

Nous avons lu pour vous

Plaidoyer pour l'herboristerie

Comprendre et défendre les plantes médicinales



À l'heure où nombre de Français de plus en plus autonomes et bien informés aspirent à se soigner par les médecines naturelles et souhaitent également vivre de manière plus harmonieuse avec la nature, l'ouvrage de Thierry Thevenin sort des presses en plein cœur de cette actualité technique et réglementaire sur les plantes médicinales.

Au-delà de cercles d'experts plus ou moins éloignés des individus et du terrain, dissertant sur les modalités d'emploi des plantes thérapeutiques, cet ouvrage a pour ambition d'éclairer le lecteur sur l'urgence d'une prise de position citoyenne en matière de santé.

Cet ouvrage très documenté, s'adresse à tous ceux qui désirent un accès libre, ouvert, aisé, aux médecines alternatives, naturelles fondées sur le monde végétal, afin d'utiliser sans restrictions inconsidérées ou injustes des plantes consacrées par la tradition ou validées par des découvertes récentes. Quid du devenir de l'herboristerie, profession supprimée officiellement par la loi « Pétain » du 11 septembre 1941. Que deviennent les plantes médicinales et l'herboristerie dans un monde marchandisé au XXI^e siècle et en l'absence d'un véritable professionnel reconnu ?

Quels sont les acteurs de la plante médicinale sur la scène française ? Comment se présente la vie économique des simples et les transformations qu'elles subissent ?

Cet ouvrage donne des clés d'analyse et des « outils » de compréhension des plantes et de l'herboristerie.

Thierry Thévenin est producteur-cueilleur de plantes médicinales, herboriste et porte-parole du syndicat SIMPLE, syndicat des producteurs-cueilleurs de plantes médicinales, aromatiques, alimentaires, cosmétiques et tinctoriales. Il est aussi enseignant dans différents centres de formation agricoles ou universitaires. Il est l'auteur d'un ouvrage qui fait référence : *Les Plantes Sauvages, connaître cueillir et utiliser*.

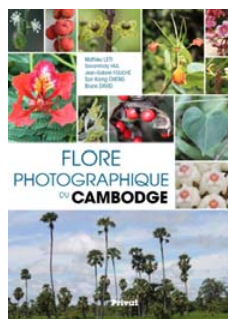
Son ouvrage est préfacé par Isabelle Robard, Docteur en droit, spécialiste en droit de la santé, avocate.

Plaidoyer pour l'herboristerie, Comprendre et défendre les plantes médicinales, Thierry Thévenin, Éditions Actes Sud, 295 pages, 22 €

A. Launay

Flore photographique du Cambodge

Flore photographique du Cambodge constitue le fruit d'un travail collectif réalisé par l'équipe du laboratoire



de phytochimie à la faculté de pharmacie de Phnom Penh (université des sciences de la santé du Cambodge).

Il aborde des données générales sur la végétation du Cambodge et décrit sous forme de 524 monographies les principales espèces cambodgiennes dont deux sont nouvellement décrites et six sont signalées pour la première fois dans le pays.

Chaque espèce est décrite selon le même plan : description botanique, indications sur l'écologie et principales utilisations de la plante. Plusieurs photographies prises sur le terrain illustrent les parties caractéristiques de chaque plante.

De par son ampleur et la rigueur des identifications réalisées en collaboration avec des spécialistes des plus grands herbiers du monde, ce travail d'inventaire exceptionnel fait de *Flore photographique du Cambodge* un ouvrage de référence.

Flore photographique du Cambodge, Mathieu Leti, Sovanmoly Hul, Jean-Gabriel Fouché, Sun Kaing Cheng, Bruno David, Éditions Privat, 592 pages, 44,50 €

K. Ghedira

Amande, sésame, avocat... 150 recettes végétariennes à base d'oléagineux



Les oléagineux (noix, graines de courge, de lin...) sont très riches en nutriments, en fibres et en antioxydants. Pour profiter de leurs vertus, nous devrions en consommer environ 30 g par jour, mais notre consommation est de 3 g par jour seulement. Pourtant, ils ont des atouts santé et leur richesse en protéines en fait des aliments de base pour les repas végétariens.

Les 150 recettes de cet ouvrage prouvent que leurs utilisations, salées ou sucrées, sont innombrables : salade aux amandes et à l'avocat, falafels au sésame, aubergines farcies aux noix, macarons aux graines de lin...

Amande, sésame, avocat... 150 recettes végétariennes à base d'oléagineux, Claude Aubert, Emmanuelle Aubert, Delphine Paslin, Éditions Terre vivante (www.terrevivante.org), 128 pages, 14 €