

Etre en forme
pour résister aux multiples influences saisonnières,
c'est ce que **La Belle Plante** se propose de réaliser
en vous aidant à composer votre
"Armoire aux Plantes"

Vous passerez l'année au mieux de votre forme grâce
à une consommation régulière de plantes médicinales
appropriées.

Cette "**Armoire aux Plantes**" s'enrichira au fil des
semaines et des besoins :

Les Tisanes des 4 saisons

Automne

pour renforcer votre immunité

Hiver

pour lutter contre les coups de froid

Printemps

pour dynamiser vos énergies

Été

pour fluidifier votre circulation sanguine

Les Tisanes contre les petits maux du quotidien

Sommeil

"La tête dans les étoiles"

Élimination

"Lendemain de fête"

Articulation

"Tout en souplesse"

Respiration

"Libre comme l'air"

...



la belle Plante

vous rendre acteur de votre santé
en privilégiant prévention et éducation

Cultivatrice et praticienne de santé en énergétique chinoise,
j'ai élaboré pour vous un programme de boissons aux plantes
qui suit le mouvement des saisons comme le préconise la
médecine traditionnelle chinoise. Principes selon lesquels,
chaque saison sollicite le yin et le yang, soit un "organe" et
une "entraille" couplés (ex : rate/estomac ; rein/vessie). Le
rôle des plantes est de stimuler, de renforcer et de soutenir
ce couple de façon à évoluer au cours du temps en harmonie.

Je souhaite partager avec vous les pouvoirs bénéfiques de ces
végétaux.

Très proche du monde végétal, j'ai introduit l'utilisation des
plantes dans ma pratique de soins. J'aime observer, sentir,
cultiver, transformer, conseiller et consommer les plantes
qui sont bonnes pour notre équilibre. Les plantes sont pour
moi une profonde source d'inspiration et de joie. Soigner le
vivant par le vivant avec amour et compassion !

Mon engagement au sein des "**Paniers Marseillais**"
depuis 5 ans, m'a permis de constater que la mondialisation
touche également les plantes aromatiques et médicinales.
Il me semble essentiel de pouvoir proposer une alternative
aux plantes d'importation de qualité et de provenance
incertaines.

Au pied des Alpilles, ma production est étroitement liée
au terroir provençal. Pour concevoir mes tisanes et mes
préparations, j'apporte un soin particulier à la culture, la
cueillette et le séchage. Les qualités et les vertus de mes
plantes en sont ainsi renforcées.

Aline BOI

la belle Plante
une consommation saine et locale.

Contact

La belle plante
4 square Abbé Faria 13005 Marseille
la.belleplante@yahoo.fr
06.10.24.71.74

Certification Ecocert FR-BIO-01



Maquette : Lili Lemasson / Le Studio Grafik



des fleurs, des feuilles, des racines
pour des préparations à usage culinaire ou thérapeutique

des macérâts huileux
pour prendre soin de votre peau

des hydrolats
pour harmoniser votre équilibre physique et mental



des plantes de qualité cultivées et séchées
dans le plus grand respect de l'Environnement et de la Vie.

"Un univers dans une fleur, une éternité dans une feuille"
HongYing Ming



Produits issus
de l'agriculture biologique

TISANES “SIMPLES”

Conditionnement : sachet kraft à fenêtre

La Favorite

Ginkgo Biloba, *Ginkgo biloba*

La Clairvoyante

Achillée millefeuille, *Achillea millefolium*

La Stimulante

Armoise, *Artemisia vulgaris*

L'Unique

Aubépine, *Crataegus monogina*

L'Enchanteresse

Verveine, *Lippia citriodora*

La Paisible

Tilleul, *Tilia cordata*

La Bienheureuse

Reine des Prés, *Filipendula ulmaria*

La Merveilleuse

Mélicie, *Melissa officinalis*

La Dynamique

Menthe Poivrée, *Mentha piperita*

La Dévouée

Camomille, *Anthemis nobilis*

La Sereine

Souci, *Calendula officinalis*

La Clémentine

Origan, *Origanum vulgare*

La Fraîche

Menthe Verte, *Mentha spicata*

La Douce

Mauve, *Mavla sylvestris*

La Pure

Hysope, *Hyssopus officinalis*

La Tonique

Ortie, *Urtica dioica*

La Résistante

Thym, *Thymus vulgaris*

L'Endurante

Sarriette, *Satureja montana*

La Vigoureuse

Echinacée, *Echinacée angustifolia*

TISANES COMPOSÉES

Conditionnement : sachet kraft à fenêtre

Tout en finesse

Frêne • Reine des Prés • Ortie

Purifie le corps pour affiner la silhouette

Printemps

Bardane • Fumeterre • Menthe

Accompagne l'énergie du printemps

Lendemain de fête

Verveine • Saugé • Basilic • Menthe

Nettoie le foie après un repas de fête

Elimination

Mélicie • Fenouil • Menthe poivrée

Tonifie la digestion

Eté

Ginkgo • Aubépine • Mélilot

Accompagne l'énergie de l'été

Légère comme le vent

Noisetier • Tilleul • Achillée • Mélicie • Ortie

Active et régule la circulation du sang

La tête dans les étoiles

Mélicie • Tilleul • Camomille • Lavande • Verveine

Détend et aide à faire de beaux rêves

Une nuit au paradis

Souci • Aubépine • Millepertuis

Facilite et procure un sommeil de qualité

Tout en souplesse

Frêne • Ortie • Noyer

Apaise les douleurs articulaires après l'effort

Automne

Romarin • Armoise • Menthe Poivrée • Lavande • Origan

Accompagne l'énergie de l'automne

Quand vient le froid

Ortie • Cynorhodon • Origan

Favorise une meilleure résistance aux rigueurs hivernales

Hiver

Sarriette • Thym • Romarin

Accompagne l'énergie de l'hiver

Tout en douceur

Mauve • Coquelicot • Fleurs de sureau

Adoucit la toux et la gorge

Libre comme l'air

Tussilage • Origan • Souci • Reine des Prés • Pâquerette

Renforce les défenses et apaise la toux

Intimité

Saugé • Souci • Armoise

Régularise le cycle des femmes

MACÉRATS HUILEUX

Conditionnement : flacon en verre 50 ml

Huile de calendula

Calendula officinalis, Adoucissante

Huile de camomille

Anthemis nobilis, Calmante

Huile de pâquerette

Bellis perennis, Astrigeante

Huile de millepertuis

Hypéricum perforatum, Régénérante

Huile d'achillée millefeuille

Achillea millefolium, Cicatrisante

Huile de sauge

Salvia officinalis, Réparatrice

Huile de romarin

Rosmarinus officinalis, Tonifiante

Huile de lierre grimpant

Hedera helix, Raffermissante

Huile de lavande

Lavendula angustifolia, Relaxante

Huile de mélilot

Melilotus officinalis, Circulatoire

AROMATES : mélanges pour la cuisine

Conditionnement : tubes en verre

Grillades

Thym • Romarin • Sarriette • Origan

Pizza

Origan • Basilic • Thym

Poissons

Hysope • Fenouil • Citronnelle

Taboulé

Menthe • Thym Citronné • Bleuet

Salade

Estragon • Basilic • Calendula

Potages

Ortie • Origan • Laurier • Saugé

Fenouil

Foeniculum vulgare

Laurier sauce

Laurus nobilis

Origan grec

Origanum vulgare hirtum

Romarin

Rosmarinus officinalis

Saugé

Salvia officinalis