

# Sentier de découverte des plantes aromatiques et médicinales



Ce sentier est entièrement sur terrain privé et il est constitué d'une sélection d'une quarantaine de plantes aromatiques et de simples (plantes aux propriétés médicinales).

Une plante a souvent plusieurs propriétés. Tout au long du parcours vous découvrirez 7 stations qui rassemblent les plantes aux propriétés similaires selon leur domaine d'action principal ou secondaire. Si vous avez quelques connaissances dans le domaine, vous serez peut-être surpris de certains regroupements.

À l'instar d'un jardin de curé, le parcours est construit avec un large éventail de plantes qui permet de toujours avoir une plante pour aider à soulager les maux en tous genres.

Comme nous sommes dans le Sud, nous avons la chance d'avoir une biodiversité exceptionnelle. Un certain nombre de ces plantes sont très parfumées (aromatiques) et sont rentrées dans l'art de la cuisine, la détente (infusions) ou ont une fonction balsamique (adouçissant gustatif en association d'autres plantes pour donner du goût, comme par exemple la verveine citronnée ou le tilleul).

Le parcours n'a pas pour objet de servir de guide d'auto-médication.

Il fait référence à des usages traditionnels et à la littérature. Des livres sont consultables à la boutique et sur votre demande une bibliographie peut vous être donnée.

Les indications ne doivent pas se substituer à l'avis médical d'un professionnel de santé.

## *Exploration trail of aromatic and medicinal plants*

*This path is located on a private-owned property and consists of a selection of over forty aromatics and medicinal plants. These plants have been grouped together following 7 fields of action that you will discover all along the path. A plant can often present several properties.*

*The idea of this journey is not to be exhaustive, it's meant to present a wide range of action, like in the old days parish priest garden, which allows to always find a plant to help and soothe any types of pains or sickness. All technical information and notes along this discovery path result from bibliographical research. Upon request, you will be given a copy of this bibliography at the shop.*



Ne marchez pas sur les bords des murets de pierres sèches car les pierres risquent de rouler et de vous faire tomber.

*Do not drop on the edge of the dry-stone wall.*