

GRANDIR DEHORS – HERBIER à l'ancien lavoir - mercredi 18 mai 2022

Voici les plantes que les enfants ont découvertes



Alliaire, petit gout d'ail à mettre dans les salades ou soupes, bon pour le cœur et bien apprécier des insectes !



Feuille de saule arbre des cours d'eau, il boit jusqu'à 500l par jour ! Utiliser en antalgique (douleurs articulaires, maux de tête, lombaires...)



Sureau, arbuste aux fleurs odorantes en culinaire ? beignets de fleurs de sureau, champagne de sureau, sirop de sureau, miam miam !! et anti grippe en infusion de fleurs



Feuille de ronces très utiles contre les petits (et les grands avec le saule) maux de l'hiver en tisane, antibactérienne

Feuille d'aubépine : la plante pour soigner le cœur, les fortes émotions, en tisane ou faire macérer les jeunes pousses dans du vin rouge pendant....plus c'est macérer plus c'est bon puis filtrer, à votre santé !



[Des conseils de préparations pratiques sur les « simples » appelés aussi les mauvaises herbes parfois ! : La Santé à la Pharmacie du Bon Dieu - Maria Treben](#)