



Les plantes de chez nous

Fleur de début d'automne

L'achillée millefeuille apparaît dès le début du mois de juillet et poursuit sa floraison jusqu'aux premiers froids. Chacun l'a certainement déjà rencontrée des dizaines de fois! On la voit le long des chemins, sur le bord des routes, dans les jardins ou encore dans les prés. Elle se reconnaît facilement à ses petites fleurs blanches ou roses regroupées en «parapluis» ou corymbes et à ses feuilles finement découpées, qui lui valent son nom de «millefeuille». Ses



L'achillée millefeuille produit des fleurs blanches ou roses

fleurs se balancent au vent au sommet d'une tige de 30 à 60 cm de haut. On peut la trouver jusqu'à 1500 m d'altitude, par exemple en Veveyse, dans les prairies de Rathvel et au col d'en Villard.

L'achillée doit son nom à Achille, héros grec qui assiégea Troie. Il utilisa cette plante, sur les conseils de Vénus, pour faire cicatriser ses plaies. Souvent appelée herbe aux charpentiers ou herbe du nez, elle est utilisée en phytothérapie depuis très longtemps. Ses indications sont: saignements de nez, coupures, gerçures, crevasses, etc. Elle est également recommandée aux dames pour tous les problèmes féminins, qu'ils touchent les jeunes filles ou les femmes d'âge mûr. Le Dr Valnet (un médecin et chirurgien militaire français du XX^e siècle, qui est à l'origine de la phyto-aromathérapie, n.d.l.r.) conseillait d'en faire, aux beaux jours, un sirop qui pouvait ainsi se consommer toute l'année. De son côté, Maria Treben (auteure de l'ouvrage *La Santé à la pharmacie du bon Dieu*) prescrit son utilisation en tisanes ou en bains de siège.

L'achillée offre, de surcroît, ses vertus pour faire un magnifique élixir floral de protection. A partir de ses fleurs blanches ou roses, le préparateur saura obtenir un remède de protection qui permettra à celui qui en use de «se faire sa bulle» contre les agressions extérieures.

Isabelle Seghin