

# Protection Environnement Rance Frémur ( P.E.R.F.)



Siège social : Maison des associations rue Brindejone des Moulinais 35730 PLEURTUIT  
<http://www.asso-perf.info/> mël : [perf3522@free.fr](mailto:perf3522@free.fr)

Président : Serge Monrocq  
44, Trébéfou 22490 PLESLIN TRIGAVOU (adresse postale pour tout courrier)  
Tel 02 96 27 86 12 port 06 27 58 52 54 mël : [ser.monr@free.fr](mailto:ser.monr@free.fr)

23/05/2015

Madame, Monsieur, cher adhérent,

Je vous remercie de bien vouloir prendre connaissance de l'article suivant :

"L'Association Protection Environnement Rance Frémur a organisé le dimanche 22 mai une journée "Découverte plantes médicinales et culinaires" sur le site du Tertre Corlieu en Lancieux. Vu les intempéries et la pénurie de carburant, nous avons prévu de l'annuler. Notre animatrice habituelle, Christine, venant de la région d'Angers, ne voulait pas se risquer à nous rejoindre. Aussi la découverte a plus porté sur la manière de préparer les plantes sauvages comestibles avec une adhérente, qui a bien voulu partager son savoir, Anne TANGUY. On pourra retrouver ses recettes sur notre site <http://www.asso-perf.info/> rubrique journées découverte/ plantes médicinales, important en ces périodes où l'on préconise le-manger moins de viande ; nous avons aussi parlé des propriétés médicinales de ces plantes mais la spécialiste en botanique, Christine VALLEE a un peu manqué. à la vingtaine de passionnés présents. Par contre, les orchidées rencontrés habituellement à cette période, n'étaient pas au R.V.

Prochaine journée découverte : les oiseaux de nos jardins avec notre animateur habituel, Manu ROSE , la matinée du dimanche 12 juin sur le même lieu et dont le programme est aussi à retrouver sur notre site.

Pour info, notre AG se tiendra à la maison des associations de Pleurtuit le 17 juin à 20h 30 avec en prélude un documentaire sur l'actualité tellement riche que le choix sera difficile.

Rappel des propriétés médicinales des plantes observées qu'on nomme «mauvaises herbes » à la grande satisfaction des firmes de pesticides

- lotier, excellent anxiolytique,
- millepertuis, antidépresseur
- plantain, la plante de l'allergie et de l'acné, cicatrisante d'une plaie comme le millefeuille, la grande consoude ou l'achillée,
- roquette, bon draineur,
- pissenlit, draineur hépatique et rénal
- bardane, excellent antibiotique naturel,
- aubépine, hypotensive,
- muguet, une plante toxique dont on extrait des composés de la classe des digitaliques qui sont tonocardiaques
- alchemille, pour les règles douloureuses,

- chélidoine pour les verrues,
- mélilot, cyprès, petite pervenche pour la circulation
- trèfle rouge, un œstrogène-like, pour combattre les trouble de la ménopause comme la sauge
- pavot, coquelicot à fleurs pour l'insomnie et les maux de gorge
- moutarde sauvage, en cataplasme
- mauve, léger laxatif contrairement à la ronce qui est astringente
- petite centaurée, pour l'embonpoint
- menthe pour la digestion et la toux
- géranium sauvage, pour éloigner les moustiques
- cynorrhodon, églantier, riches en vitamine C
- bouillon blanc, lierre terrestre pour la toux
- pâquerette, macérée dans l'huile d'amande douce en massage pour raffermir les seins
- ortie, la reine des plantes reminéralisantes et qui pourrait être un palliatif au maïs et soja pour le bétail à moindre prix au grand dam des lobbies ; action aussi sur le cholestérol et l'adénome de la prostate
- prêle, pour les os et les tendons
- bryone pour les rhumatismes
- scrofulaire, anti-inflammatoire
- petite ciguë, poison à ne pas confondre avec le persil commun,
- nombril de Vénus qui n'a pas les propriétés qu'on pourrait lui prêter, mais anti-infectieuse en usage externe,
- aconit (le célèbre casque de fer), poison mortel, etc.....

Avec mes remerciements,

Serge MONROCQ

Photos I  
I  
I  
I  
V

