

# *Herb Art*

## OUTILS



## *J'HERBORISE V*

# *Herb Art*

## OUTILS



### *J'HERBORISE V*

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

Les renseignements contenus 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.

L'ensemble des textes, photographies, dessins et illustrations du présent ouvrage est protégé par la Loi sur le droit d'auteur.

Toute représentation, reproduction, transmission intégrales ou partielles, par quelque procédé que ce soit, et tout archivage sont strictement interdits.

**Direction éditoriale et pédagogique :** Natacha Imbeault

**Recherche et rédaction :** Natacha Imbeault, Johanne Fontaine

**Relecture d'épreuves :** Nathalie Larose

**Mise en page :** Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge  
pour les photographies

© Aline Bérard  
pour les illustrations

**J'herborise V**  
© 2010 L'Herbothèque

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

**ISBN : 978-2-89486-297-1**

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

<b>A. INTRODUCTION.....</b>	<b>5</b>
<b>B. OUTILS.....</b>	<b>6</b>
INTRODUCTION ET GUIDE DE L'ÉTUDIANT II.....	6
LIENS CORPS-ESPRIT .....	8
PLAN DE FORMATION PERSONNALISÉ.....	9
<b>C. PLANTES MÉDICINALES .....</b>	<b>10</b>
FICHE PLANTE NO 1 .....	11
FICHE PLANTE NO 2.....	22
FICHE PLANTE NO 3.....	33
FICHE PLANTE NO 4.....	44
FICHE PLANTE NO 5.....	55
FICHE PLANTE NO 6.....	66
FICHE PLANTE NO 7.....	77
FICHE PLANTE NO 8.....	88
FICHE PLANTE NO 9.....	99
PLANTES EN VRAC I.....	110
Mini fiche plante no 1.....	110
Mini fiche plante no 2.....	114
Mini fiche plante no 3.....	118
Mini fiche plante no 4.....	122
Mini fiche plante no 5.....	126
Mini fiche plante no 6.....	130
Mini fiche plante no 7.....	134
Mini fiche plante no 8.....	138
Mini fiche plante no 9.....	142
Mini fiche plante no 10.....	146
Mini fiche plante no 11.....	150
Mini fiche plante no 12.....	154
Mini fiche plante no 13.....	158
Mini fiche plante no 14.....	162
Mini fiche plante no 15.....	166
Mini fiche plante no 16.....	170
Mini fiche plante no 17.....	174
Mini fiche plante no 18.....	178
Mini fiche plante no 19.....	182

Mini fiche plante no 20.....	186
Mini fiche plante no 21.....	190
Mini fiche plante no 22.....	194
Mini fiche plante no 23.....	198
Mini fiche plante no 24.....	202
Mini fiche plante no 25.....	206
Mini fiche plante no 26.....	210
Mini fiche plante no 27.....	214
Mini fiche plante no 28.....	218
Mini fiche plante no 29.....	222
Mini fiche plante no 30.....	226
VISITE DE JARDIN II : LES HERBES MÉDICINALES DU DEUXIÈME NIVEAU.....	230
<b>D. VOIES DE GUÉRISON.....</b>	<b>231</b>
SOINS DU SYSTÈME DIGESTIF .....	232
RELATION D'AIDE II : LE VRAI TRAVAIL DU THÉRAPEUTE.....	265
<b>E. SOURCES DE SAGESSE .....</b>	<b>273</b>
HERBORISTES D'HIER ET D'AUJOURD'HUI II : LES HERBES DE L'AYURVEDA.....	274





# Herbothèque

Institut de formation en herboristerie  
et en médecine traditionnelle