

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



CALENDULE
Calendula officinalis L.

Herb Art
PLANTE MÉDICINALE



CALENDULE
Calendula officinalis L.

Ce document rassemble des informations transmises selon la tradition des herboristes d'hier et d'aujourd'hui.

Les informations contenues dans ce document n'excluent en aucun cas le recours préalable à un diagnostic établi par un professionnel de la santé et ne peuvent remplacer celui-ci.

Malgré tout le soin apporté à la recherche et à la rédaction concernant ce document, une erreur aura pu s'y glisser. L'éditeur et toutes les personnes ayant travaillé au présent document ne pourront être tenus responsables des conséquences ou résultats, quels qu'ils soient, ou d'une interprétation erronée.

Tous les textes, photographies, dessins et illustrations du présent ouvrage sont protégés par la Loi sur le droit d'auteur.

Toutes représentations, reproductions, archivages, transmissions intégrales ou partielles, par quelque procédé que ce soit, sont strictement interdits.

Direction éditoriale et pédagogique : Natacha Imbeault

Recherche et rédaction : Johanne Fontaine

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Lily Monier, Hélène Zaccardelli

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Calendule

© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.

Lantier

(Québec) Canada

(819) 326-4516

herbo@herbotheque.com

www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-205-6

Pour protéger l'environnement, ce livre est imprimé sur du papier « Rolland Hitech 50 » de Cascades qui a les spécifications suivantes :

- Contient 50 % de fibres postconsommation et 50 % de fibres vierges certifiées FSC

- Certifié ÉcoLogo et FSC Sources Mixtes

- Fabriqué à partir d'énergie biogaz



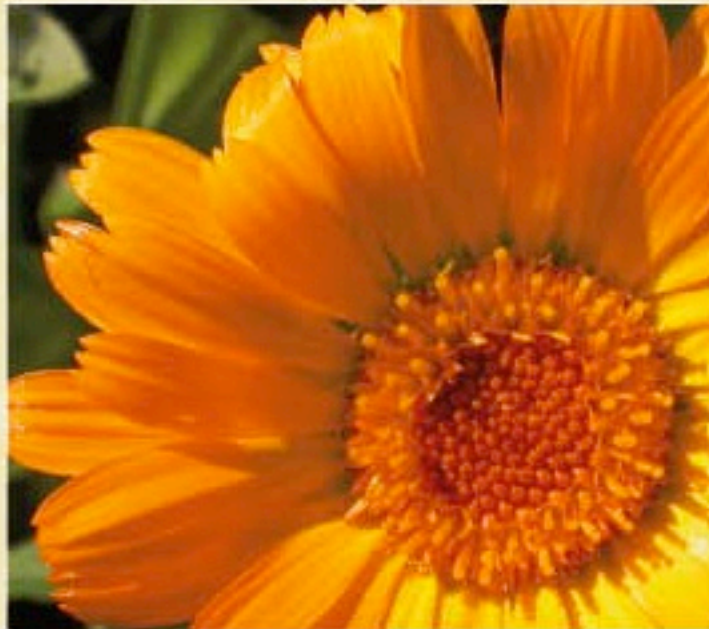
Sources Mixtes
Cert no. SW-COC-001501
© 1996 FSC



TABLE DES MATIÈRES

A. INTRODUCTION.....	5
B. IDENTIFICATION BOTANIQUE	6
FAMILLE.....	6
NOMS	6
ÉTYMOLOGIE.....	6
ORIGINE DE LA PLANTE	6
C. HISTORIQUE, FOLKLORE ET LÉGENDES	7
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	8
TYPE	8
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	8
RACINE	8
TIGE	8
FEUILLE.....	8
FLEUR	8
FRUIT	8
GRAINE.....	9
ODEUR	9
GOÛT	9
E. PLANTES SEMBLABLES	10
F. PARTIES UTILISÉES.....	11
G. COMPOSITION	12
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	13
BESOINS	13
SEMIS.....	13
TRANSPLANTATION.....	13
PROPAGATION	13
COMPAGNONNAGE.....	13
I. RÉCOLTE.....	15
LES FLEURS.....	15
LES GRAINES.....	15
J. TRANSFORMATION.....	16
TISANE.....	16
CONCENTRÉ LIQUIDE.....	16
SÉCHAGE.....	16
MACÉRATION DANS L'HUILE	17

K. UTILISATIONS CULINAIRES	18
RECETTES	18
Salade de riz et pignons	18
Pain à la calendule	18
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	20
Nettoyant pour peau décolorée.....	20
Lotion tonique pour peau sèche et sensible.....	20
M. AUTRES UTILISATIONS.....	21
ORNEMENTALE.....	21
DOMESTIQUE.....	21
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	22
PROPRIÉTÉS.....	22
Propriétés prédominantes	22
PRÉCAUTIONS.....	22
POSOLOGIE	22
MÉTABOLISME.....	23
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	23
Onguent de calendule.....	24
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	24
SYSTÈME NERVEUX	24
ORGANES DES SENS	24
SYSTÈME GLANDULAIRE	24
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	24
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	25
SYSTÈME DIGESTIF	25
SYSTÈME URINAIRE	25
SYSTÈME REPRODUCTEUR	25
PÉRINATALITÉ.....	25
O. ÉLIXIR DE FLEUR	27
P. ASPECTS SUBTILS.....	28
MÉDECINE AYURVÉDIQUE	28
Q. RECHERCHES.....	29
R. INTERACTIONS	30
S. ANNEXE	31
TABLES DE CONVERSION	31
T. BIBLIOGRAPHIE	33
SITES INTERNET	34



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle