. Le gel est, lui, un hydratant fort apprécié par voie externe et un protecteur cellulaire par voie interne. On sépare ces deux sous-produits par un épluchage soigneux de la feuille. Le cœur fournit le gel, l'écorce le suc.

Dose de 0,1 à 1g par jour.

Attention : Ne pas utiliser le suc chez la femme enceinte (risque d'avortement), ni en cas d'hémorroïdes. Ne pas dépasser 1g par jour. Ne pas associer avec des narcotiques ou des acides.

6.70 euros

## Ananas tige pdre 235mg 200 gélu

Originnaire de la Guadeloupe, la "nana" des indigènes a rapidement été répandue dans les pays tropicaux humides où elle s'est bien acclimatée (Côte d'Ivoire...) Il existe d'innombrables espèces d'ananas Conique, Jaune, Rouge, etc... La bromélaïne peut être extraite de la tige mais est absente de la pulpe et il ne sert à rien de consommer des fruits pour mincir. La production de cette enzyme représente un sous-produit de l'industrie alimentaire. Elle a une action protéolytique douce qui permet un usage large. Elle est absorbée à 40% au niveau de l'intestin par voie buccale, ce qui en fait un anti-inflammatoire de choix, tout particulièrement sur les petits bourrelets (cellulite), les inflammations (gencives, articulations) et les douloureuses petites affections hivernales.

Dose de 1 à 5g par jour.

&nbsp;

11.50 euros

## Anis vert pdre 250mg 100 gélu

Connu pour ses propriétés dogestives et calmantes, ce produit sera indispensable pour rétablir un bon équilibre intestinal. La poudre, riche en essence qu'elle libérera lentement, calmera et désinfectera les troubles intestinaux.

Un dose de 1 à 2 gélules à la fin des trois repas libérera vos intestins de leurs troubles douloureux.

6.50 euros

## Artichaut pdre 240mg 200 gélu

Connu et apprécié depuis le XV<sup>ème</sup> siècle, la fleur d'artichaut est un légume excellent pour la santé (riche en inuline, un sucre bien assimilé même par les diabétiques). Mais ce n'est que dans la feuilles que se trouvent les principes actifs essentiels pour le foie. Depuis longtemps, il était utilisé dans les campagnes pour soigner les jaunisses et l'hydropisie, mais ce n'est que vers 1930 que son activité a été démontrée : elle est triple.- elle augmente la sécrétion de bile (cholérétique)- elle améliore son évacuation dans l'intestin (cholagogue)- elle stimule l'évacuation rénale (diurétique) Son action est donc détoxiquante et digestive. Ses principes actifs sont la cynarine et les sels de potassium. En prise de 1 à 2 gélules à la fin des repas par cure de 5 à 10 jours.

11.50 euros

## Aubépine somm fl 270mg 200 gélu

L'aubépine ou épine blanche est une merveille de la nature.

Cet arbuste épineux aux innombrables fleurs blanches très commun dans les haies est un remarquable tonique cardiaque et un excellent antispasmodique.

Il est indispensable pour pallier à tous les petits troubles dus à la nervosité.

Elle régularise le coeur et lutte contre les angoisses.

Que cela se manifeste par une accélération cardiaque, un petit excès de tension, des crampes d'estomac ou de l'insomnie, l'aubépine est la plante médicinale à prendre en priorité.

On l'utilise contre les palpitations, la tension nerveuse, les troubles du sommeil et les émotions fortes.

C'est également un bon remède non-hormonal des bouffées de chaleur.

3 à 6 gélules par jour, régulièrement

~~11.50 euros~~ 9.00 euros

## Aubergine pdre 200mg 200 gélu

Riche en Potassium, Magnésium, Phosphore et Vit. C & E, c'est un excellent anti-oxydant, un diurétique grâce à sa richesse en potassium, un cholagogue et un anti-cholestérol. L'aubergine est particulièrement riche en flavonoïdes veino protecteurs qui améliorent la circulation du sang. Elle améliore également le transit par sa richesse en fibres.

On la prendra en cure de 20 jours à la dose de 3 gélules par jour.

12.00 euros

## Baccharis pdre 200mg 100 gélu

Le Baccharis favorise l'élimination des déchets, le bon fonctionnement de l'estomac et du foie et active la digestion et le transit intestinal. Il permet une régulation du poids, sans restriction alimentaire importante.

On le prendra par cure de 3 semaines à raison de 2 gélules avant les 2 principaux repas.

7.50 euros

## Baccharis pdre 200mg 200 gélu

Le Baccharis favorise l'élimination des déchets, le bon fonctionnement de l'estomac et du foie et active la digestion et le transit intestinal. Il permet une régulation du poids, sans restriction alimentaire importante.

On le prendra par cure de 3 semaines à raison de 2 gélules avant les 2 principaux repas.

~~14.00 euros~~ 12.00 euros

**Bambou Tabashir pdre 235mg 200 gélu**

L'exsudat de bambou ou tabashir est riche en silice et se donne comme re minéralisant et assouplissant de la peau, des articulations et des os. Deux à quatre gélules par jour pour sauvegarder la souplesse des articulations.

~~12.00 euros~~ 10.00 euros

**Bardane racine pdre 250mg 200 gélu**

La bardane est une grande amie de la peau. Dépurative et antiseptique, elle lutte contre les vilains boutons des adolescents et des moins jeunes, et redonne au teint brouillé son éclat de santé.

3 à 6 gélules par jour, régulièrement

10.84 euros

**Boldo pdre 200mg 100 gélu**

La boldo, tant vantée pour le foie, ne faillit pas à sa réputation. Digestion difficile, sécheresse de la bouche, foie fragile (après une hépatite) sont ses domaines de choix.

3 à 6 gélules par jour, en cure de 20 jours

5.74 euros

**Bouleau écorce pdre 270mg 200 gélu**

Bel arbre de nos forêts tempérées dont l'écorce fournit une essence qui a fait la renommée des cuirs de Russie. Diurétique puissant, son écorce nettoie les excès de table, aide à la digestion et assainit la peau.

Prendre 3 à 6 gélules par jour après les repas.

&nbsp;

11.40 euros

**Bouleau fe pdre 235mg 200 gélu**

Bel arbre de nos forêts tempérées dont l'écorce fournit une essence qui a fait la renommée des cuirs de Russie. Diurétique puissant, sa feuille nettoie les excès de table et les articulations encrassées.

Prendre 3 à 6 gélules par jour après les repas.

&nbsp;

11.40 euros

## Bruyère pdre 200mg 100gélule

La bruyère callune est connue depuis l'antiquité pour ses vertus solvantes des calculs urinaire. De nos jours, on lui reconnaît des propriétés diurétiques et adoucissantes qui en font une excellente plante pour éliminer les déchets et calmer les petites infections urinaires. On lui sait, de plus, une activité apéritive et tonique musculaire.

une gélule avant les 3 repas avec un grand verre d'eau.

6.50 euros

## Cassis fe pdre 270mg 200 gélu

Tout est bon dans le cassis, même les feuilles ont une action douce mais efficace sur les articulations douloureuse. Son action, reconnue universellement, permet de conserver la souplesse de ses articulations. Diurétiques et anti-inflammatoires, les feuilles sont aussi utilisées en complément de régime minceur, contre les capitons.

2 gélules 2 à 3 fois par jour avec un grand verre d'eau

11.90 euros

## Centella hydrocotyle pdre 220mg 100gélule

Très employée à Pondichéry contre la lèpre et les ulcères, cette plante ayurvédique a intéressé les chercheurs dès 1940, et a donné un cicatrisant incontournable en post-opératoire. A petites doses, c'est un stimulant intense de la régénération tissulaire (peau, système circulatoire...) devenant un stupéfiant à forte doses. Le principe actif principal est l'asiaticoside.

On l'utilise dans les problèmes articulaires et les cicatrisations difficiles à la dose de 2 à 4 gélules par jour.

6.10 euros

## Cerisier péd pdre 250mg 200 gélu

La célèbre queue de cerise ! Le diurétique le plus connu pour éliminer tous les petits excès.

2 gélules 2 à 3 fois par jour avant les repas et avec un grand verre d'eau

11.50 euros

## Charbon végétal 200mg 100 gélu

Le charbon végétal est issu de bois de peuplier ou de coque de noix de coco. C'est le squelette carbonné débarrassé de toute matière organique. Très poreux, il capte dans ses mailles les gaz et les toxines.

Utilisé contre les fermentations intestinales, diarrhée, mauvaise haleine d'origine gastrique, ballonnements et flatulences dues aux fermentations intestinales et les douleurs abdominales qui en résultent.

Une à deux gélules au cours des trois repas en cure de une à trois semaines

Prendre loin de tout médicament (laisser 2 heures d'intervalle)

9.00 euros

## Chardon marie pdre 200mg 100 gélu

Silybum marianum

Ce chardon a été consommé en salade et en légume, ses fleurs cuites comme les artichauts sont, paraît-il délicieuses...

Les feuilles sont utilisées pour la digestion et favoriser l'appétit, et il a été démontré une action décongestionnante du foie et cholagogue très marquée. On l'utilisera donc avant les repas pour les petits troubles hépatiques et le manque d'appétit.

Une gélule avant les trois repas en cure de une à trois semaines.

&nbsp;

&nbsp;

6.50 euros

## Chiendent pdre 220mg 200 gélu

Cette plante envahissante de nos jardins, amie des chiens qui la mâchent à pleines dents&nbsp;pour se purger,&nbsp;est aussi une amie de nos reins.

Riche en potassium, c'est un bon activateur de l'élimination rénale et un adoucissant des irritations urinaires.

On l'utilise aussi comme rafraichissant dans les petits états fébriles.

2 gélules 2 à 3 fois par jour avec un grand verre d'eau, avant les repas.

11.50 euros

## Chrysantellum am pdre 250mg 100 gélu

Introduite en Europe depuis peu de temps, cette herbe venue d'Amérique était utilisée contre les calculs. Étudié par les scientifiques, le Chrysantellum americanum montre une activité importante tant sur le foie que sur la circulation. Depuis quelques années elle a pris une importance considérable en phytothérapie.

Tonique veineux, protecteur du foie, Tonique de la microcirculation, Anti-inflammatoire, Solvant des calculs, il lutte également contre les surcharges en graisse et en cholestérol dans le sang.

2 gélules 2 à 3 fois par jour avant les repas.

6.60 euros

## Criste marine 220mg 100 gélu

Crithmum maritimum

Le fenouil maritime abondant sur les rochers de bord de mer est une petite plante dont les feuilles charnues confites dans le vinaigre s'utilisent en condiment et dont l'action désinfiltrante et diurétique est mise à profit pour entretenir un régime minceur.

Deux gélules avant les 3 repas

&nbsp;

8.00 euros

**Cyprès pdre 220mg 200 gélu****CUPRESSUS SEMPERVIRENS**

La noix de Cyprès est l'une des premières plantes mentionnées sur les plus anciennes tablettes écrites par l'homme dans l'épopée de Gilgamesh.

Ses principes toniques veineux en font un ami de votre circulation autant par voie interne qu'en massage local. Il améliorera tous les problèmes circulatoires, veines apparentes, troubles de la ménopause, jambes lourdes et gonflées, cellulite...

Deux gélules trois fois par jour pendant dix jours, puis une gélule trois fois par jour 20 jours par mois.

&nbsp;

11.50 euros

**Desmodium pdre 200mg 100 gélu**

Issu de la tradition africaine, le desmodium est actif contre toutes les agressions du système hépatique. Il aide le foie à désintoxiquer l'organisme dans tous les cas d'abus alimentaires, d'alcool, de médicaments&nbsp;ou de drogues.

Il permet au foie de se régénérer dans sa fonction de nettoyage de l'organisme sans intervenir dans sa fonction digestive (production de bile)

On l'utilisera également pour accélérer la convalescence après une longue maladie qui a épuisé l'organisme.

Une à deux gélules avant les trois repas par cure de une à trois semaines.

&nbsp;

7.50 euros

**Echinacée rac pdre 250mg 100 gélu****Echinacea purpurea**

Les indiens d'Amérique la connaissent depuis longtemps et l'utilisent contre les affections respiratoires et les morsures de serpents. Elle stimule surtout l'immunité contre les infections et réduit considérablement les effets et la durée&nbsp;des affections hivernales (rhume, grippe, bronchites...)

On la prendra systématiquement dès le début d'une toux, d'un état fébrile&nbsp;ou d'un écoulement nasal, mais aussi quand on aura des malades dans notre environnement.

Deux gélules matin et soir par cure de une à trois semaines

en savoir plus...

7.00 euros

**Eleuthérocoque rac pdre 215mg 200 gélu**

Eleutherococcus senticosus

Ce ginseng de Sibérie a des propriétés proches du ginseng chinois mais est une plante assez différente, plus courante et plus facile à cultiver. Sa principale action est dite "adaptogène" c'est à dire qu'elle permet à l'organisme de mieux supporter les conditions de vie anormales ou extrêmes.

On l'utilisera lors d'une expédition sous des climats inhabituels (montagne, désert, tropiques...) en cas de stress (nouveau travail, agression...) et en période de fatigue et de surmenage (travaux, examens, maladie...)

Deux gélules matin, midi et soir avant les repas en cure de 20 jours, en commençant de préférence une semaine avant.

En savoir plus...

12.00 euros

**Escholtzia pdre 200mg 100 gélu**

Escholtzia californica

Le pavot de Californie est une petite plante qui illumine les jardins et apaise en douceur les insomniaques, les hyperactifs et les anxieux. Il permet une nuit de sommeil continue, sans réveil nocturne. Il soulage également les maux de tête.

Mais s'il est une aide pour les insomnies occasionnelles, il ne doit en aucun cas devenir une habitude. Il ne remplacera pas une prise en charge globale du problème.

2 gélules le soir une heure avant le coucher ou une gélule trois fois par jour contre l'anxiété.

&nbsp;

6.50 euros

**Fenouil fruit pdre 235mg 100 gélu**

Utilisée depuis la plus lointaine antiquité pour soulager les maux de ventre, cette plante est encore très utilisée pour les maux de ventre des bébés, et pour aider à faire dégonfler le ventre ballonné. Son action diurétique et stimulante de la digestion en font un bon appoint dans les régimes amincissants.

Avec la coriandre, l'anis vert et le carvi, elle fait partie des semences chaudes carminatives et galactogènes.

Une à deux gélules avant les repas en cure d'une semaine pour les ballonnements et de trois semaines par mois pour l'amincissement.

&nbsp;

&nbsp;

6.50 euros

## Fenugrec pdre 330mg 200 gélu

Cette épice est traditionnellement utilisée pour stimuler la prise de poids. Dans l'antiquité elle était ajoutée à l'alimentation des athlètes pour améliorer leur qualité physique. Son usage aujourd'hui est la prise de poids et la convalescence après une maladie épuisante. Elle aurait également un rôle dans l'assimilation et le contrôle du sucre et du cholestérol.

Deux gélules avant les 3 repas, une seule pour les enfants.

&nbsp;

11.50 euros

## Fucus ves pdre 330g 200 gélu

Le varech se ramassait autrefois pour faire de l'engrais et extraire l'iode. Aujourd'hui, il est ramassé en pleine mer par bateau pour fournir les instituts de thalassothérapie et l'industrie pharmaceutique. C'est dire son importance.

Connu depuis l'antiquité pour ses vertus antirhumatismales, le varech est très abondant sur les côtes de la Manche et de l'Atlantique jusqu'aux tropiques. Il a été utilisé dans les régions littorales comme aliment, comme engrais puis comme source d'iode avant que les scientifiques du XIXème siècle ne lui découvrent des vertus médicales : augmentation des échanges métaboliques comparable aux extraits thyroïdiens, absorbant des graisses. Depuis, son utilisation contre l'obésité n'a fait que s'amplifier tant par voie interne (comprimés, gélules...) que par voie externe (thalassothérapie).

Attention! Le thalle récolté en été est très riche en mucilages et pauvre en minéraux, il est préférable de le récolter à l'automne, loin des côtes.

Riche en iode organique, il stimule la thyroïde qui accélère le métabolisme et brûle plus de réserves énergétiques. Mais attention à ne pas l'utiliser en cas de problème avec cette glande. Riche également en mucilage, il a une action coupe-faim et légèrement laxative.

Deux gélules avant les trois repas avec un grand verre d'eau.

&nbsp;

11.50 euros

## Fumeterre pdre 230mg 100 gélu

On croyait autrefois qu'elle naissait des vapeurs de la terre. Cette plante très commune est aussi un merveilleux nettoyeur du foie et un décongestionnant de la vésicule biliaire. En Afrique du Nord, on l'utilise aussi pour donner de l'éclat au teint.

On le conseillera prioritairement aux gros mangeurs ainsi qu'aux hépatiques par cure de 20 jours.

Le fumeterre normalise le flux de bile et améliore certains états migraineux (d'origine hépatique) et les douleurs hépatiques (calculs...).

Deux gélules avant les principaux repas.

&nbsp;

&nbsp;

6.50 euros

## Garcinia cambogia pdre 200mg 100 gélu

Outre la gomme-gutte qui est à peu près abandonnée, le fruit du mangoustan du Cambodge fournit une grande quantité d'acide alpha hydroxy-citrique plus connu sous l'appellation d'acide de fruit ou AHA. Une étude publiée dans les années 70 a débouché sur une commercialisation large de ce produit. L'extrait de Garcinia cambogia agit à différents niveaux. Principalement, c'est un inhibiteur de la lipogénèse, c'est à dire qu'il bloque la transformation des sucres en graisse, obligeant l'organisme à brûler ses calories. Ensuite, il diminue la sensation de faim en inhibant l'ATP citrase-lyase responsable de la transformation des sucres en graisses et en cholestérol.

Deux gélules avant les trois repas avec un grand verre d'eau trois semaines par mois.

9.00 euros

## Gingko pdre 200mg 200 gélu

Le plus vieil arbre du monde est aussi un superbe ornement de nos parcs. Ses feuilles, outre leur grande beauté, ont une action majeure sur la circulation veineuse et artérielle. C'est la plante de la mémoire, des bourdonnements d'oreilles, des jambes lourdes et des troubles circulatoires. A conseiller pour retrouver la jeunesse de ses artères.

2 gélules 3 fois par jour après les repas.

&nbsp;

11.50 euros

## Ginseng blanc pdre 250mg 200 gélu

Connue et vénérée en Chine depuis toujours pour ses vertus aphrodisiaques et vitalisantes, cette racine était d'autant plus prisée qu'elle était vieille (elle prend une teinte foncée en vieillissant) et que sa forme était plus proche de celle du corps humain. Introduite en France par les médecins arabes au 9ème siècle, oubliée jusqu'au 18ème siècle quand Louis XIV la redécouvrit et la remit en mode auprès de la cour, oubliée à nouveau jusqu'en 1970 où la phytothérapie et l'exotisme la remit en lumière. Étudiée depuis en laboratoire, elle se révéla riche en substances actives aussi bien sur le métabolisme que sur les centres nerveux. Tous ces saponosides ont été regroupés sous le nom de ginsénosides. Actuellement, les cultures se sont bien stabilisées et les productions sont généralement assez riches en principes actifs. De même, si le ginseng rouge était à l'origine un ginseng de plus de six ans, riche en actifs, c'est actuellement souvent un ginseng bouilli dont les saponosides ont été détruits qui arrive sous cette appellation.

Il est tonique, Stimulant physique et psychique, aux vertus adaptagènes et on le dit &nbsp;Aphrodisiaque, Hypocholestérolémiant et Antidiabétique léger. Il stimule également la production d'hémoglobine.

Deux gélules deux à trois fois par jour.

15.00 euros

**Griffe du chat pdre 160mg 200 gélu**

Uncaria tomentosa

&nbsp;

Plante amazonienne utilisée pour renforcer l'immunité de l'organisme contre toutes les agressions.

On l'utilisera pour améliorer la résistance aux maladies infectieuses et immunitaires, comme les affections hivernales.

&nbsp;

2 gélules matin et soir pendant quinze à vingt jours.

&nbsp;

12.00 euros

**Guarana pdre 250mg 200 gélu**

Le guarana est surtout un tonique. C'est la plante la plus riche en caféine connue à ce jour. On utilise alors la graine du Paullinia cupana qui contient de la caféine (5%) comme la Kola.

On l'utilisera comme tonique, amaigrissant et anti capitons.

Quatre à six&nbsp;gélules par jour. Ne pas prendre dans les cinq heures qui précèdent le coucher.

&nbsp;

15.50 euros

**Hamamélis pdre 200mg 200 gélu**

Hamamelis virginica, Noisetier des sorcières, Witch hazel

Originaire de Virginie, ce noisetier, dont les propriétés sont voisines de notre coudrier, jouit aux États Unis d'une grande renommée et son utilisation en France s'est répandue largement depuis plus d'un siècle. Contenant 8 à 10% de tanins et des flavonoïdes, son action sur la circulation veineuse est de premier ordre.

On l'utilise pour tous les problèmes veineux et féminins.

Deux gélules matin et soir pendant vingt jours par mois.

&nbsp;

12.00 euros

**Harpagophytum racine pdre 250mg 200 gélu**

Connu et utilisé en Namibie et dans le sud-ouest africain depuis fort longtemps, l'harpagophyton était utilisé principalement comme laxatif, digestif, mais aussi contre les migraines et les allergies. Son nom vient de ce que ses fruits ont la forme de crochets qui se fixent entre les sabots des antilopes qui les dispersent ainsi. Ses principes actifs sont des iridoïdes (harpagosides). L'harpagoside a une structure proche de certaines prostaglandines. Son action semble potentialisée par un apport de Sélénium et de Zinc. Il semble, de plus, avoir une action sur les palpitations.

Selon le besoin, deux ou trois gélules au milieu des trois repas en cures de vingt jours.

&nbsp;

12.50 euros

## Igname pdre 250mg 200 gélu

Dioscorea villosa

Le Yam des anglais, notre dioscorée et l'igname des cuisiniers est une plante riche en diosgénine, une phyto-hormone progestéronique.

Traditionnellement utilisée pour soulager les douleurs et favoriser l'accouchement, elle est devenue depuis quelques années un complément aux phyto-hormones estrogéniques des troubles de la ménopause.

Comme pour tout autre traitement hormonal, même naturel, demandez avis à votre gynécologue.

Deux à trois gélules par jour, vingt jours sur vingt-huit.

&nbsp;

13.00 euros

## Kola noix pdre 280mg 200 gélu

Cola nitida, Cola acuminata

La noix de kola est utilisée depuis la nuit des temps en Afrique de l'Ouest pour stimuler les activités physiques soutenues. Fraîche, elle est vendue sur les marchés et appréciée des africains malgré sa saveur astringente, amère et piquante. Les différentes variétés portent des noms bien précis en fonction du nombre de graines par fruit : Kola demi, Kola quart... Au séchage elle passe du blanc rosé au brun rouge et la caféine se trouve emprisonnée dans le rouge de kola insoluble. On empêche cela par un chauffage rapide qui détruit l'enzyme oxydante responsable de cette oxydation. La poudre ainsi obtenue garde sa couleur blanche à rosée et a une action plus puissante et plus rapide, mais la forme brune est celle que nous privilégions parce que la caféine et la théobromine sont libérées plus lentement sans risque de palpitations. Si les vins de coca et cola ont fait fureur en Europe au début du siècle, c'est le sirop sans alcool des américains qui a fait carrière! sic transit gloria...

Stimulant nerveux, Tonique du coeur, Diurétique, Activateur de la combustion des graisses. On l'utilise pour &nbsp;lutter contre :&nbsp;Fatigue physique, Fatigue intellectuelle, Asthénie sexuelle, Affections cardiaques, État grippal, Surcharge pondérale

Une à deux gélules avant les repas.

Éviter son utilisation le soir (risque d'insomnie) Contre-indiqué chez les personnes souffrant d'arythmie cardiaque.

11.50 euros

## Lapacho pdre 270mg 200 gélu

Techoma impetiginosa & Tabebuia avellanadae Pau d'arco, Ipê roxo

Si une plante fut controversée, c'est bien celle là! On lui attribua des vertus miraculeuses que d'autres s'empressèrent de démentir. En fait, cette écorce utilisée largement par les Indiens d'Amazonie contient des tanins, des flavonoïdes et des coumarines qui en font un stimulant circulatoire général. La présence d'un principe actif (le lapachol) efficace contre certains cancers ne justifie pas son utilisation, sa concentration étant très variable dans les produits importés et de toute façon trop faible pour être active.

Anti-inflammatoire, Stimulant immunitaire, Tonique veineux, Fluidifiant sanguin utilisé contre États infectieux et Troubles circulatoires.

Deux gélules matin et soir.

&nbsp;

12.00 euros

## Levure de bière vivante 400mg 200 gélu

Saccharomyces cerevisiae poudre titrée à 20 milliards de germes revivifiables par gramme

Probiotique, La levure de bière vivante offre l'avantage d'être à la fois une source de germes vivants capables de réensemencer les intestins pour rééquilibrer la flore normalement présente, et en même temps une source de minéraux et vitamines concentrée. Riche en vitamines du groupe B

On l'utilise contre les désordres intestinaux, les problèmes de peaux jeunes,

Deux gélules aux deux principaux repas 20 jours par mois trois gélules aux trois repas en cas de dérangement intestinal.

en savoir plus...

16.00 euros

## Lithothamne pdre 330mg 200 gélu

Utilisé aussi sous le nom de Maerl pour amender les sols, le lithothamne est une algue particulièrement riche en Calcium, mais aussi en Magnésium et oligo-éléments rares issus de la mer (sélénium, soufre, manganèse, fer, zinc, argent, cobalt, chrome, cuivre, nickel).

Il est donc bien plus qu'un reminéralisant, et compense les manques en éléments rares dans notre alimentation trop raffinée.

C'est donc un complément indispensable dans les régimes amincissants, en période de croissance et à la ménopause.

Une à deux gélules par jour en cures continues de 20 jours par mois tout au long de l'année

12.00 euros

## Maïs barbe pdre 215mg 200 gélu

Cette grande herbacée ne fournit pas que du grain, on en retire aussi une petite touffe de cheveux roux, les stigmates. La barbe de maïs est un diurétique puissant qui favorise l'élimination rénale aussi bien dans le cas de calculs que dans le cadre de la minceur ou d'une tension un peu élevée.

On l'utilise à raison d'une à deux gélules avant les repas avec un grand verre d'eau.

&nbsp;

11.50 euros

**Marron d'Inde pdre 240mg 200 gélu**

Aesculus hippocastanum

Ramené de Turquie (les Indes) en 1615, ce grand bel arbre s'est bien acclimaté chez nous, ornant parcs et avenues. L'écorce de branche et l'écorce du fruit contiennent un principe vitaminique P, l'esculoside. La graine, quant à elle, contient, outre de l'amidon, une huile active contre la goutte et des saponosides (l'aescine).

Vasoconstricteur et Fluidifiant sanguin par l'esculoside, Décongestionnant prostatique

On l'utilise surtout contre les jambes lourdes et les problèmes veineux. Chez l'homme il protégera contre les petits ennuis de prostate.

Une à deux gélules trois fois par jour en cure de 20 jours

11.50 euros

**Marrube blanc pdre 160mg 200 gélu**

Marrubium vulgare

Cette labiée aux feuillage duveteux est parfois consommée comme condiment et aromatisant (bière au marrube), mais c'est surtout ses propriétés décongestionnantes bronchiques et stimulantes de l'appétit qui font sa notoriété. Son amertume limite l'usage de la plante en tisane, mais la gélule l'a remise à l'honneur.

Contre le manque d'appétit, deux gélules avant les deux principaux repas. Contre les problèmes respiratoires et bronchiques, trois gélules par jour en cure de 20 jours.

en savoir plus...

11.50 euros

**Myrtille baie pdre 235mg 200 gélu**

Vaccinium myrtillus

La baie de myrtille est la meilleure amie des intestins et des yeux. Riche en calcium, chlore, cuivre, fer, magnésium, phosphore, potassium, sodium, soufre, Vitamines A, B1, B2, PP, B5, B6 et C, son intérêt vient surtout des anthocyanosides (glucosides de delphininol, cyanidol, malvidol, pétunidol), des alcaloïdes indoliques, des bases quinolizidiniques, et du tanin qui en font un alcalinisant, un antiseptique protecteur des intestins, un stimulant de la vision nocturne et un protecteur de la microcirculation (capillaires).

On l'utilisera principalement en cas de dérangements intestinaux à la dose de deux gélules avant les repas, pour améliorer la vue (notamment nocturne) et contre les colorations rouges des joues, bleus et bosses, saignements au moindre choc, deux gélules matin et soir 20 jours par mois.

&nbsp;

13.50 euros

## Myrtille feuil pdre 220mg 200 gélu

Vaccinium myrtillus

La myrtille en feuilles entière est la meilleure amie des reins. Excellent désinfectant urinaire, ce produit simple et naturel permettra à tous ceux qui souffrent régulièrement de troubles urinaires de prévenir et d'espacer les crises.

Deux gélules avec un grand verre d'eau après les repas.

12.00 euros

## Olivier pdre 210mg 200 gélu

Ce petit arbre méditerranéen, symbole de la paix, se retrouve aux racines de notre civilisation dans la bible, dans la Grèce antique, dans la passion du Christ (le mont des oliviers)... L'usage de son huile remonte à la nuit des temps. Ses feuilles ont longtemps constitué le principal remède contre les fièvres. Fébrifuge, Vasodilatateur périphérique, Hypoglycémiant, Diurétique léger. On l'utilisera principalement pour aider à réguler son taux de sucre et sa tension, mais aussi pour mincir.

Deux gélules après les repas 20 jours par mois.

11.50 euros

## Orthosiphon pdre 200mg 200 gélu

Orthosiphon stamineus, thé de Java

Les indigènes de Java le préparaient comme le thé.

Ses propriétés diurétiques sont mises à profit pour nettoyer les organismes de ses déchets, aider à perdre du poids et baisser la tension.

On l'utilisera donc en complément de régime minceur, pour protéger les articulations des gros mangeurs, les reins des sujets aux calculs et contre la tension excessive.

Deux gélules matin et midi avec un grand verre d'eau.

&nbsp;

12.00 euros

## Ortie piquante pdre 200mg 200 gélu

Qui donc ne s'y est jamais piqué ! Cette plante très commune est la hantise des enfants en culotte courte. Nos aïeux, par contre, s'en frottaient pour soulager leurs douleurs et la consommaient cuite en épinard. Séchée, ses poils urticants ont perdu leur agressivité et on peut l'utiliser comme reconstituant et reminéralisant. En effet, elle concentre une grande quantité de minéraux assimilables et des vitamines.

Deux gélules à chaque repas avec un grand verre d'eau, 20 jours par mois

&nbsp;

&nbsp;

11.50 euros

**Papaye pdre 330mg 200 gélu**

Carica papaya

La papaïne est extraite des fruits avant maturité par excision, mais elle existe également dans l'écorce et les feuilles. Son action protéolytique importante en fait un digestif et un attendrisseur de viande et de cuir. Contrairement à la bromélaïne, elle ne semble pas passer la barrière digestive, on la réservera donc à l'amélioration de la digestion en cas de digestion difficile ou en complément de régime minceur. La plante contient également un hétéroside soufré qui se décompose sous l'action de la papaïne en une huile essentielle à senevol.

Deux gélules avec un grand verre d'eau avant les principaux repas par cure de une à trois semaines.

13.50 euros

**Partenelle pdre 200mg 200 gélu**

Tanacetum parthenium Grande camomille

Comme la camomille, la partenelle a une action sur les phénomènes douloureux et principalement sur les états migraineux, mais aussi les douleurs des règles et articulaires.

Une à deux gélules en cas de besoin, trois fois par jour. On peut la prendre en cure de 5 jours avant les règles.

&amp;nbsp;

11.50 euros

**Passiflore pdre 230mg 200 gélu**

Passiflora incarnata

Cette superbe fleur d'Amérique tropicale a été immédiatement associée aux symboles de la crucifixion du Christ (couronne d'épines, clous...) à cause de son aspect particulier. Utilisée par les Aztèques pour ses propriétés sédatives, son emploi a été confirmé de nos jours par sa composition chimique riche en flavonoïdes. C'est un réparateur du sommeil que l'on utilise souvent comme sevrage des somnifères hypnotiques, en augmentant la dose au fur et à mesure que l'on diminue d'un quart de comprimé.

Amie des grands nerveux, dénuée de toxicité, elle sera la compagne de tout ceux qui ne voudront pas avoir recours à la chimie.

On peut la prendre à raison de deux gélules aux trois repas pour les nerfs, ou trois gélules à la fin du repas du soir et trois juste avant le coucher. Faire des cures de 10 à 20 jours pour éviter l'accoutumance psychique.

en savoir plus...

12.00 euros

**Pensée sauvage pdre 250mg 200 gélu**

Cette petite fleur des champs qui sait se faire oublier est devenue le symbole de la mémoire comme le myosotis (une autre petite fleur timide) pour les Anglais (forget me not). Et on ne l'oublie pas facilement notre petite pensée sauvage, reine des peaux à problème.

Dépurative, décongestionnante et antiprurigineuse elle servira contre les démangeaisons, les problèmes de peau des jeunes et toutes les irritations dues aux allergies.

Deux gélules &nbsp; 2 à 3 fois par jour loin des repas en cures de 20 jours par mois.

11.50 euros

**Piloselle pdre 200mg 200 gélu**

Hieracium pilosella

Utilisée en médecine populaire depuis longtemps, ce n'est qu'au XIXème siècle qu'un médecin a mis en évidence son rôle diurétique confirmé de nos jours par la présence de flavonoïdes et d'un principe antibiotique.

On l'utilise principalement pour stimuler l'élimination rénale, principalement dans les régimes minceur.

Deux gélules avec un grand verre d'eau avant les trois repas, en cure de 20 jours.

&nbsp;

12.00 euros

**pissenlit racine 270mg 200 gélu**

Le pissenlit aux fleurs d'or et aux graines volantes immortalisées par LAROUSSE®, n'est plus à présenter. On utilise depuis toujours ses jeunes feuilles de printemps en salade et ses racines pour stimuler les éliminations rénales et digestives. On l'utilise pour :&nbsp;Élimination et drainage, Surcharge pondérale, Régulation biliaire et&nbsp;Manque d'appétit.

Deux gélules 3 fois par jour entre&nbsp;les repas avec un grand verre d'eau.

&nbsp;

12.00 euros

**Plantain feuille pdre 200mg 200 gélu**

Plantago major

Grand plantain (à ne pas confondre avec la banane, également dénommée plantain en Afrique).

Autrefois utilisé contre les morsures de vipère, on dit que les belettes se roulent dans le plantain avant de combattre ce serpent. Astringent léger et draineur puissant, il est utilisé contre les piqûres d'insectes et les allergies.

Une à deux gélules matin et soir.

11.50 euros

**Pollen Gelée royale 200mg 200 gélu**

Avec 80% de pollen et 20% de gelée royale c'est tout le plus noble de la matière vivante des deux règnes qui se trouve rassemblé dans une seule gélule.

C'est de l'énergie et de la vitalité pour tous les convalescents, surmenés, étudiants, sportifs et travailleurs physiques qui recherchent une aide naturelle.

Une à deux gélules avec un grand verre d'eau avant les trois repas en cure de 20 jours.

19.50 euros

## Prêle pdre 200mg 200 gélu

La prêle des champs est la seule utilisée en herboristerie, mais toutes les prêles ont à peu près les mêmes propriétés. C'est une plante très riche en silice organique, mais également en minéraux divers. Son action principale vient de là, mais la présence d'alcaloïdes, hétérosides et stéroïdes la rend encore plus précieuse alors que sa diffusion et sa prolifération en font paradoxalement une plante très banale.

Reminéralisant (Si, Ca...), Diurétique, Cicatrisant, Antidégénératif, Antianémique et Régulateur hormonal.

Deux gélules avant les 3 repas avec un grand verre d'eau.

&nbsp;

11.50 euros

## Reine des prés pdre 215mg 200 gélu

Spirea ulmaria

Connue depuis le moyen-âge avec des hauts et des bas, la reine des prés semble être plus active fraîche ou récemment cueillie. Il convient donc de veiller à utiliser une plante de l'année ou un extrait stabilisé. Ses fleurs parfumées servent à faire un vin apéritif. C'est à partir de son nom que l'aspirine a été baptisée. Fortement diurétique elle nettoie les articulations et les élimine tous les déchets de l'organisme, notamment dans les régimes minceur. Elle désinfiltre en outre les capitons disgracieux.

Deux gélules aux trois repas 20 jours par mois.

&nbsp;

11.50 euros

## Romarin pdre 220mg 200 gélu

A la fois condiment et plante médicinale, le romarin a de multiples vertus, liées soit à son huile essentielle, soit à ses principes actifs solubles. Nous aurons donc des indications assez différentes pour la plante entière et pour son essence. Il convient donc de ne pas utiliser l'une pour l'autre. Son essence lui confère des propriétés toniques et antiseptiques, ses principes actifs solubles en font, eux, un puissant stimulant hépatique et un antioxydant intéressant. Les abeilles en font un miel au goût puissant, appelé miel de Narbonne. Les anciens lui attribuaient des vertus de jouvence, nous savons aujourd'hui qu'il contient des anti-oxydants puissants.

Deux gélules après les 3 repas pour stimuler le foie.

11.50 euros

# Ormenis

10/2004

## Sauge pdre 220mg 200 gélu

"Salvia", "celle qui sauve", tout un programme! Louis XIV en buvait tous les matins et la sauge était renommée contre tous les maux... Aujourd'hui, elle sert d'épice en cuisine, parfume et assainit les armoires et son essence trouve des applications multiples en usage externe. On l'utilise pour la digestion, bien sûr, mais aussi pour arrêter la sécrétion lactée, pour les règles insuffisantes ou irrégulières, la transpiration excessive, améliorer les bouffées de chaleur, et même la frigidité et l'impuissance. A cause de cette action prépondérante sur les hormones estrogéniques, il faut en parler au gynécologue avant tout emploi à long terme.

Deux gélules à la fin des repas, et une au coucher pour les sueurs nocturnes.

&nbsp;

&nbsp;

12.00 euros

## Thym de Provence pdre 200mg 200 gélu

Tout le parfum de la garrigue ! Présent sur tout le pourtour du bassin méditerranéen, il se décline également en variétés très proches sous les climats tropicaux (Thyms d'Afrique). Comme beaucoup de plantes à essence, il est capable de produire des parfums différents selon les climats et les sols, tantôt citronné, tantôt suave ou musqué. En France, la Provence fournit principalement un thym à thymol et carvacrol, deux phénols très antiseptiques et antispasmodiques. On utilisera donc le thym pour lutter contre les refroidissements hivernaux avec toux et pour soulager les maux de ventre, même les règles douloureuses.

Deux gélules après les repas.

&nbsp;

12.00 euros

## vigne rouge pdre 270mg 200 gélu

Originnaire d'Asie mineure, la vigne a été acclimatée partout où le climat le permettait pour son fruit particulièrement apprécié, surtout après fermentation! Mais au-delà du fruit, le pépin a su montrer son intérêt, ainsi que la feuille d'automne aux splendides couleurs rouges. Le jus de raisin riche en sucres assimilables (donc énergétiques avec 90 calories/100ml) est une boisson diurétique et alcalinisante. Si le vin a de tout temps séduit les hommes (parfois jusqu'à la folie), à dose modérée, il est un excellent protecteur vasculaire et un hypocholestérolémiant. La feuille est un très ancien remède de femmes, jambes lourdes et retour d'âge ayant toujours été leur lot!

Deux gélules avant les trois repas 20 jours par mois.

&nbsp;

11.50 euros

## Gélules -/- Gélule Extrait sec

Maca extr sec 400mg 100 gélu

maca, ginseng péruvien. Lepidium meyenii

Plante traditionnelle d'Amérique latine, utilisée pour stimuler les fonctions sexuelles. Non hormonale, elle est riche en arginine et histidine ainsi que d'autres substances toniques.

On l'utilise comme aphrodisiaque à la dose de deux à trois gélules aux trois repas pendant quelques jours en période de fatigue.

en savoir plus...

17.00 euros

## Gélules -/- Capsules molles

### Bourrache + vit E 500mg 100 capsules

Borrago officinalis

La bourrache est connue depuis longtemps en tisane, mais l'utilisation de ses graines est récente. Son huile est très intéressante par sa composition originale. En effet, c'est une des rares huiles riches (17 à 25%) en acide gamma linoléique ou vitamine F. En Europe, peu d'huiles en contiennent autant (onagre, saindoux...). Cet acide gras insaturé est fabriqué par les organismes jeunes, mais sa production ralentit à partir de la trentaine pour s'arrêter plus ou moins vite, provoquant peau sèche et rides. Il est donc essentiel d'en fournir journellement à l'organisme à partir de la cinquantaine et occasionnellement entre 30 et 50 ans. En effet, outre son action sur la peau (visible), cette vitamine F intervient dans de nombreux processus vitaux tels que métabolisme du cholestérol, immunité cellulaire, fabrication des prostaglandines qui régulent les fonctions cellulaires.

Usage :Régulation du cholestérol, Régulation du cycle hormonal, Antirides, Régulation de la tension artérielle, Anti-allergique en local, après avoir percé la capsule, on l'utilisera comme Antirides, Anti-allergique, Hydratant, Adoucissant

3 à 5 capsules par jour pendant 5 jours au moment de la survenue de règles douloureuses.2 capsules&nbsp;par jour un mois sur trois entre 30 et 50 ans.2 capsules&nbsp;par jour régulièrement au-delà.

18.40 euros

### Huile de Germe de blé 280mg 100 capsules

Triticum sativum

Riche en vitamine E (0,5%) et en acides gras essentiels ou AGE (70%), l'huile de germe de blé a une action sur le taux de cholestérol et les radicaux libres. C'est donc par excellence l'huile des organismes agressés, soumis aux pollutions et surchargés. L'amidon est également fort utile en usage externe pour les peaux sèches.

Usage :Hypocholestérolémiant, Antioxydant, Régénérateur cellulaire

&nbsp;à 6 capsules&nbsp;par jour.

8.00 euros

## Liquides

Jus d'argousier BIO 200ml
<i>Weleda</i>
Le jus d'argousier est riche en vitamine C naturelle. Pris régulièrement tous les matins, il revitalise et fortifie l'organisme. Composition : Pur jus de baies d'argousier 100% issu de l'agriculture biologique. &nbsp;
11.90 euros

Jus de bouleau 200ml
<i>Weleda</i>
betula alba Le Jus de Bouleau purifie l'organisme en éliminant les toxines. Il est également Reminéralisant. Ne contenant ni colorant, ni conservateur conformément à la législation, on l'utilisera en cure dépurative (printemps et automne) pour un bon drainage de l'organisme et particulièrement des articulations. Composition: Extrait aqueux de feuille de bouleau BIO issu de l'agriculture biologique; 100 %. &nbsp;
9.00 euros

Jus de bouleau 200ml par 3
<i>Weleda</i>
betula alba Le Jus de Bouleau purifie l'organisme en éliminant les toxines. Il est également Reminéralisant. Ne contenant ni colorant, ni conservateur conformément à la législation, on l'utilisera en cure dépurative (printemps et automne) pour un bon drainage de l'organisme et particulièrement des articulations. Composition: Extrait aqueux de feuille de bouleau BIO issu de l'agriculture biologique; 100 %. &nbsp;
<del>25.00 euros</del> 18.00 euros

## Jus de Canneberge 12 x 33cl

*Marocco lab*

Vaccinium macrocarpon

Le Jus de Canneberge présente des caractéristiques uniques permettant de lutter contre les infections urinaires et l'incontinence. Éliminer la plaque dentaire. Plus singulièrement, il va améliorer l'état bactérien de l'ensemble des organes digestifs et éliminatoires. Diminue de 40% le risque cardio-vasculaire. Augmente le bon cholestérol. Riche en vitamine C (cf. le Quotidien du médecin mars 2003)

Très bénéfique pour les groupes sanguins O, B et AB. Indispensable dans l'alimentation pour les A.

Ces caractéristiques ont été démontrées pour le jus, mais pas pour le nectar bien souvent rencontré.

Un demi flacon (un verre de 15cl) le matin et le soir après le repas. Il peut être utilisé à la place du jus de fruit journalier et en rince bouche après le brossage des dents.

NB le prix est franco de port pour la France et sera expédié directement par le laboratoire fabricant.

&nbsp;

30.60 euros

## Jus de Canneberge 12x1l bouteille

*Marocco lab*

Vaccinium macrocarpon

Le Jus de Canneberge présente des caractéristiques uniques permettant de lutter contre les infections urinaires et l'incontinence. Éliminer la plaque dentaire. Plus singulièrement, il va améliorer l'état bactérien de l'ensemble des organes digestifs et éliminatoires. Diminue de 40% le risque cardio-vasculaire. Augmente le bon cholestérol. Riche en vitamine C (cf. le Quotidien du médecin mars 2003)

Très bénéfique pour les groupes sanguins O, B et AB. Indispensable dans l'alimentation pour les A.

Ces caractéristiques ont été démontrées pour le jus, mais pas pour le nectar bien souvent rencontré.

Un verre de 15cl le matin et le soir après le repas. Il peut être utilisé à la place du jus de fruit journalier et en rince bouche après le brossage des dents.

NB le prix est franco de port pour la France et sera expédié directement par le laboratoire fabricant.

&nbsp;

60.60 euros

## Poudre

### Bambou Tabashir pdre 100g

L'exsudat de bambou ou tabashir est riche en silice et se donne comme re minéralisant et assouplissant de la peau, des articulations et des os. Deux à quatre pointes de couteau (la valeur d'une gélule) par jour dans de l'eau ou sur les aliments, pour sauvegarder la souplesse des articulations.

9.00 euros

### Cannelle de Ceylan poudre 50g

Cinnamomum zeylanicum

Ce merveilleux aromate fidèle compagnon de nos pommes et de nos vins chauds est constitué de fines lanières d'écorces de branches débarrassées de la partie externe.C'est le liber ainsi obtenu qui se roule sur lui-même en tuyau de 1cm de diamètre environ. Son odeur suave et sa saveur aromatique brûlante sont caractéristiques et la distinguent de la cannelle de Chine de saveur fade. Les Anglo-américains en sont très friands et l'utilisent largement. Déjà connue en Chine trois mille ans avant notre ère, c'est une épice largement répandue dans le monde.

En poudre, on l'utilisera largement en cuisine et dans les pâtisseries

6.00 euros

### Caroube poudre 100g

Ceratonia siliqua

Fruit du caroubier utilisé comme substitut du cacao et comme laxatif.La poudre de caroube renferme moins de protéines et de matières grasses que le cacao. Elle est moins riche en phosphore, en potassium et en fer, mais elle est deux fois plus riche en calcium.C'est une source élevée de fibres. Elle ne contient pas d'excitant et n'est pas allergène. Lorsqu'on l'utilise à la place du cacao, il est préférable de rehausser son goût (avec de la cannelle), sans ajouter de sucre.

En bouillie à 2% dans du lait ou de l'eau. Porter à ébullition pour épaissir.

9.00 euros

### Dolomite poudre 100g

Ce minéral arraché à la montagne est riche en Calcium et en Magnésium. Sa particularité est d'être bien équilibré et de permettre une absorption harmonieuse des deux minéraux.

Il apporte tout à la fois un équilibre nerveux et une bonne ossification.

On le prendra à raison d'une petite demie cuillère à café dans un peu d'eau le matin et éventuellement le soir.

9.00 euros

## Glucomannane Konjac poudre 100g

Cette plante tropicale sert, au Japon, à fabriquer le konniaku. Le mucilage purifié (glucomannane) a la possibilité d'absorber 100 fois son volume d'eau pour former un gel visqueux non digéré. Sans apport calorique, ce gel est donc tout indiqué pour les régimes amincissants d'autant qu'il retient dans ses mailles graisses et sucres dont il ralentit fortement l'assimilation. Le revers de la médaille, c'est qu'il est nécessaire de boire beaucoup pour éviter la formation d'une boule caoutchouteuse dure capable d'obstruer les intestins (risque d'occlusion).  
une cuillère à café rase dans un grand verre d'eau un quart d'heure avant les repas  
Boire beaucoup. Ne pas utiliser en cas de diabète.

15.00 euros

Aromathérapie

## Aromathérapie -/- Essence pure

### Basilic HE 15ml

OCYMUM BASILICUM L.

Aérphagie, nausée, anxiété, infections urinaires

en externe : piqûres d'insecte envenimées

Une goutte sur un sucre ou sur une mie de pain avant les repas. Quelques gouttes dans un litre d'huile de table parfumeront vos salades.

&nbsp;

12.50 euros

### Bergamote HE 15ml

CITRUS BERGAMATIA zeste

affections intestinales, maux de ventre (on la retrouve dans les bonbons à la bergamote de Nancy)

En externe : antiseptique, parfum (eau de Cologne), aérosolphotosensibilisante

&nbsp;

11.20 euros

### Bois de rose HE 5ml

ANIBA ROSAEODORA

En externe principalement : affections ORL et gynécologiques, antiseptique, parfum, aérosol (odeur douce et très agréable)

&nbsp;

11.00 euros

### Camomille noble HE 5ml

CHAMAEMELUM NOBILE ou ANTHEMIS NOBILIS

essence rare au parfum puissant utilisée surtout en usage externe :&nbsp;migraines & douleurs, maux de ventre, insomnies (dans le bain), irritations & allergies (une goutte dans les shampoings, les crèmes corporelles, les bains et gels douche)

&nbsp;

18.50 euros

**Cannelle de Ceylan HE 5ml**

CINNANOMUM ZEYLANICUM NEES

une goutte sur un sucre ou de la mie de pain soulage état grippal, fièvre, diarrhée, fatigue, digestion, coup de froid...

antiseptique puissant, tonique on l'utilise en massage dans une huile ou une pommade.

Attention cette essence pure peut être irritante

22.25 euros

**Cannelle de Chine HE 15ml**

CINNANOMUM CASSIA

Presqu'aussi parfumée que celle de Ceylan, cette cannelle est plus douce, mais moins active.

On peut l'utiliser dans la pâtisserie, sur un sucre ou une mie de pain, contre état grippal, fièvre, diarrhée, fatigue, digestion difficile...

En externe : antiseptique puissant, tonique, massage, aérosol

&nbsp;

8.50 euros

**Carvi HE 15ml**

CARUM CARVI L.

Une goutte sur un sucre ou une mie de pain : Digestion, aérophagie, maux de ventre

&nbsp;

12.50 euros

**Citron zeste HE 15ml**

CITRUS LIMONUM

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : digestion difficile, états infectieux, fatigue, nausée

En externe : antiseptique, parfum, aérosol

Attention au soleil, photosensibilisante

6.10 euros

**Citronnelle de Ceylan HE 60ml**

CYMBOPOGON NARDUS

En externe : anti-moustique, douleurs musculaires

&nbsp;

9.10 euros

**Cyprès HE 15ml**

CUPRESSUS SEMPERVIRENS

En externe : tonique veineux, oedèmes, jambes lourdes, fatigue nerveuse, en massage dans une huile ou une pommade.

&amp;nbsp;

10.10 euros

**Eucalyptus globulus HE 30ml**

EUCALYPTUS GLOBULUS LABILL.

une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : État grippal, affections ORL, urinaires &amp; intestinales

En externe : anti-moustique, antiseptique, acné, aérosol Sur un mouchoir, sur un radiateur, en huile de massage ou dans une pommade. En lotion à 1 ou 2% dans de l'alcool à 60°.

&amp;nbsp;

7.50 euros

**Genièvre baies HE 15ml**

JUNIPERUS COMMUNIS

En externe : affections ORL, rhumatismes, douleurs, fatigue En bain, huile de massage ou pommade.

14.30 euros

**Géranium bourbon HE 15ml**

PELARGONIUM X ASPERUM CV. BOURBON ou PELARGONIUM ODORANTISSIMUM

En externe : tonique, vergetures, plaies &amp; brûlures, peau grasse, parfum, aérosol On l'utilise parfois pour remplacer l'essence de rose dans une pommade ou une crème.

&amp;nbsp;

15.00 euros

**Gingembre rhizome HE 15ml**

ZINGIBER OFFICINALE

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : apéritif, digestif, tonique, fatigue sexuelle

En externe : rhumatismes, douleurs et parfum dans une huile de massage, un bain ou une pommade

&amp;nbsp;

14.30 euros

**Girofle clou HE 15ml**

EUGENIA CARYOPHYLLATA

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : infections urinaires, intestinales ou gynécologiques, fatigue.

En externe : douleurs, plaies en huile diluée ou en pommade affections dentaires, une goutte pure sur un coton à mettre sur (ou dans) la dent abîmée ou douloureuse.

Attention essence irritante

8.30 euros

**Laurier noble HE 15ml**

LAURUS NOBILIS

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : état grippal, affections ORL, rhumatismes, trac, timidité

En externe : rhumatismes, crampes, entorses, courbatures, dans une huile de massage ou une pommade acné et pousse des cheveux, en solution alcoolique à 1% dans l'alcool à 60°

&nbsp;

18.00 euros

**Lavande fleur HE 15ml**

LAVANDULA ANGUSTIFOLIA ou LAVANDULA OFFICINALIS

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : nervosité, insomnies, migraines, digestion, toux, affections ORL & urinaires

En externe : acné, brûlures, mycoses, coups, rhumatismes, massage, aérosol, parfum alcoolat à 5% dans de l'alcool à 60° ou dans une huile de massage, une pommade ou un bain.

7.00 euros

**Lavandin HE 15ml**

LAVANDULA HYBRIDA

Plus parfumé mais moins actif que la lavande, le lavandin est cultivé pour les parfumeurs.

En externe : troubles circulatoires, tonique, mycoses, plaies, massage, parfum comme la lavande

5.80 euros

**Mandarine zeste HE 15ml**

CITRUS RETICULATA

Le parfum préféré des petits.

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : angoisses, insomnies, hoquet, digestion difficile

En externe : calmante, parfum, en bain, huile de massage, crème, aérosol

photosensibilisante

8.80 euros

# Ormenis

10/2004

## Marjolaine sommité fleurie HE 15ml

ORIGANUM MAJORANA

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : maux de ventre, spasmes respiratoires, anxiété, état dépressif, douleurs, toux

En externe : douleurs rhumatismales, décongestionnant bronchique en huile de massage, bain, pommade

&nbsp;

17.00 euros

## Matricaire fleur HE 5ml

MATRICARIA RECUTITA ou M. CHAMOMILLA ou M. DISCOIDEA

Cette belle essence bleue est un très bon anti-inflammatoire utilisé dans de nombreux produits commerciaux (collyres bleus, anti acides, crèmes et dentifrices...)&nbsp;: brûlures d'estomac, maux de ventre, règles douloureuses

En externe : irritations, coups de soleil, allergies

&nbsp;

39.00 euros

## Menthe poivrée HE 15ml

MENTHA PIPERITA

On ne la présente plus, elle est partout autour de nous!

Un goutte sur un sucre ou de la mie de pain : digestion difficile, nausées, maux de ventre, tonique, antiseptique On peut aussi mettre une goutte dans un litre d'eau (bien mélanger) ou 40 gouttes dans 100ml d'alcool à 60 (5 à 10 gouttes en cas de nausée)

En externe : antiseptique, calmante contre les douleurs en aérosol, huile et pommade&nbsp;de massage (bien diluer)

&nbsp;

6.70 euros

## Myrte feuille HE 15ml

MYRTUS COMMUNIS

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : affections ORL & urinaires, prostatisme, tonique veineux

En externe, contre les rides, tonique veineux, anti-poux en crème ou lotion

&nbsp;

7.90 euros

# Ormenis

10/2004

## Néroli bigarade fleur HE 5ml

CITRUS AURANTIUM SSP. AUR&nbsp; (fleur)

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : anxiété, insomnies, état dépressif, digestion difficile

En externe : elle est surtout calmante, mais aussi un merveilleux parfum, en aérosol, huile de massage, bain

&nbsp;

83.80 euros

## Niaouli HE 15ml

MELALEUCA QUINQUENERVIA ou MELALEUCA VIRIDIFLORA

Le niaouli est le mélaleuque des anciennes colonies françaises tout comme son petit frère Tea Tree est celui des ancienne colonies anglaises.

Leur parfum et leur usage est pratiquement le même.

Une goutte sur un sucre, une cuiller de miel ou de la mie de pain : antiseptique général, toutes infections, spasmes bronchiques

En externe : plaies, rides, pellicules, bouton de fièvre, pure ou en huile, crème ou émulsion. Désinfectant en aérosol.

&nbsp;

9.10 euros

## Oranger petit grain HE 15ml

CITRUS AURANTIUM feuilles

Moins fin que le néroli mais beaucoup meilleur marché, le petit grain a les mêmes propriétés et peut le remplacer dans les préparations

parfumées (bain, eaux de toilette...) Une goutte sur un sucre, du miel ou de la mie de pain : anxiété, insomnies, état dépressif, digestion difficile, vertiges

En externe : calmante, acné, rides, en lotion, eau de toilette, crème ou bainparfum, aérosol, massage

7.70 euros

## Origan HE 15ml

ORIGANUM COMPACTUM

Une goutte sur un sucre, du miel ou de la mie de pain : toutes infections ORL., urinaires, intestinales, état grippal, fatigue

antiseptique, antimycose en huile ou alcoolat

irritante

10.70 euros

## Palmarosa HE 15ml

CYMBOPOGON MARTINII VAR. MOTIA

En externe : antiseptique, cellulite, oedème en crème, huile ou bain

&nbsp;

6.50 euros

**Pin sylvestre HE 15ml****PINUS SYVESTRIS**

Une goutte sur un sucre, du miel ou de la mie de pain : Affections ORL & urinaires, encombrement bronchique (aussi en pastillage)

En externe : douleurs rhumatismales, en huile ou pommade de massage.aérosol antiseptique

&nbsp;

10.50 euros

**Ravensare HE 15ml****RAVENSARA AROMATICA**

Une goutte sur un sucre, du miel ou de la mie de pain : état grippal, affections ORL, fatigue, anxiété, insomnies

En externe : bouton de fièvre (pur), fatigue, massages en friction, huile ou pommade.aérosol antiseptique

9.20 euros

**Romarin à cinéole HE 15ml****ROSMARINUS OFFICINALIS CINEOLIFERUM**

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : Affections ORL, encombrement bronchique, troubles circulatoires

En externe : douleurs, fatigue musculaire, dentition des bébés, en huile ou pommade de massage, aérosol

7.00 euros

**Santal blanc HE 5ml****SANTALUM ALBUM**

Le plus puissant et le plus tenace des parfums...

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : infections urinaires, décongestionnant, tonique sexuel, détoxifiant

En externe, il est surtout antiseptique et&nbsp;décongestionnant

C'est une note de fond pour les parfums

20.70 euros

**Sarriette HE 15ml****SATUREJA MONTANA**

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : infections urinaires & intestinales, fatigue, muguet

En externe, en alcoolat ou crème,&nbsp;pour désinfecter mycoses et plaies

&nbsp;

11.30 euros

**Sassafras HE 15ml****SASSAFRAS OFFICINALE**

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : état grippal, fièvre, rétention d'eau, tonus, fatigue

En externe : rhumatismes, cellulite en huile ou pommade de massage, piqûre d'insecte en huile ou alcoolat

6.10 euros

**Thym à thymol HE 15ml****THYMUS VULGARIS THYMOLIFERUM**

Une goutte sur un sucre, du miel ou de la mie de pain : états infectieux chroniques, fatigueAttention, fragilise le foie

En externe : antiseptique et tonique, en huile ou pommade de massageirritante

21.00 euros

**Ylang ylang fleur HE 5ml****CANANGA ODORANTISSIMA ou UNONA ODORANTISSIMA**

Parfum envoûtant et fleuri aux propriétés étonnantes.

Une goutte sur un sucre ou de la mie de pain : tension excessive, fatigue sexuelle

En externe surtout, elle est tonique, anti-rides, active la régénération cellulaire, lutte contre la chute des cheveux en eau de toilette, alcoolat, huile et crème.

10.40 euros

## Aromathérapie -/- Soins aromatiques

Bain aux huiles essentielles de fleurs des champs
<i>Kneipp</i>
Action sudoripare. Non moussant. Indications :&nbsp;cellulite.Utilisation :&nbsp;verser 1/2 bouchon doseur dans un bain chaud.Composition :&nbsp;HE de thym 2 g, HE de menthe 2 g, He de sauge 2 g, HE de cumin 1 g, huiles essentielles et substances végétales 23 g, excipients qsp 100 g.
flacon verre, étui carton. fl 100 ml
11.00 euros

Galet de bain effervescent à la mélisse
<i>Kneipp</i>
Favorise la détente.Indications :&nbsp;bain. Adultes et enfants à partir de 6 ans.Composition :&nbsp;mélisse, excipients qsp un galet de 90 g.
1.50 euros

Galet de bain effervescent au genévrier
<i>Kneipp</i>
Décontracturant.Indications :&nbsp;bain. Adultes et enfants à partir de 6 ans.Composition :&nbsp;genévrier, excipients qsp un galet de 90 g.
1.50 euros

Galet de bain effervescent au pin
<i>Kneipp</i>
Revitalisant et fortifiant.Indications :&nbsp;bain. Adultes et enfants de plus de 6 ans.Composition :&nbsp;pin, excipients qsp un galet de 90 g.
1.50 euros

Galet de bain effervescent au romarin
<i>Kneipp</i>
Energisant et tonifiant.Indications :&nbsp;bain. Adultes et enfants à partir de 6 ans.Composition :&nbsp;romarin, excipients qsp un galet de 90 g.
1.50 euros

## Huile de bain à l'HE de tilleul et de fleur d'oranger

*Kneipp*

Calmante, relaxante et légèrement sédative. Protège et assouplit l'épiderme. Non moussante. Sans conservateur. Indications : troubles du sommeil, nervosité. Adulte et enfant. Utilisation : 1 bouchon dans un bain chaud. Composition : HE de fleur de tilleul, HE de fleur d'oranger, huile de néroli, vitamine E, agent adoucissant, agent lavant, parfum, colorant, excipients qsp 100 %. formule INCI : polysorbate-20, Aqua, fragrance, Citrus dulcis, Citrus amara, Tilia cordata, tocopherol, CI 15985.

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain à l'huile essentielle d'épicéa

*Kneipp*

Revitalisante et stimulante. Non moussante. Sans conservateur. Indications : manque de vitalité, fatigue. Utilisation : 1 bouchon dans l'eau du bain. Composition : HE de pin, HE d'épicéa, excipients qsp 100 %. formule INCI : polysorbate-20, fragrance, Abies alba, Aqua, pinus, picea, tocopherol, CI 47005, CI 42051.

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain à l'huile essentielle d'eucalyptus

*Kneipp*

Balsamique, expectorante, décongestionnant et mucolytique. Non moussante. Sans conservateur. Indications : affections des voies respiratoires, refroidissement. Utilisation : 1 bouchon dans l'eau du bain. Composition : HE d'eucalyptus, excipients qsp 100 %. formule INCI : polysorbate-20, Eucalyptus globulus, Aqua, tocopherol, CI 47005, CI 42051.

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain à l'huile essentielle de genévrier

*Kneipp*

Décontracturante, stimule la circulation. Non moussante. Sans conservateur. Indications :&nbsp;contractures musculaires, fatigue musculaire, sport, activités physiques intenses. Utilisation :&nbsp;1 bouchon dans l'eau du bain. Composition :&nbsp;HE de baie de genévrier, HE de wintergreen, excipients qsp 100 % formule INCI : polysorbate-20, pinus, Gaultheria procumbens, Aqua, fragrance, Rosmarinus officinalis, Juniperus communis, tocopherol, CI 47005

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain à l'huile essentielle de lavande

*Kneipp*

Stimulante, vivifiante et rafraîchissante. Non moussante. Sans conservateur.&nbsp;Indications :&nbsp;fatigue. Utilisation :&nbsp;1 bouchon dans l'eau du bain. Composition :&nbsp;HE de lavande, excipients qsp 100 %. formule INCI : polysorbate-20, fragrance, Aqua, Lavandula hybrida, tocopherol, CI 42051.

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain à l'huile essentielle de romarin

*Kneipp*

Stimulante, régule la circulation sanguine. Non moussante. Sans conservateur.&nbsp;Indications :&nbsp;fatigue, troubles de la circulation. Utilisation :&nbsp;1 bouchon dans l'eau du bain. Composition :&nbsp;HE de romarin, excipients qsp 100 %. formule INCI : polysorbate-20, fragrance, Rosmarinus officinalis, Aqua, tocopherol, CI 16255.

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain au houblon et à la valériane

*Kneipp*

Calmante et relaxante. Non moussante. Sans conservateur.&nbsp;Indications :&nbsp;hygiène corporelle. Nervosité, trouble du sommeil.Conseils d'utilisation :&nbsp;verser 1 bouchon dans l'eau du bain.

flacon verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

## Huile de bain aux fleurs d'amandier

*Kneipp*

Surgraisseante, nourrissante et adoucissante. Non moussante. Sans conservateur.&nbsp;Indications :&nbsp;hygiène corporelle. Peaux sèches, peaux très sèches, peaux squameuses, démangeaisons.Utilisation :&nbsp;1 bouchon dans l'eau du bain.Composition :&nbsp;huile d'amande douce, extrait de fleur d'amande, vitamine E, excipient qsp 100 %.

flacon de verre, étui carton. 100 ml

11.00 euros

Dermatologie

## Dermatologie -/- Soins Visage

Crème bellis tube 50g
<i>Lehning</i>
Régénérante, antirides. Non grasse. Hypoallergénique. Indications :&nbsp;peaux sèches. Prévention du vieillissement cutané, rides, ridules. Visage et corps.Utilisation :&nbsp;appliquer matin et soir après la toilette.Précautions :&nbsp;contient de la lanoline.Composition :&nbsp;huile de Bellis perennis 15 %, émulsionnant, lanoline, alphanolol, acide paraoxybenzoïque, eau distillée Codex, parfum, excipient qsp 100 %.
8.40 euros

Crème calendula tube 50g
<i>Lehning</i>
Calmante et cicatrisante, antiseptique, antiinflammatoire. Non grasse.Indications :&nbsp;soin et protection des peaux sensibles. Rougeurs, irritations, gerçures, érythème, dartres, contusions, ecchymoses, hématomes. Visage et corps. Adulte, enfant et nourrisson.Composition :&nbsp;Calendula officinalis 5 %, acide oléique, alcool cétylique, alcool stéarylique, glycérine Codex, eau distillée Codex, acide paraoxybenzoïque, parfum, excipients qsp 100 %.
8.40 euros

Crème hamamelis tube 50g
<i>Lehning</i>
Décongestionnante,&nbsp;apaisante, antiinflammatoire et astringente. Non grasse. Hypoallergénique.Indications :&nbsp;peaux grasses.Composition :&nbsp;eau distillée d'Hamamelis virginiana 10 %, décylester de l'acide oléique, alcool cétylique, alcool stéarylique, glycérine Codex, eau distillée Codex, acide paraoxybenzoïque, parfum, excipient qsp 100 %.
8.40 euros

Crème polyvalente tube 120g
<i>Lehning</i>
Aux essences florales naturelles.&nbsp;Nourrissante et hydratante. Non grasse. Hypoallergénique.Indications :&nbsp;soin visage, corps et mains. Tous types de peaux.Composition :&nbsp;alcool cétylique, alcool stéarylique, perhydrosqualène, glycérine, eau purifiée, acide paraoxybenzoïque, parfum, HE florale 0,6 %, excipients qsp 100 %. formule INCI : Aqua, diethylhexylcyclohexane, cetearyl alcohol, sodium cetearyl sulfate, glycerin, fragrance, sodium methylparaben, sodium propylparaben, potassium sorbate, sodium dehydroacetate, alcohol, chlorhexidine digluconate, copper gluconate, nickel gluconate, cobalt gluconate, Anemone pulsatilla, Calendula officinalis, Fucus vesiculosus, Hamamelis virginiana.
11.90 euros

# OrmeniS

10/2004

Lait démaquillant 200ml

*Lehning*

Aux fleurs de lys Nettoyant doux. Parfumé. Indications :&nbsp;démaquillage du visage. Tous types de peaux. Composition :&nbsp;émulsion H/E, extrait huileux de pétale de lis blanc 5 %, monodiglycérides d'alcools gras et de triglycérides d'ester, esters de l'acide paraoxybenzoïque, parfum, excipient qsp 100 %.

11.90 euros

Lotion tonique 200ml

*Lehning*

A&nbsp;l'hamamélis Décongestionnante, rafraîchissante et tonifiante. Indications :&nbsp;hygiène du visage. Composition :&nbsp;eau distillée d'hamamélis 10 %, polyol, ester d'acides gras, eau purifiée Codex, acide paraoxybenzoïque, parfum, excipient qsp 100 %.

10.40 euros

## Dermatologie -/- Soins Corps

<b>Bain aromatique adulte 200ml</b>
<i>Lehning</i>
Aux essences florales. Stimulant, relaxant et calmant. Hypoallergénique. Indications : hygiène corporelle. Adulte. Composition : HE de jacinthe 1 %, HE de chypre 0,6 %, HE de lavande 0,3 %, HE de romarin 0,3 %, HE de thym 0,3 %, excipients qsp 100 %. Formule INCI : Aqua, sodium laureth sulfate, sodium lauryl sulfate, lauramide mipa, cocamide mea, glycol stearate, coceth-8, cocamide dea, laureth-2, parfum, Lavandula angustifolia, Rosmarinus officinalis, terebenthine essence, Thymus vulgaris, sodium methyl paraben, sodium propylparaben, potassium sorbate, sodium dehydroacetate, alcohol, copper gluconate, nickel gluconate, cobalt gluconate, fucus vesiculosus, hamamelis virginiana.
9.00 euros

<b>Bain aromatique enfant 200ml</b>
<i>Lehning</i>
Aux essences florales pour enfant. Stimulant, calmant et relaxant. Hypoallergénique. Indications : hygiène corporelle. Composition : HE de thym 0,3 %, HE de romarin 0,3 %, HE de lavande 1 %, origan 1 %, excipients qsp 100 %. Formule INCI : Aqua, sodium laureth sulfate, sodium lauryl sulfate, lauramide mipa, cocamide mea, glycol stearate, coceth-8, cocamide dea, laureth-2, parfum, Rosmarinus officinalis, Thymus vulgaris, terebenthine essence, sodium methylparaben, sodium propylparaben, potassium sorbate, sodium dehydroacetate, alcohol, cinchona, Chamomilla recutita.
9.00 euros

<b>Crème amincissante au fucus tube 120ml</b>
<i>Lehning</i>
Au fucus. Anticellulitique et raffermissante. Non grasse. Indications : traitement local de la cellulite. Conseils d'utilisation : appliquer matin et soir sur les zones spécifiques. Composition : extrait de fucus 10 %, extrait de lierre 4 %, excipients qsp 100 %. formule INCI : Aqua, cetearyl alcohol, sodium cetearyl sulfate, decyl oleate, Fucus vesiculosus, alcohol, glycerin, fragrance, hedera helix, Ruscus aculeatus, taraxacum officinale, sodium methylparaben, sodium propylparaben, potassium sorbate, sodium dehydroacetate, chlorhexidine digluconate.
17.90 euros

# Ormenis

10/2004

## Eau d'Aegypte 250ml

### Lehning

Eau de toilette et de soin.&nbsp;Composée d'extrait de plantes, d'essences fruitées et d'essences ambrées. Tonifiante, apaisante et adoucissante. Formulée selon le principe de l'eau de Philae. Indications :&nbsp;hygiène corporelle, soins de la peau, feu du rasoir, démangeaisons, irritations, piqûres d'insectes. Femme et homme. Composition :&nbsp;extrait de Calendula officinalis, extrait de Bellis perennis, extrait de Melilotus, extrait de Liliium candidum, HE d'orange, HE de bergamote, HE de lavande, qsp 100 %.

13.00 euros

## Eau d'hamamelis flacon 200ml

### Lehning

Hamamelis virginiana Astringente et décongestionnante, active sur la circulation et les capillaires. Indications :&nbsp;jambes lourdes, jambes fatiguées. Composition :&nbsp;eau bi-distillée d'Hamamelis virginiana

8.90 euros

## Hivenate 50ml

### Lehning

Huile de massage hyperoxygénée relaxante et apaisante. Hypoallergénique. Indications :&nbsp;massage après effort. Douleurs traumatiques, douleurs rhumatismales. Composition :&nbsp;huile végétale peroxydée 97 %, HE de lavande 3 %

11.90 euros

## Huile de bellis 50ml

### Lehning

bellis perennis (pâquerette) Protectrice et apaisante. Hypoallergénique. Indications :&nbsp;rougeurs, irritations de la peau. Protection contre les agressions climatiques tels vent, pluie, neige, soleil. Composition :&nbsp;macération huileuse de Bellis perennis à 10 %.

5.20 euros

## Huile de millepertuis 50ml

### Lehning

Hypericum perforatum Huile solaire bronzante Hypoallergénique. Indications :&nbsp;bronzage. Composition :&nbsp;macération huileuse d'Hypericum perforatum à 10 %

5.20 euros

# OrmeniS

10/2004

Huile de thym 50ml

*Lehning*

Stimulante et vivifiante, active la circulation veineuse et capillaire. Hypoallergénique. Indications :&nbsp;massage, foulures, contractures musculaires. Soins cutanés. Affections des voies respiratoires. Composition :&nbsp;macération huileuse du Thymus vulgaris à 10 %

5.20 euros

Prolège tube 50ml

*Lehning*

Gel de massage défatigant, apaisant et rafraîchissant, favorise la circulation. Non gras, ne tache pas. Indications :&nbsp;jambes lourdes, jambes fatiguées. Pratique sportive, courbatures, douleurs musculaires, fatigue musculaire, contusions. Utilisation :&nbsp;masser légèrement les jambes de bas en haut. Précautions :&nbsp;ne pas appliquer sur les plaies. Composition :&nbsp;TM d'Arnica 0,78 g, TM hamamélis 1,68 g, TM d'Aesculus 0,78 g, propylène glycol, excipient hydroalcoolique, qsp 100 %.

6.90 euros

## Dermatologie -/- Hygiène

### Ortilène lotion 200ml

*Lehning*

Stimule et assainit le cuir chevelu, améliore la circulation capillaire. Hypoallergénique. Indications :&nbsp;hygiène du cuir chevelu, chute de cheveux, états pelliculaires. Conseils d'utilisation :&nbsp;Cheveux normaux ou gras : une friction par jour. Cheveux secs : 2 fois par semaine. Précautions :&nbsp;contient du soufre dilué, tenir à l'écart des enfants, éviter tout contact avec les yeux. Composition :&nbsp;extrait d'ortie 8 %, extrait de bouleau 2 %, extrait de bardane 2 %, extrait d'arnica 0,4 %, soufre 0,001 %

7.40 euros

### Ortilène shampooing 200ml

*Lehning*

Aux extraits d'orties Revitalise, purifie et stimule le cuir chevelu. Indications :&nbsp;états pelliculaires. Composition :&nbsp;extrait d'ortie 3 %

4.90 euros

Produits naturels

## Régime -/- Minceur

Cyamox 120 gélules
<i>Lero</i>
Cyamox est un produit coupe-faim en gélule qui diminue le métabolisme des lipides et des glucides. 2 gélules 90 minutes avant les principaux repas, accompagnées d'un grand verre d'eau et d'une demi-pomme ou un yaourt à 0%. Composition :&nbsp;poudre de konjac 350 mg, protéine de blé soit gliadine 155 mg, poudre de gomme xanthane 25 mg, poudre de gomme guar 25 mg, Cr sur levure 6 mcg, stéarate de Mg, gélule d'origine végétale hydroxypropylméthylcellulose et dioxyde de Titane Analyse moyenne pour 100 g :&nbsp;protéines 35,9 g, lipides 0,4 g, glucides 50,9 g.Valeur calorique pour 100 g :&nbsp;351,6 Kcal = 1467,6 Kj.
26.30 euros

Cyamox 60 gélules
<i>Lero</i>
Cyamox est un produit coupe-faim en gélule qui diminue le métabolisme des lipides et des glucides. 2 gélules 90 minutes avant les principaux repas, accompagnées d'un grand verre d'eau et d'une demi-pomme ou un yaourt à 0%. Composition :&nbsp;poudre de konjac 350 mg, protéine de blé soit gliadine 155 mg, poudre de gomme xanthane 25 mg, poudre de gomme guar 25 mg, Cr sur levure 6 mcg, stéarate de Mg, gélule d'origine végétale hydroxypropylméthylcellulose et dioxyde de Titane Analyse moyenne pour 100 g :&nbsp;protéines 35,9 g, lipides 0,4 g, glucides 50,9 g.Valeur calorique pour 100 g :&nbsp;351,6 Kcal = 1467,6 Kj.
16.20 euros

## Régime -/- Cholesterol

### Lin graine entière 200g

Ces minuscules graines sont excellentes pour la santé. On vante de plus en plus leurs vertus pour prévenir plusieurs maux. Mais il faut savoir comment les utiliser correctement. Sinon, une grande partie de leurs bienfaits restent inaccessibles à notre corps. La graine de lin est bonne pour la santé parce qu'elle est très riche en oméga-3, en fibres et en phytoestrogènes. Mais il ne faut pas en abuser. Au sujet des fibres, on sait qu'une alimentation riche en fibres a pour avantage de faire diminuer le taux de cholestérol, mais aussi d'augmenter un peu le transit intestinal et vraisemblablement d'avoir un effet préventif pour le cancer du côlon. Quant aux phytoestrogènes, ils sembleraient intéressants pour soulager certains symptômes de la ménopause (parlez-en à votre gynécologue)

Pour obtenir les bienfaits des oméga-3, il faut absolument broyer les graines de lin, car notre corps n'est pas en mesure de briser la coque dure et fibreuse qui les enveloppe. Le moulin à café est parfait pour cet usage. En prendre une cuillère à café par jour.

&nbsp;

4.80 euros

## Produits naturels -/- Nutriment

### Acerola 500 Phyto-actif 30 comprimés

La cerise Acerola riche en vitamine C naturelle est utilisée comme tonique et pour renforcer les défenses de l'organisme contre les petits maux de l'hiver et dans le tabagisme.

actuellement : PLUS 50% GRATUIT soit 45 comprimés au lieu de 30

Composition : Sucre, préparation de vitamine C, dextrose, poudre d'Acérola, agent d'enrobage : stéarate de calcium, arômes de framboise, poudre de baies d'églantier, bioflavonoïdes de fruits, poudre de sarrazin, extrait de cassis.

Les comprimés à sucer peuvent être sucés ou croqués dans la journée.

&nbsp;

9.00 euros

### Acerola BIO 500 Phyto-actif 24 comprimés

La cerise Acerola riche en vitamine C naturelle est utilisée comme tonique et pour renforcer les défenses de l'organisme contre les petits maux de l'hiver et dans le tabagisme.

Le premier Acerola BIO issu de l'Agriculture Biologique

Les comprimés à sucer peuvent être sucés ou croqués dans la journée.

&nbsp;

11.50 euros

### Acerola plus 500 32 comprimés

La cerise Acerola riche en vitamine C naturelle est récoltée sur les contreforts abrités de Porto-Rico. Pressé sur place, son jus réduit en poudre servira à préparer ces comprimés.

Les comprimés à sucer du Dr Grandel peuvent être sucés &nbsp; ou croqués dans la journée.

&nbsp;

12.05 euros

Algues LX 3x180 g pots verres

Marocco lab

Algues fraîches contenant peu de calories, mais riches en Iode et en Calcium totalement assimilables.

Goûtez aux véritables légumes de la mer riches en vitamines et en minéraux et retrouvez l'authenticité de la vie telle qu'elle est depuis les premiers temps, non falsifiée, non altérée.

Anti rhumatismal et préventif du vieillissement cellulaire

A&nbsp;déguster sur une tartine tous les matins

NB le prix est franco de port pour la France et sera expédié directement par le laboratoire fabricant.

&nbsp;

24.10 euros

Alpharegul 60 capsules

Une formule d'origine naturelle, sans OGM contre la chute de cheveux aussi bien pour femme&nbsp;que

pour&nbsp;homme. Une&nbsp;capsule matin et soir au cours du repas en&nbsp;cure de 3 mois. déconseillé chez l'enfant et la femme

enceinte. Composition :&nbsp;huile de pépin de cucurbita pepo, extrait de racine d'urtica dioïca, huile de graine de borrago officinalis, lécithine de soja non transgénique, épaississant cire d'abeille, oxyde de Zn soit Zn 7,5 mg, vitamine E naturelle 5 mg, chlorhydrate de pyridoxine 1 mg, enveloppe de la capsule gélatine de poisson, glycérol, colorant caramel Analyse moyenne pour 100 g :&nbsp;protéines 24,2 g, glucides 18,4 g, lipides 41,7 g

49.00 euros

Alpharegul 60 capsules cure de 3 boîtes

Une formule d'origine naturelle, sans OGM contre la chute de cheveux aussi bien pour femme&nbsp;que

pour&nbsp;homme. Une&nbsp;capsule matin et soir au cours du repas en&nbsp;cure de 3 mois. déconseillé chez l'enfant et la femme

enceinte. Composition :&nbsp;huile de pépin de cucurbita pepo, extrait de racine d'urtica dioïca, huile de graine de borrago officinalis, lécithine de soja non transgénique, épaississant cire d'abeille, oxyde de Zn soit Zn 7,5 mg, vitamine E naturelle 5 mg, chlorhydrate de pyridoxine 1 mg, enveloppe de la capsule gélatine de poisson, glycérol, colorant caramel Analyse moyenne pour 100 g :&nbsp;protéines 24,2 g, glucides 18,4 g, lipides 41,7 g

~~140.00 euros~~ 129.00 euros

## Céréaphyt anti-âge 60 comprimés

Complément nutritionnel formulé à partir d'actifs antioxydants, d'origine naturelle, pour une action synergique, au coeur des cellules, contre la surproduction de radicaux libres facteurs d'altération cellulaire et de vieillissement prématuré. Ce complexe de nutriments antioxydants protège votre organisme et votre peau des méfaits du temps et des agressions extérieures responsables de l'accélération des processus de vieillissement.

&nbsp;

UTILISATION: 3 comprimés par jour, à avaler avec un verre d'eau pendant les repas.

&nbsp;

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI: Réservé à l'adulte; A conserver hors de portée des enfants; Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitantes.

Un pot de 60 comprimés permet une utilisation de 20 jours.

A conserver dans un endroit sec et frais.

15.00 euros

## Forcadion capsule 60

Forcadion est un complément mis au point par Yves Ponroy. Conseillé dans les troubles de l'humeur liés au stress ou les « dépressifs passagers », il contient du magnésium et de la vitamine B 6, mais aussi de l'Humérol. Par son action sur la sérotonine, cette nouvelle molécule permettrait de réguler l'humeur, de favoriser la détente et l'équilibre nerveux et de renforcer la résistance au stress, sans effet secondaire ni accoutumance. Les tests cliniques montrent chez 76 % des patients une amélioration des troubles de l'humeur après 2 mois de cure, à raison de deux gélules le matin. Forcadion n'est pas indiqué dans les troubles dépressifs avérés et/ou prolongés.

13.50 euros

## Force G 20 ampoules 10ml

Trois plantes dans une ampoule pour la baisse de tonus, les fatigues psychique et physique de l'adulte. Analyse moyenne par ampoule : Valeur énergétique 6,29 kcal / 26,72 kJ Protides 0,03 g Glucides 1,52 g Lipides 0,01 g

Composition : Eau purifiée - Sirop de fructose - Guarana extrait sec ( 12 % de caféine ) - Ginseng Panax Meyer extrait pâteux ( 30 % de ginsénosides ) - Gingembre extrait sec ( 4 % de gingérol ). Une ampoule le matin, dans 1/2 verre d'eau ou de jus de fruit, pendant 20 jours. Puis en cure de 10 jours par mois.

&nbsp;

17.80 euros

## Ginseng - Gelée royale Superdiet amp /lot de 2

Ces ampoules concentrées accroissent les performances physiques et intellectuelles. Elles améliorent l'oxygénation cérébrale et permettent de lutter contre le vieillissement.

Produit garanti sans additif, sans colorant, sans conservateur. Ampoules de 15 ml. Composition : ginseng 1g, gelée royale fraîche 500 mg, camu camu, ananas, Mg, vitamine C naturelle 180 mg, qsp 1 ampoule.

Une ampoule par jour, le matin à renouveler plusieurs fois par an.

&nbsp;

~~49.90 euros~~ 39.80 euros

## Jus de Canneberge 12 x 33cl

*Marocco lab*

Vaccinium macrocarpon

Le Jus de Canneberge présente des caractéristiques uniques permettant de Lutter contre les infections urinaires et l'incontinence. Éliminer la plaque dentaire. Plus singulièrement, il va améliorer l'état bactérien de l'ensemble des organes digestifs et éliminatoires. Diminue de 40% le risque cardio-vasculaire. Augmente le bon cholestérol. Riche en vitamine C (cf. le Quotidien du médecin mars 2003)

Très bénéfique pour les groupes sanguins O, B et AB. Indispensable dans l'alimentation pour les A.

Ces caractéristiques ont été démontrées pour le jus, mais pas pour le nectar bien souvent rencontré.

Un demi flacon (un verre de 15cl) le matin et le soir après le repas. Il peut être utilisé à la place du jus de fruit journalier et en rince bouche après le brossage des dents.

NB le prix est franco de port pour la France et sera expédié directement par le laboratoire fabricant.

&nbsp;

30.60 euros

## Jus de Canneberge 12x1l bouteille

*Marocco lab*

Vaccinium macrocarpon

Le Jus de Canneberge présente des caractéristiques uniques permettant de Lutter contre les infections urinaires et l'incontinence. Éliminer la plaque dentaire. Plus singulièrement, il va améliorer l'état bactérien de l'ensemble des organes digestifs et éliminatoires. Diminue de 40% le risque cardio-vasculaire. Augmente le bon cholestérol. Riche en vitamine C (cf. le Quotidien du médecin mars 2003)

Très bénéfique pour les groupes sanguins O, B et AB. Indispensable dans l'alimentation pour les A.

Ces caractéristiques ont été démontrées pour le jus, mais pas pour le nectar bien souvent rencontré.

Un verre de 15cl le matin et le soir après le repas. Il peut être utilisé à la place du jus de fruit journalier et en rince bouche après le brossage des dents.

NB le prix est franco de port pour la France et sera expédié directement par le laboratoire fabricant.

&nbsp;

60.60 euros

**Levure au pollen 180g****Lehning**

Revitalisant de l'organisme. Utilisation : prendre 2 comprimés 3 à 4 fois par jour. Composition : levure séchée de *Saccharomyces cerevisiae* 90 g, pollen 2 g, extrait de blé, extrait d'orge, extrait d'avoine et extrait de luzerne 1,2 g, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B12, vitamine PP, acide folique, lactose qsp 100 g. Analyse moyenne pour 100 g : protéines 42 %, lipides 8,5 %, glucides 42 %. Valeur calorique pour 100 g : 408 Kcal.

6.00 euros

**Minceur 24 bte 28 comprimés**

Comprimés Jour et Nuit- 14 comprimés Jour (saumon) drainant et favorisant la combustion des graisses, - 14 comprimés Nuit (bleu) raffermissant et favorisant l'élimination des graisses. Indications : amincissement. Utilisation : 1 comprimé Jour le matin avant le petit déjeuner et 1 comprimé Nuit le soir avant le repas avec un verre d'eau. Précautions : ne pas donner aux femmes enceintes, en cas d'allaitement, ni aux enfants de moins de 8 ans, sans avis médical. Composition : - Comprimé Jour : extrait sec de queue de cerise 100 mg, extrait sec de reine des prés 100 mg, extrait sec de goyave 100 mg, extrait sec de *Citrus aurantium* 75 mg, extrait sec de maté 75 mg, extrait sec de radis noir 50 mg, antiagglomérant stéarate de magnésium 5 mg, opadry alimentaire orange 45U23535 15 mg, colorants E 171, E 172 et E 110, excipients qsp un comprimé. Comprimé Nuit : Oxylia (extrait de romarin, extrait d'olivier et extrait de *phaseolus*) 500 mg, extrait de soja riche en CLA 10 mg, antiagglomérant stéarate de magnésium 5 mg, Opadry alimentaire bleu 45U20755 15 mg, colorants E 171, E 172, E 132, E 133 et E 104, excipients qsp un comprimé. Analyse moyenne pour 100 g : - Comprimé Jour : protéines 9,3 g, lipides 2,5 g, glucides 77,4 g, soit protéines 46,9 mg, lipides 12,6 mg, glucides 390 mg par comprimé. - Comprimé Nuit : protéines 2,4 g, lipides 2,7 g, glucides 86,10 g, soit protéines 12,4 mg, lipides 13,9 mg, glucides 440 mg par comprimé. Valeur calorique pour 100 g : - Comprimé Jour : 406 Kcal = 1723 Kj, soit 2,05 Kcal = 8,7 Kj par comprimé. - Comprimé Nuit : 416 Kcal = 1764 Kj, soit 2,1 Kcal = 9,1 Kj par comprimé.

24.50 euros

**OM3 capsules bte 60**

Riche en acides gras Oméga 3. Sans colorant, sans allergène. Indications : équilibre émotionnel. Conseils d'utilisation : 3 capsules par jour de préférence au début des repas. Contre-indications : allergie au poisson. Composition : huile de poisson concentrée titrée à 90 % d'oméga 3 dont acides gras saturés 3,5 mg, acides gras monoinsaturés 3,5 mg et acides gras polyinsaturés 493 mg (soit oméga 3 450 mg, EPA minimum 350 mg et DHA maximum 50 mg), extrait naturel de vitamine E 1,5 mg, gélatine de poisson et glycérine, excipients qsp une capsule. Analyse moyenne pour 100 g : protéines 20,6 %, lipides 70,1 %, glucides 3,5 %. Valeur calorique pour 100 g : 727,6 Kcal = 3041 Kj soit 5,2 Kcal = 21,7 Kj par capsule.

32.50 euros

## Produits naturels -/- Argiles

### Argile verte 400mg 200 gélu

L'argile est la mère de la vie. Sans argile la vie n'aurait pas pu se développer sur terre et les oligo-éléments indispensables à nos cellules en sont les témoins.

En gélule, notre argile va avoir une multitude d'actions :

- Apport d'innombrables oligo éléments
- Détoxification douce des intestins
- Protection des parois intestinales irritées
- Effet ventre plat en éliminant les gaz digestifs.

Pour une bonne hygiène du tube digestif et un ventre plat, 2gélules aux trois repas.

10.84 euros

## Produits naturels -/- Apiculture

### Gelée Royale Superdiet 12 Amp lot de 3

La gelée royale esrt riche en micronutriments et&nbsp;améliore la résistance de l'organisme et sa remise en forme. Sans alcool, sans colorant, sans conservateur

Pour retrouver&nbsp;tonus et&nbsp;vitalité, une ampoule le matin à jeun dans un demi verre d'eau ou de jus de

fruit. Attention&nbsp;Eviter en cas d'allergie aux produits de la ruche. Composition :&nbsp;Jus d'orange, miel d'acacia, gelée royale 1250 mg, jus d'argousier, eau purifiée qsp une ampoule Analyse moyenne pour 100 ml :&nbsp;protides 1,8 g, lipides 0,12 g, glucides 20,2 g 89 Kcal = 378 Kj.

&nbsp;

~~29.90 euros~~ 25.90 euros

### Pollen Gelée royale 200mg 200 gélu

Avec 80% de pollen et 20% de gelée royale c'est tout le plus noble de la matière vivante des deux règnes qui se trouve rassemblé dans une seule gélule.

C'est de l'énergie et de la vitalité pour tous les convalescents, surmenés, étudiants, sportifs et travailleurs physiques qui recherchent une aide naturelle.

Une à deux gélules avec un grand verre d'eau avant les trois repas en cure de 20 jours.

19.50 euros



**OM3 capsules bte 60**

Riche en acides gras Oméga 3. Sans colorant, sans allergène. Indications : équilibre émotionnel. Conseils d'utilisation : 3 capsules par jour de préférence au début des repas. Contre-indications : allergie au poisson. Composition : huile de poisson concentrée titrée à 90 % d'oméga 3 dont acides gras saturés 3,5 mg, acides gras monoinsaturés 3,5 mg et acides gras polyinsaturés 493 mg (soit oméga 3 450 mg, EPA minimum 350 mg et DHA maximum 50 mg), extrait naturel de vitamine E 1,5 mg, gélatine de poisson et glycérine, excipients qsp une capsule. Analyse moyenne pour 100 g : protéines 20,6 %, lipides 70,1 %, glucides 3,5 %. Valeur calorique pour 100 g : 727,6 Kcal = 3041 Kj soit 5,2 Kcal = 21,7 Kj par capsule.

32.50 euros

**Omégabiane capélan-bourrache caps 100**

En plus des Oméga 3, l'huile de capelan contient beaucoup d'acide oléique (oméga 9), facteur d'équilibre pour les vaisseaux. L'huile de bourrache, quant à elle, présente une grande quantité d'oméga 6 en particulier des acides gamma-linoléniques (GLA) pour le bon équilibre de la peau et du cerveau.

Riche en acides gras essentiels : oméga 3, oméga 6 et oméga 9. Favorise l'équilibre des vaisseaux.

Indications : équilibre de la peau et du cerveau. Conseils d'utilisation : 1 à 3 capsules par jour. Précautions : conservation au réfrigérateur. Composition : huile de capelan (poisson d'Islande), huile de bourrache, vitamine E, antioxygène, gallates de propyle, capsule gélatine de poisson, glycérol, excipients qsp une capsule.

23.00 euros

**Omégabiane poissons mers froides caps 100**

Cette huile provient de la chair de poissons des mers froides (sardine, maquereau...). Elle est particulièrement riche en deux acides gras insaturés oméga 3 appelés EPA et DHA. Des études ont révélé que les esquimaux qui consomment beaucoup de poissons des mers froides, sont peu sujets aux problèmes cardiovasculaires. Conseils d'utilisation 1 à 3 capsules par jour.

Conservation De préférence au réfrigérateur

Valeur énergétique par capsule 5,24 kcal, soit 21,64 kJ.

Ingrédients Huile de poissons, capsule (gélatine de poisson), vitamine E, antioxygène : gallate de propyle.

100 capsules de 700 mg en blister

23.00 euros

# OrmeniS

10/2004

## PMH oligocéan 30 ampoules 10ml

Eau de mer hypertonique.

Un concentré d'oligoéléments d'origine naturelle pour équilibrer et reminéraliser. Sans additif. Contre le stress et le surmenage. Mais aussi pour aider à la convalescence, la croissance et la compétition sportive. Une ampoule pure ou diluée dans un peu d'eau, en dehors des repas, 2 à 3 fois par jour pendant 3 semaines par mois. Attention : Ne pas utiliser en cas de régime désodé strict, déficience rénale, déficience cardiaque et allergie à l'iode. Composition par litre : Na 12,800 mg, Mg 1,290 mg, K 493 mg, Ca 442 mg, S 87 mg, Br 66,3 mg, B 3,85 mg, F 1,44 mg, P 0,707 mg, Li 0,580 mg, Zn 0,083 mg, I 0,065 mg, Co 0,007 mg, Cu 0,007 mg, Ag 0,008 mg, Fe 0,010 mg, Au 0,035 mg, Mn 0,059 mg

15.00 euros

## PMH oligocéan 30 ampoules 10ml lot de 2

Eau de mer hypertonique.

Un concentré d'oligoéléments d'origine naturelle pour équilibrer et reminéraliser. Sans additif. Contre le stress et le surmenage. Mais aussi pour aider à la convalescence, la croissance et la compétition sportive. Une ampoule pure ou diluée dans un peu d'eau, en dehors des repas, 2 à 3 fois par jour pendant 3 semaines par mois. Attention : Ne pas utiliser en cas de régime désodé strict, déficience rénale, déficience cardiaque et allergie à l'iode. Composition par litre : Na 12,800 mg, Mg 1,290 mg, K 493 mg, Ca 442 mg, S 87 mg, Br 66,3 mg, B 3,85 mg, F 1,44 mg, P 0,707 mg, Li 0,580 mg, Zn 0,083 mg, I 0,065 mg, Co 0,007 mg, Cu 0,007 mg, Ag 0,008 mg, Fe 0,010 mg, Au 0,035 mg, Mn 0,059 mg

~~29.90 euros~~ 25.75 euros

## Produits naturels -/- Huiles vierges

Huile de Colza vierge première pression à froid 3x50cl
<i>Marocco lab</i>
Brassica napus oleifera L'huile vierge de colza garanti de première pression à froid est riche en acide linoléique (un acide gras oméga-3), en acide gras oméga 6 et en vitamine E naturelle. Une seule cuillerée à soupe d'huile de colza permet de couvrir près de 30% des besoins journaliers en vitamine E. Elle est savoureuse et sa composition en fait une huile très appréciée du point de vue nutritionnel. Idéale pour les assaisonnements froids, elle peut aussi être utilisée à chaud et supporte une température de 180°C. NB le prix est franco de port pour la France et sera expédié directement par le laboratoire fabricant.
35.00 euros

Omégabiane capélan-bourrache caps 100
En plus des Oméga 3, l'huile de capelan contient beaucoup d'acide oléique (oméga 9), facteur d'équilibre pour les vaisseaux. L'huile de bourrache, quant à elle, présente une grande quantité d'oméga 6 en particulier des acides gamma-linoléniques (GLA) pour le bon équilibre de la peau et du cerveau. Riche en acides gras essentiels : oméga 3, oméga 6 et oméga 9. Favorise l'équilibre des vaisseaux. Indications : équilibre de la peau et du cerveau. Conseils d'utilisation : 1 à 3 capsules par jour. Précautions : conservation au réfrigérateur. Composition : huile de capelan (poisson d'Islande), huile de bourrache, vitamine E, antioxygène, gallates de propyle, capsule gélatine de poisson, glycérol, excipients qsp une capsule.
23.00 euros

<b>Nom des produits</b>	<b>Rubrique</b>	<b>Page</b>
Acerola 500 Phyto-actif 30 comprimés	Nutriments	100
Acerola pdre 280mg 100 gelu	Gélule Pdre totale	52
Acerola BIO 500 Phyto-actif 24 comprimés	Nutriments	100
Acerola plus 500 32 comprimés	Nutriments	100
Ail pdre 300mg 200gél	Gélule Pdre totale	52
Airelle Myrtille feuilles 70g	Plantes Vrac	3
Airelle Myrtille BIO feuilles 50g	Plantes BIO	34
Algues LX 3x180 g pots verres	Produits marins	107
Algues LX 3x180 g pots verres	Nutriments	101
Aloès pdre 270mg 100gél	Gélule Pdre totale	52
Alpharegul 60 capsules	Nutriments	101
Alpharegul 60 capsules cure de 3 boîtes	Nutriments	101
Ananas tige pdre 235mg 200 gél	Gélule Pdre totale	53
Angélique fruits 50g	Plantes Vrac	3
Angélique BIO rac 80g	Plantes BIO	34
Angélique rac 100g	Plantes Vrac	3
Angélique BIO fruits 30g	Plantes BIO	34
Anis vert pdre 250mg 100 gél	Gélule Pdre totale	53
Anis vert BIO fruits 80g	Plantes BIO	35
Anis vert fruit 20 infusettes 2g	Infusettes	26
Anis vert semences 100g	Plantes Vrac	3
Aqualcium 60 comprimés	Produits marins	107
Aquamag 24 amp 5ml	Produits marins	107
Argile verte 400mg 200 gél	Argiles	105
Artichaut BIO feuilles 80g	Plantes BIO	35
Artichaut pdre 240mg 200 gél	Gélule Pdre totale	53
Artichaut feuilles 80g	Plantes Vrac	4
Aspérule feuilles 50g	Plantes Vrac	4
Aspérule BIO feuilles 30g	Plantes BIO	36
Aubergine pdre 200mg 200 gél	Gélule Pdre totale	54
Aubépine somm fl 270mg 200 gél	Gélule Pdre totale	54
Aubépine somm fl 20 infusettes 1.7g	Infusettes	26
Aubépine BIO somm fl 40g	Plantes BIO	36
Aubépine somm fl 100g	Plantes Vrac	5
Baccharis pdre 200mg 200 gél	Gélule Pdre totale	54
Baccharis pdre 200mg 100 gél	Gélule Pdre totale	54

---

Bain aromatique enfant 200ml	Soin Corps 93
Bain aromatique adulte 200ml	Soin Corps 93
Bain aux huiles essentielles de fleurs des champs	Soins aromatiques 86
Bambou Tabashir pdre 100g	Poudre 75
Bambou Tabashir pdre 235mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 55
Bardane racine pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 55
Basilic HE 15ml	Essence pure 78
Basilic feuilles 100g	Plantes Vrac 5
Basilic BIO feuilles 40g	Plantes BIO 37
Bergamote HE 15ml	Essence pure 78
Bleuet BIO fleurs 25g	Plantes BIO 37
Bleuet fleurs 25g	Plantes Vrac 5
Bois de rose HE 5ml	Essence pure 78
Boldo BIO feuilles 30g	Plantes BIO 37
Boldo feuilles 50g	Plantes Vrac 6
Boldo pdre 200mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 55
Bouleau fe pdre 235mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 55
Bouleau BIO feuilles 20g	Plantes BIO 38
Bouleau BIO écorce 80g	Plantes BIO 38
Bouleau blanc feuilles 40g	Plantes Vrac 6
Bouleau écorce pdre 270mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 55
Bourrache BIO sommité fl 35g	Plantes BIO 38
Bourrache + vit E 500mg 100 capsules	Capsules molles 72
Bruyère fleurs 20 infusettes 1.7g	Infusettes 26
Bruyère BIO fleurs 30g	Plantes BIO 38
Bruyère pdre 200mg 100gélulé	Gélule Pdre totale 56
Bruyère fleurs 75g	Plantes Vrac 6
Buis BIO feuille 40g	Plantes BIO 39
Buis feuille 80g	Plantes Vrac 6
Camomille romaine BIO fleurs 30g	Plantes BIO 39
Camomille Matricaire 20 infusettes 1.1g	Infusettes 27
Camomille fleurs 75g	Plantes Vrac 7
Camomille noble HE 5ml	Essence pure 78
Cannelle de Ceylan poudre 50g	Poudre 75
Cannelle de Ceylan HE 5ml	Essence pure 79
Cannelle de Chine HE 15ml	Essence pure 79
Cannelle de Ceylan éc. 50g	Plantes Vrac 7
Caroube poudre 100g	Poudre 75
Carvi HE 15ml	Essence pure 79

---

---

Cassis BIO feuilles 20g	Plantes BIO 39
Cassis feuilles 20g	Plantes Vrac 7
Cassis feuilles 20 infusettes 1.7g	Infusettes 27
Cassis fe pdre 270mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 56
Centella hydrocotyle pdre 220mg 100gélul	Gélule Pdre totale 56
Cerisier péd pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 56
Cerisier pédoncule rouge 50g	Plantes Vrac 8
Cerisier BIO pédoncule rouge 30g	Plantes BIO 40
Cerisier pédoncule 20 infusettes 2g	Infusettes 27
Charbon végétal 200mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 56
Chardon marie pdre 200mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 57
Chiendent BIO rhizome 60g	Plantes BIO 40
Chiendent pdre 220mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 57
Chiendent rhizome 150g	Plantes Vrac 8
Chrysantellum am pdre 250mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 57
Citron zeste HE 15ml	Essence pure 79
Citronnelle BIO plante 80g	Plantes BIO 40
Citronnelle de Ceylan HE 60ml	Essence pure 79
Citronnelle 20 infusettes 1.7g	Infusettes 27
Citronnelle plante 100g	Plantes Vrac 8
Coquelicot pétale 60g	Plantes Vrac 8
Coriandre fruit 100g	Plantes Vrac 9
Coriandre BIO fruit 80g	Plantes BIO 40
Criste marine 220mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 57
Crème amincissante au fucus tube 120ml	Soin Corps 93
Crème bellis tube 50g	Soin Visage 91
Crème calendula tube 50g	Soin Visage 91
Crème hamamelis tube 50g	Soin Visage 91
Crème polyvalente tube 120g	Soin Visage 91
Cumin BIO fruit 80g	Plantes BIO 41
Cumin fruit 100g	Plantes Vrac 9
Cyamox 120 gélules	Minceur 98
Cyamox 60 gélules	Minceur 98
Cynorrhodon Hibiscus 20 infusettes 2g	Infusettes 28
Cyprès HE 15ml	Essence pure 80
Cyprès pdre 220mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 58
Céréa'phyt anti-âge 60 comprimés	Nutriments 102
Desmodium pdre 200mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 58
Dolomite poudre 100g	Poudre 75

---

---

Eau d'Aegypte 250ml	Soin Corps 94
Eau d'hamamelis flacon 200ml	Soin Corps 94
Echinacée rac pdre 250mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 58
Eglantier cynorrhodon fruit 120g	Plantes Vrac 9
Eglantier cynorrhodon BIO fruit 100g	Plantes BIO 41
Eleuthérocoque rac pdre 215mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 59
Escholtzia pdre 200mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 59
Eucalyptus globulus HE 30ml	Essence pure 80
Eucalyptus BIO feuilles 80g	Plantes BIO 41
Eucalyptus feuilles 100g	Plantes Vrac 9
Fenouil fruit 80g	Plantes Vrac 10
Fenouil fruit 20 infusettes 2g	Infusettes 28
Fenouil BIO fruit 80g	Plantes BIO 42
Fenouil fruit pdre 235mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 59
Fenugrec pdre 330mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 60
Fenugrec graine 100g	Plantes Vrac 10
Fenugrec BIO graine 80g	Plantes BIO 42
Forcadion capsule 60	Nutriments 102
Force G 20 ampoules 10ml	Nutriments 102
Frêne BIO feuilles 25g	Plantes BIO 42
Frêne feuilles 20 infusettes 1.7g	Infusettes 28
Frêne feuilles 50g	Plantes Vrac 10
Fucus ves thalle 100g	Plantes Vrac 11
Fucus ves pdre 330g 200 gélu	Gélule Pdre totale 60
Fumeterre pdre 230mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 60
Fumeterre plante 100g	Plantes Vrac 11
Fumeterre BIO plante 80g	Plantes BIO 43
Galet de bain effervescent au genévrier	Soins aromatiques 86
Galet de bain effervescent au romarin	Soins aromatiques 86
Galet de bain effervescent au pin	Soins aromatiques 86
Galet de bain effervescent à la mélisse	Soins aromatiques 86
Garcinia cambogia pdre 200mg 100 gélu	Gélule Pdre totale 61
Gelée Royale Superdiet 12 Amp lot de 3	Apiculture 106
Genièvre baies HE 15ml	Essence pure 80
Gentiane racine 100g	Plantes Vrac 12
Genévrier BIO baie 80g	Plantes BIO 43
Genévrier baie 100g	Plantes Vrac 12
Gingembre rhizome HE 15ml	Essence pure 80
Gingko BIO feuille 80g	Plantes BIO 43

---

---

Gingko feuille 100g	Plantes Vrac 12
Gingko pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 61
Ginseng - Gelée royale Superdiet amp /lot de 2	Nutriments 103
Ginseng blanc pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 61
Girofle clou HE 15ml	Essence pure 81
Glucomannane Konjac poudre 100g	Poudre 76
Griffe du chat pdre 160mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 62
Guarana pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 62
Gui BIO feuille 80g	Plantes BIO 44
Gui feuille 100g	Plantes Vrac 13
Géranium bourbon HE 15ml	Essence pure 80
Hamamelis feuilles 80g	Plantes Vrac 13
Hamamelis BIO feuilles 60g	Plantes BIO 44
Hamamélis pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 62
Harpagophytum BIO racine 80g	Plantes BIO 44
Harpagophytum racine pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 62
Harpagophytum racine 100g	Plantes Vrac 13
Hibiscus karkadé BIO fleur 30g	Plantes BIO 45
Hibiscus karkadé fleur 50g	Plantes Vrac 14
Hivenate 50ml	Soin Corps 94
Houblon cône 30g	Plantes Vrac 14
Huile de bain à l'huile essentielle de lavande	Soins aromatiques 88
Huile de bain à l'huile essentielle d'eucalyptus	Soins aromatiques 87
Huile de bain à l'HE de tilleul et de fleur d'oranger	Soins aromatiques 87
Huile de bain à l'huile essentielle de romarin	Soins aromatiques 88
Huile de Germe de blé 280mg 100 capsules	Capsules molles 72
Huile de bain à l'huile essentielle d'épicéa	Soins aromatiques 87
Huile de bain à l'huile essentielle de genévrier	Soins aromatiques 88
Huile de millepertuis 50ml	Soin Corps 94
Huile de thym 50ml	Soin Corps 95
Huile de bellis 50ml	Soin Corps 94
Huile de Colza vierge première pression à froid 3x50cl	Huiles vierges 110
Huile de bain aux fleurs d'amandier	Soins aromatiques 89
Huile de bain au houblon et à la valériane	Soins aromatiques 89
Hysope BIO sommité fleurie 35g	Plantes BIO 45
Hysope sommité fleurie 70g	Plantes Vrac 14
Igname pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 63
Jus d'argousier BIO 200ml	Liquides 73
Jus de bouleau 200ml	Liquides 73

---

Jus de bouleau 200ml par 3	Liquides 73
Jus de Canneberge 12 x 33cl	Nutriments 103
Jus de Canneberge 12x1l bouteille	Nutriments 103
Jus de Canneberge 12 x 33cl	Liquides 74
Jus de Canneberge 12x1l bouteille	Liquides 74
Kola noix pdre 280mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 63
Lait démaquillant 200ml	Soin Visage 92
Lapacho pdre 270mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 64
Laurier noble HE 15ml	Essence pure 81
Lavande fleur 75g	Plantes Vrac 15
Lavande fleur HE 15ml	Essence pure 81
Lavande BIO fleur 35g	Plantes BIO 45
Lavande fleur 20 infusettes 1.5g	Infusettes 29
Lavandin HE 15ml	Essence pure 81
Levure au pollen 180g	Nutriments 104
Levure de bière vivante 400mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 64
Lin graine BIO 100g	Plantes BIO 46
Lin graine entière 200g	Plantes Vrac 15
Lin graine entière 200g	Cholesterol 99
Lithothamne pdre 330mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 64
Lotion tonique 200ml	Soin Visage 92
Maca extr sec 400mg 100 gélu	Gélule Extrait sec 71
Mandarine zeste HE 15ml	Essence pure 81
Marjolaine sommité fleurie 60g	Plantes Vrac 16
Marjolaine BIO sommité fleurie 30g	Plantes BIO 46
Marjolaine sommité fleurie HE 15ml	Essence pure 82
Marron d'Inde pdre 240mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 65
Marrube blanc pdre 160mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 65
Matricaire fleur HE 5ml	Essence pure 82
Matricaire fleur 75g	Plantes Vrac 16
Maté feuille 150g	Plantes Vrac 16
Mauve BIO fleur 20g	Plantes BIO 46
Mauve du Nord fleur 40g	Plantes Vrac 17
Maïs barbe 30g	Plantes Vrac 15
Maïs barbe pdre 215mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 64
Menthe poivrée feuille 20g	Plantes Vrac 18
Menthe poivrée feuille 20 infusettes 1.7g	Infusettes 29
Menthe poivrée BIO feuille 20g	Plantes BIO 47
Menthe poivrée HE 15ml	Essence pure 82

---

Minceur 24 bte 28 comprimés	Nutriments 104
Myrte feuille HE 15ml	Essence pure 82
Myrtille baie pdre 235mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 65
Myrtille feuil pdre 220mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 66
mélange diététique 100g	Plantes Vrac 17
Mélisse feuille 30g	Plantes Vrac 17
Mélisse BIO feuille 30g	Plantes BIO 47
Niaouli HE 15ml	Essence pure 83
Néroli bigarade fleur HE 5ml	Essence pure 83
Olivier pdre 210mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 66
Olivier feuille 20 infusettes 2g	Infusettes 29
Olivier feuille 60g	Plantes Vrac 18
Olivier BIO feuille 30g	Plantes BIO 47
OM3 capsules bte 60	Produits marins 108
OM3 capsules bte 60	Nutriments 104
Omégabiane capélan-bourrache caps 100	Huiles vierges 110
Omégabiane poissons mers froides caps 100	Produits marins 108
Omégabiane capélan-bourrache caps 100	Produits marins 108
Orange amère écorce de fruit 100g	Plantes Vrac 18
Oranger bigarade BIO feuille 20g	Plantes BIO 48
Oranger bigarade bouton fleur 40g	Plantes Vrac 18
Oranger feuille 20 infusettes 1.7g	Infusettes 30
Oranger petit grain HE 15ml	Essence pure 83
Oranger bigarade feuille 20g	Plantes Vrac 19
Oranger pétale 20 infusettes 1.7g	Infusettes 30
Origan HE 15ml	Essence pure 83
Origan sommité fleurie 100g	Plantes Vrac 19
Orthosiphon pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 66
Ortie piquante feuille 20 infusettes 1.7g	Infusettes 30
Ortie piquante feuille 50g	Plantes Vrac 19
Ortie piquante pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 66
Ortilène shampoing 200ml	Hygiène 96
Ortilène lotion 200ml	Hygiène 96
Palmarosa HE 15ml	Essence pure 83
Papaye pdre 330mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 67
Partenelle pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 67
Passiflore 20 infusettes 1.7g	Infusettes 31
Passiflore pdre 230mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 67
Pensée sauvage BIO plante 25g	Plantes BIO 48

---

---

Pensée sauvage plante 50g	Plantes Vrac 19
Pensée sauvage pdre 250mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 67
Piloselle pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 68
Pin bourgeon 150g	Plantes Vrac 20
Pin sylvestre HE 15ml	Essence pure 84
pissenlit racine 270mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 68
pissenlit racine 150g	Plantes Vrac 20
pissenlit BIO racine 100g	Plantes BIO 48
Plantain feuille pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 68
PMH oligocéan 30 ampoules 10ml	Produits marins 109
PMH oligocéan 30 ampoules 10ml lot de 2	Produits marins 109
Pollen Gelée royale 200mg 200 gélu	Apiculture 106
Pollen Gelée royale 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 68
Prolège tube 50ml	Soin Corps 95
Prêle BIO plante 25g	Plantes BIO 49
Prêle pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 69
Prêle plante 20 infusettes 1.7g	Infusettes 31
Prêle plante 50g	Plantes Vrac 20
Psyllium noir graine 150g	Plantes Vrac 21
Quinquina rouge écorce 75g	Plantes Vrac 21
Ravensare HE 15ml	Essence pure 84
Reine des prés sommité fleurie 80g	Plantes Vrac 22
Reine des prés pdre 215mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 69
Reine des prés BIO sommité fleurie 40g	Plantes BIO 49
Reine des prés sommité fleurie 20 infusettes 1.7g	Infusettes 31
Romarin feuille 150g	Plantes Vrac 22
Romarin pdre 220mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 69
Romarin feuille 20 infusettes 2g	Infusettes 32
Romarin à cinéole HE 15ml	Essence pure 84
Romarin BIO feuille 70g	Plantes BIO 50
Réglisse racine coupée 150g	Plantes Vrac 21
Réglisse BIO racine coupée 100g	Plantes BIO 49
Santal blanc HE 5ml	Essence pure 84
Sarriette feuille 120g	Plantes Vrac 22
Sarriette HE 15ml	Essence pure 84
Sarriette BIO feuille 50g	Plantes BIO 50
Sassafras HE 15ml	Essence pure 85
Sauge BIO feuille 40g	Plantes BIO 50
Sauge de Grèce feuille 80g	Plantes Vrac 23

---

---

Sauge pdre 220mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 70
Sureau fleur 20 infusettes 1.7g	Infusettes 32
Thym de Provence feuille 70g	Plantes Vrac 23
Thym de Provence pdre 200mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 70
Thym de Provence 20 infusettes 1.5g	Infusettes 32
Thym à thymol HE 15ml	Essence pure 85
Tilleul BIO aubier La Gravelline 400g	Plantes BIO 51
Tilleul aubier baguette coupée 150g	Plantes Vrac 23
Tilleul de Carpentras bractée 20g	Plantes Vrac 24
Tilleul Menthe 20 infusettes 1.7g	Infusettes 32
Tisane parfumée Symphonie 100g	Plantes Vrac 25
Tisane parfumée Doux rêves 100g	Plantes Vrac 24
Tisane parfumée Cerise sauvage 100g	Plantes Vrac 24
Tisane parfumée Mille & Une nuits 100g	Plantes Vrac 24
Tisane parfumée Etoile du Printemps 100g	Plantes Vrac 24
Tisane parfumée Pomme Cannelle 100g	Plantes Vrac 25
Verveine odorante 20 infusettes 1.5g	Infusettes 33
Verveine odorante feuille 20g	Plantes Vrac 25
vigne rouge feuille 50g	Plantes Vrac 25
Vigne rouge feuille 20 infusettes 1.7g	Infusettes 33
vigne rouge pdre 270mg 200 gélu	Gélule Pdre totale 70
Ylang ylang fleur HE 5ml	Essence pure 85