

## Groupe professionnel international Herbes et Plantes médicinales

### NEWSLETTER 6

Janvier 2021

Chèr\*es membres et ami\*es du Groupe professionnel Herbes et Plantes médicinales,

Depuis mars 2020, la crise du corona a changé le monde d'une manière que nous n'aurions jamais imaginée auparavant. Même si les choses ont certainement changé pour les personnes qui se consacrent à la culture et à la transformation de plantes aromatiques et médicinales, elles sont cependant toujours étroitement liées aux rythmes du cycle annuel du monde végétal.

#### Revue du Congrès agricole 2020

À l'initiative du Groupe professionnel Herbes et Plantes médicinales, **un atelier de trois jours** a été organisé sur le thème «La culture des herbes : entre beauté et utilité» avec Ola Aukrust et Christina Spieß. Il a été très bien accueilli, comme le montre le rapport ci-dessous de Lotte Jaspers.

Lors de la **réunion du Groupe**, le thème principal proposé par la Section, «Qu'est-ce qu'une plante médicinale biodynamique», a de nouveau été abordé. Durant cette réunion, il est clairement apparu qu'un approfondissement du travail sur ce thème principal devrait être abordé à l'avenir comme projet de recherche, si possible dans le cadre de groupes régionaux.

#### Aperçu d'un Congrès agricole 2021 numérique

Du 11 au 14 février, le Congrès agricole organisé avec la Section Jeunesse sur le thème «Respirer avec la crise climatique – écologiquement, socialement, spirituellement» se déroulera pour la première fois en ligne (voir <https://hopin.com/events/breathing-with-the-climate-crisis-ecologically-socially-spiri-tually>).

Nous avions initialement prévu que HORTUS OFFICINARUM apporterait une contribution concernant ses recherches sur *Artemisia annua* dans le cadre de la réunion du Groupe « PAM ». Comme cela ne peut malheureusement se faire, Ruth Richter présente brièvement ci-dessous les différents projets de recherche de HORTUS OFFICINARUM.

#### Portrait court

«Soigner et conserver une diversité d'espèces de plantes médicinales pour la culture biologique et améliorer les semences – c'est l'objectif que l'association HORTUS OFFICINARUM poursuit avec différents projets en 2020. Dans le cadre du projet de sélection du millepertuis, 17 lignées ont été testées pour la tolérance au flétrissement et d'autres caractéristiques agronomiques dans trois des jardinerie liées au réseau HORTUS, dans des conditions très différents. Ces lignées avaient été sélectionnées parmi 33 variétés cultivées et évaluées l'année précédente. Le projet est soutenu par le *Saatgutfonds* de la *Zukunftsstiftung Landwirtschaft* et par le *Plan d'action national suisse* (PAN) dans le cadre du programme pour une utilisation durable des plantes de culture. Également poursuivi dans le cadre du PAN, a été le projet de régénération des plantes aromatiques et médicinales stockées dans la banque de gènes. Pour certaines espèces, la dernière multiplication remonte à 20



afin de comparer les différents types et variétés de cette espèce dans leur développement et, sur la

*Champ de HORTUS OFFICINARUM sur le Bruderholz près de Bâle.*

*Photo: Nora Hils*

ans et nos compétences horticoles sont nécessaires pour redonner vie à des graines stockées et congelées pendant longtemps. Dans le cas de deux variétés de *Rosa rugosa* par exemple, cela n'a été possible qu'après scarification des graines et application d'un bain chaud de camomille.

La coopération avec des médecins et des pharmaciens en matière de sélection végétale est une préoccupation centrale de l'association. Pour la première fois, un tel groupe de travail s'est réuni autour de la plante médicinale chinoise *Artemisia annua*

base des impressions tirées des plantes, d'examiner leur adéquation pour des indications thérapeutiques

spécifiques (des informations plus détaillées sont disponibles sur la page d'accueil» [www.hortus-officinarum.ch/aktuelles/2020/RB19\\_Hortus-Officianum](http://www.hortus-officinarum.ch/aktuelles/2020/RB19_Hortus-Officianum) ou dans la publication «Epidémies et immunité» qui sera publiée au printemps 2021, voir [www.anthrosana.ch](http://www.anthrosana.ch)).

### Succession dans la coordination du Groupe

Avec cette newsletter, je tiens à dire au revoir et me retirer de mon rôle de coordinatrice du Groupe professionnel Herbes et Plantes médicinales, car mon attention est actuellement orientée vers des sujets totalement différents et ne parviens malheureusement plus, en termes de temps et de force, à poursuivre convenablement cette activité bénévole.

Bettina Billmann, qui participe activement au Comité de pilotage depuis l'été 2017, me succède. Elle se présentera dans la prochaine newsletter.

### Projet pionnier sur le site internet

L'un des buts principaux du Groupe est la mise en réseau des nombreuses entreprises de plantes aromatiques et médicinales à travers le monde. Afin de rendre cela possible, nous avons mis en place une plateforme internationale pour les entreprises de PAM biodynamiques sur le site internet de la Section. Vous avez ici la possibilité de présenter votre entreprise. Les premières sont déjà en ligne ! **Afin que le réseau fonctionne réellement, nous serions heureux que beaucoup de personnes y participent.** Le formulaire à remplir se trouve à l'adresse suivante : [www.sektion-landwirtschaft.org/fr/domaines-de-travail/plantes-medicinales-et-aromatiques](http://www.sektion-landwirtschaft.org/fr/domaines-de-travail/plantes-medicinales-et-aromatiques)

### Attention, nouvelle publication

Récemment, la magnifique publication «Les Plantes Médicinales en Biodynamie. Une approche vivante du végétal» est parue avec de passionnantes contributions de recherches. Pour plus de détails voir : [www.sektion-landwirtschaft.org/fr/domaines-de-travail/plantes-medicinales-et-aromatiques](http://www.sektion-landwirtschaft.org/fr/domaines-de-travail/plantes-medicinales-et-aromatiques)

Nous vous souhaitons à tout\*es une année 2021 forte et revigorante.

Michaela Spaar (coordinatrice) avec Ola Aukrust, Bettina Billmann, Henrik Hoeren et Michael Straub

## **Rapport sur l'atelier « La culture des herbes : entre beauté et utilité » avec Christina Spiess et Ola Aukrust lors de la Conférence agricole 2020**

Lors de la conférence agricole à Dornach en février 2020, un atelier sur les herbes a eu lieu en coopération avec le groupe professionnel international herbes et plantes médicinales. Intitulé « La culture des herbes : entre beauté et utilité », je m'attendais à me retrouver dans un groupe de personnes et d'agriculteurs aux parcours très différents.

Christina Spiess et Ola Aukrust nous ont réservé un accueil très chaleureux et lorsque nous nous sommes tous présentés, ma prédiction s'est confirmée. Il y avait des agriculteurs professionnels ainsi que des jardiniers amateurs du Paraguay à la Malaisie. Certains se concentrent sur le goût et les arômes, d'autres sur l'esthétique ou les caractéristiques médicinales. Mais une chose nous a réunis : nous avons tous une relation particulière avec les herbes.

Le premier jour a commencé par une méditation à l'aveugle en utilisant nos autres sens et une dégustation de camomille et de racine de pissenlit. Un cadre parfait a été créé pour se connecter à notre motivation intérieure et à la relation sur nos activités de culture d'herbes. Ensuite, le thème principal a été mis sur la table : l'équilibre entre la beauté et l'utilité... Généralement, les fermes d'herbes aromatiques sont considérées comme des jardins plus petits, moins productifs, mignons et beaux. Mais il ne s'agit pas seulement de quelque chose mignonne et belle.

Nous avons fait un brainstorming approfondi sur les « arguments » sur lesquels nous devons nous baser lorsque nous faisons des choix entre un petit jardin de plantes aromatiques esthétiquement agréable ou une ferme de plantes aromatiques viable (ou comment ceux-ci ne devraient pas être en contraste les uns avec les autres). Nous avons rassemblé un large éventail d'arguments et de motivations pour nous situer quelque part entre ces deux facteurs.

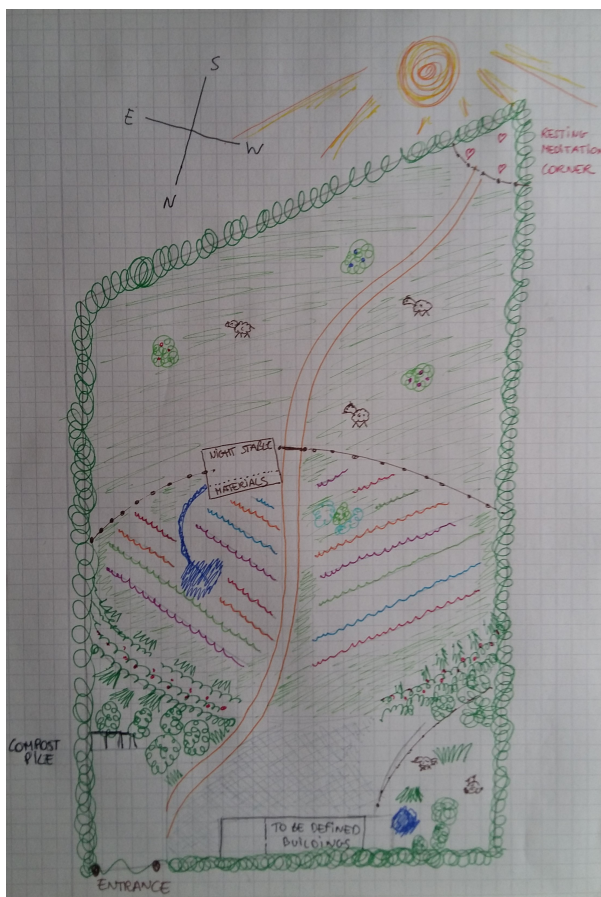
Tout cela devait être réglé dans nos têtes pendant la nuit, et nos devoirs consistaient à réfléchir à notre place dans le tableau et à la raison pour laquelle nous nous y situons. Ces arguments nous aideraient à dessiner la ferme ou le jardin de nos rêves le lendemain. J'ai beaucoup apprécié l'atmosphère qui régnait dans le groupe. J'avais avec moi un sentiment d'intégrité chaleureux qui m'a profondément inspiré. Je pense que Christina a quelque chose de spécial dans sa manière et son langage qui semble faciliter nos intentions mutuelles et Ola soutient cela avec son expérience et ses connaissances d'une manière très terrestre.

Le deuxième jour, nous avons réveillé nos sens avec une méditation sur les baies genièvre et les raisins secs. Puis nous avons commencé à façonner nos rêves en faisant le dessin de notre ferme. Une fois terminé, chacun a présenté son dessin au groupe. À titre d'exemple, je voudrais expliquer mon propre dessin afin d'illustrer tous les différents facteurs et éléments dont il faut tenir compte pour créer son propre jardin.

Mais d'abord quelques mots sur moi-même : Je suis une jeune agriculteur bio-dynamique de formation, avec un « plan » de ferme dans ma tête que j'aimerais réaliser

au cours des prochaines années , peut-être après avoir acquis un peu plus d'expérience . Je suis également assistante sociale . Voir les plantes , les animaux et les humains grandir est ce qui m'émeut et me rend heureux . Je veux essayer de modeler leur environnement de manière à ce qu'ils puissent se développer de la meilleure façon possible . J'aimerais proposer une alternative durable aux constructions actuelles de l'agriculture, de l'économie et de la société conventionnelles . Cela pourrait également inspirer et sensibiliser d'autres personnes .

Je veux créer une petite ferme de plantes aromatiques avec séchage et transformation de plantes multifonctionnelles dans un écosystème circulaire . Comme je veux en vivre , la viabilité est importante . Une bonne efficacité y contribue . Mais je veux que ce soit un bel endroit tranquille , proche de la nature . Mon jardin de rêve doit donc être un lieu d'équilibre . Un équilibre entre l'efficacité et l'utilité d'une part , et des éléments de beauté , de vivacité et de diversité d'autre part .



Je pars d'un terrain entouré d'arbres têtards . Beaucoup d'entre nous partent de zéro . Je trouve intéressant de partir d'un écosystème existant et de l'explorer et l'optimiser en fonction de ce que l'on veut en faire , au lieu de créer quelque chose de complètement nouveau . Il s'agit d'un terrain d'environ 50 ares, au sable argileux et complètement plat . La pointe est orientée vers le sud . Je veux créer de l'ouverture et de la lumière de ce côté et capturer le soleil dans une sorte de «bol» avec des cultures de l'autre côté . Le bol est formé de plusieurs couches de cultures supérieures comme les arbres , les arbustes et les baies , puis des herbes inférieures . Les dernières sont plantées dans des plates-bandes droites en fonction du travail du sol et de la récolte . Les animaux sont importants pour créer un système agricole circulaire , et ils apportent avec eux une certaine présence que rien d'autre ne peut remplacer . Je veux commencer avec 5

moutons dans la partie supérieure , qui paissent sous les arbres fruitiers et quelques poulets dans une partie boisée plus sauvage . Les moutons offrent un beau paysage et donnent du fumier de ruminant précieux dans leur étable de nuit , tandis que les petits poulets peuvent être placés dans des parcours mobiles sur les herbiers pour les nettoyer des mauvaises herbes , des insectes indésirables et des résidus de culture . J'ai pensé à une ruche , mais comme je suis allergique aux abeilles , je préfère installer des éléments pour attirer des abeilles plus solitaires et d'autres insectes. Cela peut être de beaux hôtels artistiques pour insectes qui ont aussi de grandes possibilités éducatives .



Une autre chose dans la circularité est d'utiliser autant de flux de matériaux propriétaires que possible . C'est pourquoi je veux tailler et déchiqueter les têtards pour en faire du paillis et des matériaux bruns pour le tas de compost . L'espèce d'arbre convient également comme arbre fourrager pour les moutons . Ils peuvent d'abord grignoter les branches avant d'être déchiquetés .

À propos du design ... Beaucoup de participants veulent une structure dans leur jardin , par des lignes , des surfaces spatiales , des figures , des chemins (pavés) , des bordures délimitées . J'ai vu beaucoup de cercles avec un point central au milieu et des figures autour . Pour moi , cela briserait la conception naturelle et rendrait plus difficile une récolte et un travail du sol efficaces . Certains ont également utilisé ces figures pour regrouper des groupes de plantes en fonction de leur utilisation médicale , de leur origine et de leur famille . Je vais regrouper les plantes ayant des besoins similaires pour pouvoir prendre soin de chaque plate-bande de manière spécifique .

Comme beaucoup d'autres , je veux un coin tranquille et confortable . Je voudrais que ce soit dans le coin le plus éloigné , qui donne une vue sur l'ensemble du terrain . Cet endroit me semble très approprié pour méditer sur les plantes et les éléments , l'individualité de la ferme , pour aiguïser le lien avec l'environnement et moi-même . Un peu éloigné , mais toujours proche et , surtout , avec vue . Un autre aspect important est l'eau . L'eau en tant qu'élément en mouvement , en tant que milieu de culture , en tant qu'aspect spirituel et bien sûr , un élément aquatique peut être et sembler enchanteur . A coté de l'étable des moutons , je récupère l'eau de pluie et de là, elle s'écoule vers un élément d'eau en mouvement qui se trouve entre les lits . L'eau a une signification particulière pour moi dans le système , c'est pourquoi je veux créer suffisamment d'espace pour elle . Pour cela , j'enlèverai quelques zones de culture , mais j'ai l'impression qu'elle y a sa place .

Enfin , nous avons parlé des bâtiments et des hangars (nécessaires) et de la manière de les intégrer dans l'ensemble . Pour moi , c'est en cours d'élaboration car je suis encore en train de peaufiner ma méthode de transformation et ma stratégie de commercialisation . La surface des bâtiments existants sera suffisante , mais la disposition doit être adaptée et une pièce doit être transformée en zone de transformation alimentaire . En outre , l'extérieur doit être embelli pour s'intégrer dans l'environnement . Cet atelier a occupé une place centrale dans mon expérience de la conférence . J'ai trouvé très instructif d'écouter et d'échanger sur nos visions et nos choix . Les méditations et l'état de connexion avec les autres , avec moi-même et avec ce que nous faisons m'ont beaucoup touchée . Je suis reconnaissante à Christina et Ola pour leur engagement et je voudrais remercier tous les participants d'avoir partagé leurs rêves et d'avoir donné un tonneau plein d'inspiration et de force .

*Lotte Jaspers, Belgique*

# LES PLANTES MÉDICINALES EN BIODYNAMIE

L'intérêt croissant pour le soin par les plantes médicinales incite de plus en plus de personnes à cultiver ou à ramasser des plantes. Mais dans le domaine de la santé plus que tout autre, la qualité maximale est essentielle pour parvenir à la meilleure efficacité thérapeutique. L'approche biodynamique, aujourd'hui reconnue en viticulture comme une méthode permettant d'atteindre l'excellence, a aussi fait ses preuves dans l'obtention de plantes médicinales de très haute qualité exprimant au mieux les caractéristiques et la nature profonde de chaque espèce végétale.

**MABD**  
Rural Knowledge



L'achillée (*Achillea millefolium* L.)

**Yachlache (Achyrocline satureioides L.)**

Plante herbacée vivace, de la famille des Astéracées. Pouvant atteindre 2m de haut, elle se lie intensément à la terre par ses rhizomes grêles et surface du sol et son réseau de racines et radicelles fines et profuses. Sa tige verte et couverte est garnie de inflorescences, les fauilles à l'arête marquée (bien que les tiges de la base aient disparu). Les fleurs sont petites, blanches, les pétales divisés et courbés, témoignant de l'appartenance de l'élément à l'ordre des Dicotylédons de la plante. Toute la plante a une tige délicate, sa racine, une couleur blanche, les fleurs sont blanches et les fruits sont petits, ovales, à deux valves, chaque pétale ressemblant à une fleur à cinq pétales, se rassemblent en fausses ombelles au-dessus des tiges et des ligules linéaires, formant un « grappe ». Ces fleurs ont une odeur forte, l'influence gustative du l'élément Eau. Les fruits sont des akènes blanchâtres.

**Odeur :** aromatique.

**Savoir :** légèrement amer.

**Biotope et usages**

Elle croît dans les champs, spécialement les prairies irriguées, les terrasses pavées et sans sol sur les gâbles, grâbles... Elle pousse en nombre important, on peut naturellement avoir la culture sur terrasses, mais, elle se trouve une excellente première culture car on peut passer du jour avant d'être assésé, le...

**Multiplication**  
On se sème dès l'automne (équinoxe d'automne) ; enterrer sous aili. Semer dense, recouvrir de terre, bien humide. Les graines sortent lorsque à germer : 2 à 3 jours. Utiliser un seau de fougère en récipient favori.  
Repiquer en plaques alvéolées dans un terrain bien drainant et non enrichi ! Laisser sous aili jusqu'à fleurir ou, mieux, avoir eu climat froid.  
On peut également faire un semis en tout début de printemps, si le germinateur n'a pas été bonné à l'automne.

**Installation de la culture**  
En octobre-novembre, bien aérer le sol qui recevra la plantation. Regrainer ce sol avant la plantation. Pas besoin de compost !  
Repiquer de préférence sous aili, jusqu'à fleurir, mais, bien sûr, les premiers bûches pour avoir la plante à germer le plus.

<sup>1</sup> Voir aussi la description détaillée du genre de la plante p. 52-58



# LES PLANTES MÉDICINALES EN BIODYNAMIE

L'intérêt croissant pour le soin par les plantes médicinales incite de plus en plus de personnes à cultiver ou à ramasser des plantes. Mais dans le domaine de la santé plus que tout autre, la qualité maximale est essentielle pour parvenir à la meilleure efficacité thérapeutique. L'approche biodynamique, aujourd'hui reconnue en viticulture comme une méthode permettant d'atteindre l'excellence, a aussi fait ses preuves dans l'obtention de plantes médicinales de très haute qualité exprimant au mieux les caractéristiques et la nature profonde de chaque espèce végétale.



L'achillée (*Achillea millefolium* L.

**L'achillée (*Achillea millefolium* L.)**

Piante herbacée vivace, de la famille des Astéracées. Pour atteindre 90 cm de haut, elle se le trémouline à l'été sur ses rhizomes traçants et profonds. Sa tige verte et son ruban de racines et radicelles fines et fragiles. Sa surface verte et coriellée est ferme et visqueuse, les feuilles à long pétiole marquées d'un réseau de nervures claires de feuille échangée sont glauques (les arachides ont des feuilles et cloques, témoignage de l'influence de l'éternel air du désert de végétation de cette plante. Toute la plante glisse, au froissement, une odeur d'ail et de réglisse. Les fleurs à 5 pétales (= fleurs à 5 branches fol, chaque pétale représente une fleur à 5 pétales) se rassemblent en cymes terminales au sommet de la tige et des tiges latérales, forment un « grappe » Ce sont des fleurs blanches à jaunes.

Le feuillage est l'élément principal de l'usage phytique de l'achillée. Les fruits sont des achenes blanchâtres.

Odeur : aromatique.

Sauveur : Mignolent ardent.

**Etape et usage**

La plante est très toxique, spécialement les graines amères, les ténérailles pures ou seules, les touts ou gâteaux, pilules... Pour exagérer en matière organique, se peut naturellement avec la culture sur terrain aride, mais, elle a une excellente première culture sur un sol jadis ou très qui aurait besoin d'être assaini.

**Multipliquez**  
On se sème dès l'automne (octobre-novembre) en terre sous abris. Semer dans un récipient de terre, tenir humide, les graines sortent toujours à gémme : 3 à 4 jours.  
Utiliser une vieille planche en bois en rigoles fines.  
Révisper en plaques alvéolées dans un terrazo bien drainant et non enrichi.  
Laisser sous abri jusqu'à fleurir ou au moins, sous abri et au climat froid.  
On peut également faire un semis en tout début de printemps, si la germination n'a pas été bonne à l'automne.

**Installation de la culture**  
En octobre-novembre, bien aérer le sol pour la plantation. Reprendre ce semis après la plantation. Pas besoin de compost.  
Après 15 jours, si la température est au-dessus de 10°C, mais, bien suivre les premières lésions pour aider la culture à prendre sa place.

Voir aussi la description détaillée du geste de la plante p. 52-53

**MABD**  
Institut de l'agriculture  
biodynamique

Incontournable

# Le Calendrier des semis Biodynamique 2021

Produire des fruits, des légumes et des céréales de qualité, riches en éléments nutritifs, en goût et en forces vitales, tel est l'objectif du jardinier et du paysan en biodynamie.

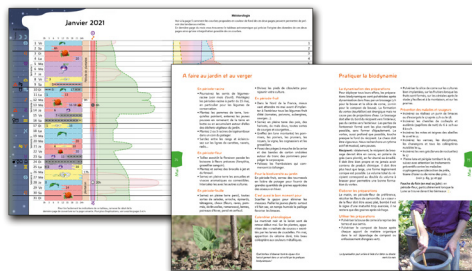
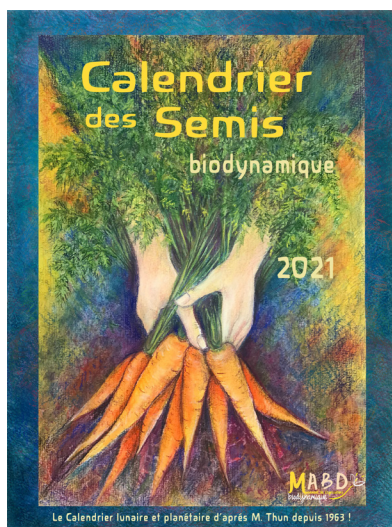
Le Calendrier des semis biodynamique, édité en France depuis plus de 30 ans est sans doute le plus complet et le plus précis. Sa présentation imagée permet une utilisation pratique très simple, mois par mois.

Il propose :

- Des indications pratiques pour les travaux de la terre au jour le jour.
- Des conseils pratiques pour appliquer la biodynamie au jardin ou sur la ferme.
- Une présentation détaillée des rythmes cosmiques avec des tableaux et cartes astronomiques permettant de connaître et visualiser exactement les positions de la Lune et des planètes.
- Des tendances météorologiques mois par mois.
- Une bibliographie et des contacts pour vous informer et vous former en biodynamie.

Prix TTC : 10€ + port / Éd. MABD 2020  
128 pages / 17×23 cm

Pour commander sur notre boutique en ligne :  
[www.bio-dynamie.org/boutique](http://www.bio-dynamie.org/boutique) - [boutique@bio-dynamie.org](mailto:boutique@bio-dynamie.org)



MABD  
Mouvement de l'agriculture  
biodynamique

Incontournable

# Le Calendrier des semis Biodynamique 2021

Produire des fruits, des légumes et des céréales de qualité, riches en éléments nutritifs, en goût et en forces vitales, tel est l'objectif du jardinier et du paysan en biodynamie.

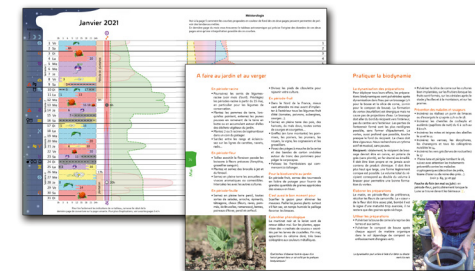
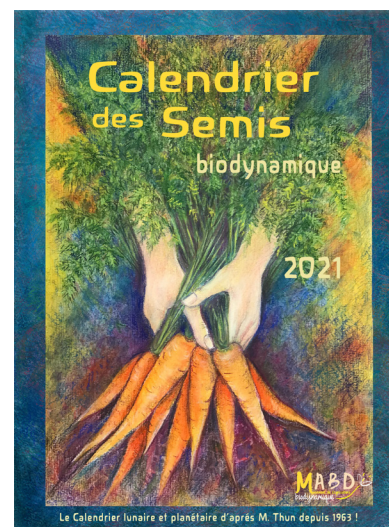
Le Calendrier des semis biodynamique, édité en France depuis plus de 30 ans est sans doute le plus complet et le plus précis. Sa présentation imagée permet une utilisation pratique très simple, mois par mois.

Il propose :

- Des indications pratiques pour les travaux de la terre au jour le jour.
- Des conseils pratiques pour appliquer la biodynamie au jardin ou sur la ferme.
- Une présentation détaillée des rythmes cosmiques avec des tableaux et cartes astronomiques permettant de connaître et visualiser exactement les positions de la Lune et des planètes.
- Des tendances météorologiques mois par mois.
- Une bibliographie et des contacts pour vous informer et vous former en biodynamie.

Prix TTC : 10€ + port / Éd. MABD 2020  
128 pages / 17×23 cm

Pour commander sur notre boutique en ligne :  
[www.bio-dynamie.org/boutique](http://www.bio-dynamie.org/boutique) - [boutique@bio-dynamie.org](mailto:boutique@bio-dynamie.org)



MABD  
Mouvement de l'agriculture  
biodynamique