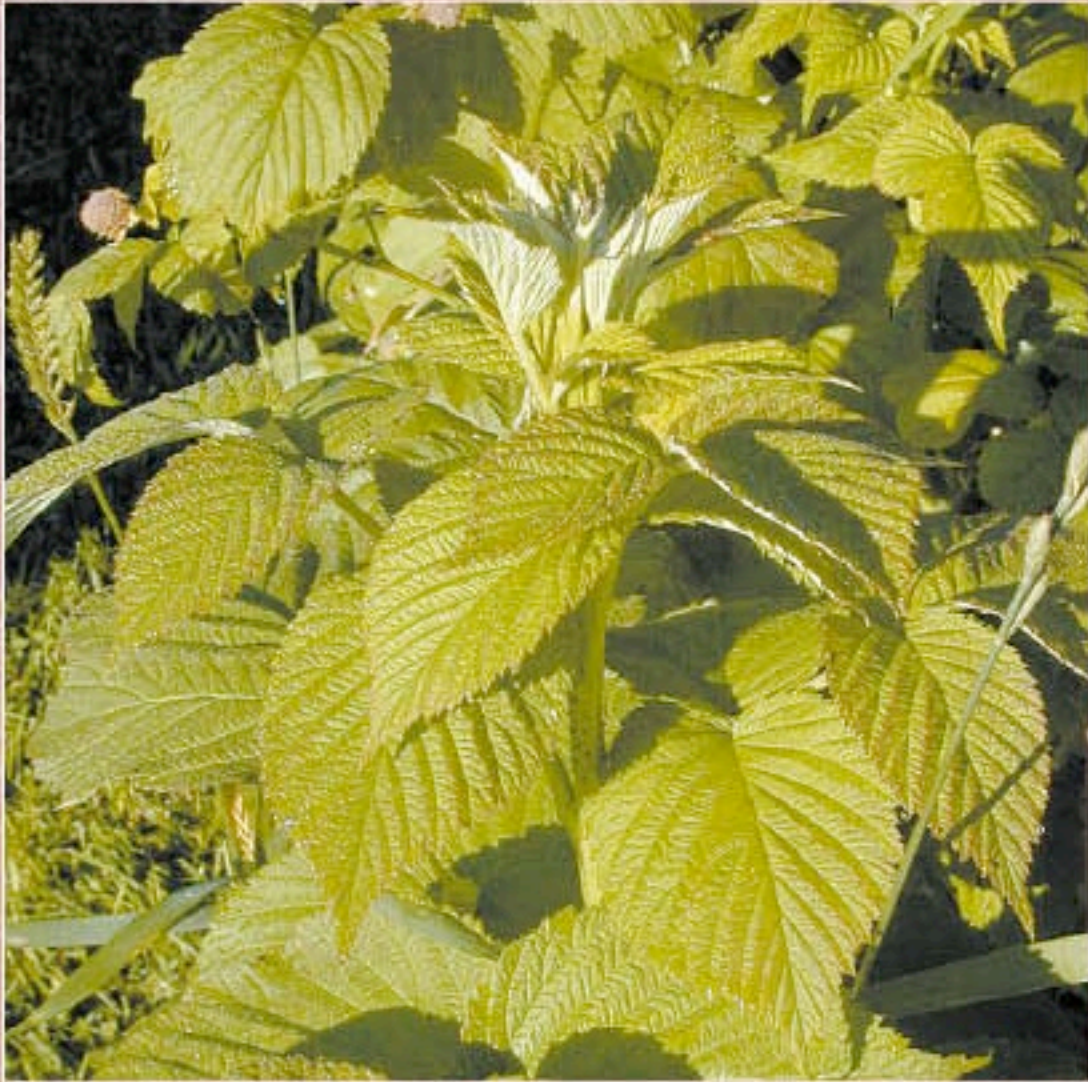


Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



FRAMBOISIER

Rubus idaeus L.

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



FRAMBOISIER

Rubus idaeus 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

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Framboisier
© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.
Lantier
(Québec) Canada
(819) 326-4516
herbo@herbotheque.com
www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-217-9

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.....	7
B. IDENTIFICATION BOTANIQUE	8
FAMILLE.....	8
NOMS	8
ÉTYMOLOGIE.....	8
ORIGINE DE LA PLANTE	9
C. HISTORIQUE, FOLKLORE ET LÉGENDES	10
CONTE	10
À l'ombre d'un plant de framboises vivait un pied de bleuets	10
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	12
TYPE	12
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	12
RACINE	12
TIGE	12
FEUILLE.....	12
FLEUR	12
FRUIT	12
GRAINE.....	13
ODEUR	13
GOÛT	13
E. PLANTES SEMBLABLES	14
F. PARTIES UTILISÉES.....	15
G. COMPOSITION	16
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	17
BESOINS.....	17
SEMIS.....	17
TRANSPLANTATION.....	18
PROPAGATION	18
COMPAGNONNAGE.....	18
I. RÉCOLTE.....	19
LES FEUILLES	19
LES FRUITS	19
J. TRANSFORMATION.....	20
TISANE.....	20

CONCENTRÉ LIQUIDE.....	20
SÉCHAGE.....	20
MACÉRATION DANS L'HUILE	21
RECETTES	22
Vinaigre aromatisé aux framboises à la mode vénitienne.....	22
Déjeuner d'été	22
Tourte aux framboises.....	23
Confitures sans cuisson.....	23
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	24
M. AUTRES UTILISATIONS.....	25
ORNEMENTALE.....	25
DOMESTIQUE.....	25
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	26
PROPRIÉTÉS.....	26
Propriétés prédominantes	26
PRÉCAUTIONS.....	26
POSOLOGIE	26
MÉTABOLISME.....	27
Tisane reminéralisante	27
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	27
Tisane pour l'acné	27
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	28
Tisane de Susun Weed pour l'ostéoporose	28
SYSTÈME NERVEUX	28
ORGANES DES SENS	28
SYSTÈME GLANDULAIRE	29
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	29
Liqueur de framboise.....	29
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	29
SYSTÈME DIGESTIF.....	29
Décoction de racines de framboisier pour la diarrhée	30
SYSTÈME URINAIRE	30
SYSTÈME REPRODUCTEUR.....	30
Tisane bienfaisante pour menstruations éprouvantes	30
Traitement pour fibromes, kystes et endométriose.....	31

PÉRINATALITÉ.....	31
Vinaigre médicinal prénatal.....	32
Concentré pour préparer à l'accouchement.....	32
Tisane pour les blues du post-partum.....	33
Lactation.....	33
O. ÉLIXIR DE FLEUR.....	34
P. ASPECTS SUBTILS.....	35
MÉDECINE AYURVÉDIQUE.....	35
CARACTÉROLOGIE.....	35
USAGES MAGIQUES.....	35
Q. RECHERCHES.....	36
R. INTERACTIONS.....	37
S. ANNEXE.....	38
TABLES DE CONVERSION.....	38
T. BIBLIOGRAPHIE.....	40
SITES INTERNET.....	41



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle