

# *Herbes de Vie*

*Plantes aromatiques et médicinales*

⇒ *Tarifs*

⇒ *Usages*

*NB : Les plaquettes sont au format A4 pliées  
en 3 avec une marge de 1 cm, .  
Vous pouvez facilement les imprimer.*

## Tisanes composées

<u>Désignation</u>	<u>Poids</u>	<u>Prix</u>	<u>Qté</u>	<u>Total</u>
« Thé des bois » Myrtille, framboisier, asperule	25 g	3,40		
« Thé du soir » Mélisse, verveine, aubépine	25 g	3,40		
« Thé silhouette » Reine des prés, frêne, bruyère, menthe	35g	3,40		
« Thé du matin » Thym citronné, origan, calendula	25 g	3,40		
« Thé du montagnard » Sarricette, ortie, origan	25g	3,40		
« Thé fraîcheur » Menthe, bourrache mauve	25g	3,40		
« Thé de flore » Rose, angélique, lavande	25 g	3,40		
« Thé sérénité » Mélisse, Bleuet, Lotier, Monarde, Camomille	20g	3,40		
« Thé des bergers » Berce, busserole, lotier	25 g	3,40		
Tisane du jardinier" Sureau, Mauve, Plantain	20g	3,40		
« Tisane des 4 racines » Pissenlit, guimauve, Gentiane, angélique	45 g	3,40		

Total « Tisanes composées » en €

## Aromates de cuisine

<u>Désignation</u>	<u>Poids</u>	<u>Prix</u>	<u>Qté</u>	<u>Total</u>
« Provence » Thym, romarin, origan, sarricette	45 g	3,40		
« Pizza » Origan, basilic, thym	40g	3,40		
« Poisson » Thym citronné, fenouil, monarde	30g	3,40		
« Taboulé » Menthe, thym citronné, bleuet	40g	3,40		
« Salade » Estragon, basilic, calendula	20g	3,40		
« Potages » Ortie, origan, livèche, sauge	25g	3,40		
« Omelette » Epilobe, ail des ours, lotier	25g	3,40		
« Grillades » Hysope, thym, bruyère	25g	3,40		
« Crudités » Pimprenelle, tournesol, persil	20g	3,40		

Total « Aromates » en €

# Herbes de Vie

## Plantes aromatiques et médicinales

Thierry Thévenin - Mercin - 23420 Merinchal  
Tél. : 05 55 67 23 25 - Fax : 05 55 67 27 67  
[www.herbesdevie.com](http://www.herbesdevie.com) - [thevenin@herbesdevie.com](mailto:thevenin@herbesdevie.com)

## Tarifs

Entre Auvergne et Limousin, dans un  
e n v i r o n n e m e n t particulièrement préservé,  
**Herbes de Vie** vous propose une gamme de  
plantes de haute qualité qui aideront tous ceux qui cherchent  
à améliorer leur hygiène de vie et leur santé.



## CONDITIONS DE VENTE

- Paiement à la commande
- Commande à partir de 15 Euros
- Prix indiqués TTC (TVA à 5,5%) + 5,90 € pour participation aux frais d'expédition
- Les marchandises sont envoyées aux risques et périls des destinataires
- Toute réclamation devra s'il y a lieu, être faite dans les 8 jours suivant la réception du colis (la date du colis faisant foi)
- Les plantes sont conditionnées en sachets kraft à fenêtre, adaptés à une conservation optimale en conditions normales de stockage
- Les commandes seront honorées en fonction des stocks disponibles

## BON DE COMMANDE

Nom : ..... Prénom .....

Adresse : .....

Tel : .....

Total commande Tisanes simples 1 : .....€

Total commande Tisanes simples 2 : .....€

Total commande Tisanes composées : .....€

Total commande Aromates de cuisine : .....€

Frais de port : 5,90 €

Total Général : .....€

Le .. / .. / 200..

Signature :

Désignation	Poids	Prix	Qté	Total
Absinthe	20g	3.00		
Achillée	25g	3.00		
Aigremoine	25g	3.00		
Agripaume	20g	3.00		
Ail des ours	20g	3.00		
Alchémille	20g	3.00		
Angélique	35g	3.00		
Anis vert	80g	4.20		
Armoise	20g	3.00		
Artichaut	20g	3.00		
Aspérule odorante	20g	3.40		
Aubépine	25g	3.00		
Aubier de Filleul	45g	3.00		
Bardane	45g	3.00		
Basilic	20g	3.00		
Berce	20g	3.00		
Bleuet	15g	3.40		
Bourrache	15g	3.40		
Bouleau	20g	3.00		
Bourse à pasteur	20g	3.00		
Bruyère	35g	3.40		
Busserole	25g	3.00		
Camomille romaine	30g	3.40		
Calendula	30g	3.00		
Cassis	20g	3.00		
Chardon-bénit	20g	3.40		
Chiendent	20g	3.00		
Consoude	20g	3.00		
Cynorrhodon	100g	3.40		
Echinacée	25g	3.40		
Epilobe	20g	3.00		
Estragon	30g	3.00		
Eupatoire	20g	3.00		
Fenouil	25g	3.00		
Framboisier	20g	3.00		
Frêne	20g	3.00		
Fumeterre	25g	3.00		
Gattilier	35g	3.40		
Genévrier	70g	3.00		
Gentiane	60g	3.00		
<b>Total Tisane simples 1</b>				

Désignation	Poids	Prix	Qté	Total
Gingko	20g	3.40		
Guimauve	50g	3.40		
Hamamélis	20g	3.00		
Houblon	15g	3.00		
Hysope	30g	3.00		
Immortelle	20g	3.40		
Lamier blanc	20g	2.60		
Laurier sauce	20g	2.60		
Lavande officinale	30g	3.40		
Lierre terrestre	20g	3.00		
Livèche	20g	3.00		
Lotier corniculé	20g	3.40		
Mauve	15g	3.40		
Mélilot	15g	3.40		
Mélisse	20g	2.60		
Menthe	20g	2.60		
Ményanthe	20g	3.00		
Millepertuis	20g	3.00		
Monarde	15g	3.40		
Myrtille	25g	2.60		
Olivier	25g	3.00		
Origan	25g	2.60		
Ortie	20g	2.60		
Pensée sauvage	25g	2.60		
Pin bourgeons	50g	3.40		
Plantain	15g	3.00		
Prêle	25g	2.60		
Reine des prés	35g	3.40		
Romarin	45g	2.60		
Ronce	20g	2.60		
Sarriette	30g	2.60		
Sauge	25g	2.60		
Sureau	35g	3.40		
Thym	50g	3.00		
Thym citronné	30g	3.00		
Filleul	20g	3.00		
Verge d'or	20g	3.00		
Verveine odorante	20g	3.40		
Verveine officinale	25g	3.00		
Vigne rouge	20g	3.40		
Violette	15g	3.40		
<b>Total Tisane simples 2</b>				

## Tisanes composées "Herbes de Vie"

"Thé des bois" : myrtille, framboisier, ronce.  
Boisson d'agrément, maux de gorge.  
Ne convient pas en cas de constipation.

"Thé du soir" : mélisse, verveine, aubépine.  
Facilite la digestion et le sommeil.

"Thé silhouette" : reine des prés, bruyère, frêne,  
menthe.  
Aide à éliminer la cellulite et l'embonpoint.

"Thé du matin" : thym citronné, origan, calendula.  
Boisson pour le petit déjeuner, tonique et dépurative.

"Thé du montagnard" : sarriette, ortie, origan.  
Boisson stimulante "anti-fatigue".

"Thé fraîcheur" : menthe, mauve, bouvrache.  
Boisson rafraîchissante, adoucissante.

"Thé de flore" : Rose, angélique, lavande  
Boisson fleurie, digestive et relaxante

"Thé sérénité" : Mélisse, Bleuet, Lotier, Monarde,  
Camomille  
Boisson apaisante, facilite la concentration et la détente

"Tisane des 4 racines" : Pissenlit, guimauve,  
Gentiane, angélique  
Boisson fortifiante et équilibrante

"Tisane du jardinier" : Mauve, Sureau, Plantain  
Tisane des coups de froids et allergies

"Tisane des rois mages" : badiane, tournesol,  
cynorrhodon, myrtille, réglisse, rose  
Tisane de la fête, délicieuse et stimulante.

## Préparations

### Infusion

1 cuillère à café par bol. Porter à ébullition  
et verser la sur les plantes sèches.  
Laisser infuser de 5 à 10 minutes. Filtrer.

### Décoction

1 cuillère à café par bol. Ajouter les plantes  
à l'eau froide et porter à ébullition. Laisser  
frémir ainsi pendant 5 à 10 minutes. Filtrer.

### Macération :

dans l'eau : Pour les plantes fragiles ( mauve,  
guimauve, reine des prés, ... ) laissez macérer une pincée  
de plante pour un quart de litre d'eau tiède pendant au  
moins deux heures. ( attention à la pureté de l'eau ).

dans l'huile : Laissez macérer 2 poignées de plantes  
sèches dans un litre d'huile ( ex.: Olive, Tournesol,  
Sésame, ... ) pendant 15 jours minimum, filtrez. Ces  
huiles s'utilisent pour la table ( ex.: sureau,  
violette, estragon, ... ) ou bien pour les soins du corps  
( ex.: millepertuis, calendula, arnica ... ).

dans le vin ou l'alcool : Laissez macérer 1 à 2 poignées  
de plante dans un bocal fermé pendant 15 jours, filtrer  
( ex.: gentiane, sureau, sauge, ... ). Pour les liqueurs, on  
laisse macérer la plante dans de l'eau de vie pendant  
quelques jours ( 2 à 15 jours ), on filtre et on ajoute un  
sirop composé de 1,5 Kg de sucre pour un litre d'eau  
( angélique, gentiane, chardon-bénit, ... ).

## Source des informations

"Usages de 52 plantes médicinales"

Editions La Pensée Sauvage.  
30460 Soudorgues.

"Le livre des bonnes herbes"

Pierre Lieutagli. Editions ActeSud.

# Herbes de Vie

## Plantes aromatiques et médicinales

Thierry Thévenin - Mercin - 23420 Merinchal  
Tél. : 05 55 67 23 25 - Fax : 05 55 67 27 67  
[www.herbesdevie.com](http://www.herbesdevie.com) - [thevenin@herbesdevie.com](mailto:thevenin@herbesdevie.com)

## Usages

Ces plantes aideront tous ceux qui  
cherchent à améliorer leur hygiène de  
vie et leur santé, mais n'excluent en  
aucun cas la consultation d'un médecin.



### Achillée millefeuille

Plante du sang, varices, hémorroïdes.

### Angélique

Plante tonique et digestive. Convient aux convalescents surmenés et états d'affaiblissements divers.

### Anis

Plante de la toux et carminative (gaz intestinaux).

### Armoise

Plante des femmes. Règles douloureuses (s'abstenir en cas de grossesse).

### Artichaut

Plante du foie. Crise de foie, jaunisse.

### Aspérule odorante

Plante anti-stress. Insomnie, surmenage.

### Aubépine

Plante du cœur et des nerfs. Régule la pression artérielle.

### Basilic

Plante de la digestion et fortifiante.

### Bleuet

Plante des yeux et de la peau. Adoucissante et astringente.

### Bourrache

Plante adoucissante. Sinusite, asthme, soins de la peau.

### Bouleau

Plante "nettoyante". Anti-rhumatismale, drainage général.

### Bruyère

Plante des voies urinaires. Cystite, calculs rénaux.

### Camomille romaine

Plante à champ d'action large. Nausées, digestion, angoisses, etc...

### Calendula

Plante de l'épiderme. Désinfectant, dépuratif, acné, mycoses, prurit.

### Cynorrhodon

Plante fortifiante (vitamine C). Active les défenses de l'organisme.

### Fenouil

Plante à champ d'action large. Digestif, calmant, allaitement, anorexie.

### Framboisier

Plante astringente. Laryngite, aphtes, toux.

### Frêne

Plante des rhumatismes et de l'embonpoint. Diurétique et laxatif.

### Fumeterre

Plante du foie et de la vésicule. Purgatif léger.

### Genevrier

Plante désinfectante. Etats infectieux, mauvaise haleine.

### Gentiane

Plante apéritive, tonique et digestive. Ballonnements, fatigue.

### Hysope

Plante des voies respiratoires. Bronchite, toux.

### Laurier sauce

Plante anti-putréfaction. Apaisante, digestion, flatulence, crampe.

### Lamier blanc

Plante du sang. Tonique et astringente. Pertes blanches. En lotion, tonifie le cuir chevelu.

### Lavande

Anxiété, nervosité. Anti infectieux des voies respiratoires.

### Mauve

Plante adoucissante. Bronchite, angine, toux, laxatif doux.

### Mélisse

Plante à actions large. Calmante, digestive, nervosité infantine.

### Menthe

Plante stimulante et rafraîchissante. Anorexie, anxiété.

### Millepertuis

Plante des brûlure. Anti-inflammatoire, arthrite, diarrhées, névralgies.

### Monarde

Plante de la digestion. Calmant, favorise le sommeil.

### Myrtille

Plante du sang. Abaisse le taux de sucre dans le sang.

### Noisetier

Plante du système veineux. Varice, couperose.

### Origan

Plante du foie et de la digestion. Anti-infectieux, maux de gorge, migraines.

### Ortie

Plante fortifiante et dépurative. Fatigue, acné, saignements.

### Pensée sauvage

Plante du sang et de l'épiderme. Acné, abcès, eczéma, herpès.

### Pins (bourgeons de)

Plante des poumons. Antiseptique, pectoral, toux, asthme, sinusite.

### Prêle

Plante des os. apport de sels minéraux.

### Reine des près

Plante des rhumatismes et de l'embonpoint. Migraine, cellulite, obésité.

### Romarin

Plante stimulante des muscles, du foie et de l'intellect (mémoire).

### Sarriette

Plante stimulante. Tonique général, aphrodisiaque.

### Sauge officinale

Plante à champ d'action large. Digestion, foie, croissance, fatigue.

### Sureau

Plante de la grippe. Augmente les défenses immunitaires, sudorifique.

### Thé d'aubrac

(calament à grandes fleurs). Tonique, digestif, antispasmodique.

### Thym

Plante à champ d'action très large. Tonique, anti-infectieux, anti-spasmodique.

### Tilleul

Plante du repos. Calmant, convalescence, fièvre.

### Verveine

Plante du "bien-être". Calmant, digestif, améliore le goût des tisanes difficiles.

### Vigne rouge

Plante de la circulation sanguine. Varices, hémorroïdes.

Légende :  Infusion –  Décoction