

quand il n'y avait pas de médecin, quand on n'avait rien d'autre. On l'utilisait pour tout." C'est que l'impératoire a un principe actif antibiotique, explique encore la botaniste: "Elle cicatrice les blessures ouvertes, tire le pus, les infections... Elle va nettoyer tout ça. Elle a vraiment cette aptitude à tirer dehors tout ce qui est infecté, tout ce qui est eau dans les œdèmes. On va donc beaucoup l'utiliser pour les blessures, les œdèmes, les maladies de la peau comme le psoriasis, l'eczéma... Elle va calmer, désenflammer. En phytothérapie, c'est hyperefficace pour tout ce qui concerne la sphère des poumons. C'est idéal en tisane avec du miel quand on tousse. C'est également très bon pour toute la sphère estomac, intestin, les gastro-entérites..."

Une plante à usages multiples

À en croire l'herboriste, ces plantes sont si puissantes qu'elles étaient autrefois aussi utilisées pour désinfecter les pièces. On les mettait également dans des bidons sur lesquels s'asseyaient les femmes qui venaient d'accoucher pour désinfecter toute la sphère génitale. "On pourrait même imaginer une action sur le nouveau coronavirus, pense Rose Planchard. Quand on avait autrefois de grosses épidémies, on désinfectait avec ce que l'on avait. On n'avait pas de gels hydroalcooliques. L'impératoire est une grande désinfectante. [...] Quand on mâche la racine, c'est anesthésiant tant c'est puissant. Il y a une amertume et ça brûle un peu. Si on a une rage de dents, une racine que l'on mâche peut soigner l'infection et anesthésier en même temps." Fallait-il encore le préciser, "la grande chouchoute dans nos vallées, c'est l'impératoire. Chez nous, on l'appelle la panacée des Alpes".

Avec le changement climatique...

Fondateur et directeur de la marque de cosmétiques Alpeor, Alexandre Flueckiger est tout aussi intarissable sur les plantes de ses montagnes, dont il feuillette un magnifique herbier. Avec un focus sur le rhodiola, une plante adaptogène, originaire de Sibérie, connue pour fortifier le corps et renforcer le système immunitaire. Une fleur intéressante aussi, grâce à son effet antidépresseur, pour des gens qui souffrent d'un petit spleen momentané. "Les extraits équilibrent à la fois le corps et l'esprit", nous dit-il. Incorporés dans les cosmétiques de cette marque suisse, les actifs du rhodiola permettraient à la peau de s'adapter aux différents microstress (pollution, vent, soleil, air conditionné, chaud, froid...) qui accélèrent le vieillissement de la peau.

"On peut tellement apprendre d'une plante: pourquoi elle pousse à côté d'un lac, à telle altitude, au soleil ou à l'ombre, pourquoi elle survit au milieu du désert... Nous, on peut aller chercher de l'eau dans une oasis, mais la plante, elle, doit rester là. Si elle n'a pas d'eau pendant six mois et si elle veut survivre, elle doit trouver quelque chose. Les plantes alpines sont très intéressantes parce que, en été, il fait très chaud et, en hiver, il fait très froid. Elles ont cette grande capacité d'adaptation à cette différence extrême de température. Les plantes qui ont survécu dans les Alpes sont donc des plantes fort résistantes, qui ont développé des mécanismes de survie, et surtout maintenant, avec le changement climatique où la température monte, elles doivent aussi monter en altitude et s'adapter.

Mais quand elles montent, elles se trouvent en concurrence avec d'autres, des arbres, des animaux... Souvent, les plantes collaborent entre elles. Il y a par exemple une plante et, à côté, un champignon. Généralement, la plante fait la photosynthèse. Elle apporte des nutriments au champignon qui ne fait pas de photosynthèse et celui-ci va lui apporter d'autres nutriments. Elles font en quelque sorte du troc. Mais si la plante doit monter à 2000 m d'altitude, le champignon ne la suit peut-être pas..."

L'edelweiss, par exemple, pousse de plus en plus haut. "Normalement, l'edelweiss poussait dès 1800 m pour qu'elle ait les bons actifs. Maintenant, on en trouve à 2000 m d'altitude, constate ce passionné de botanique. On en trouve toujours à 1800 m, mais elles n'ont plus d'actifs à l'intérieur, ou en tout cas elles en ont moins. La mauve, qui pousse plus en plaine, est aussi montée, à la recherche de plus de frais." Une inquiétante ascension.

→ Plus d'infos: www.bellatola.ch



D'un bleu turquoise éblouissant, le lac du Moiry annonce un paysage de toute beauté avec le glacier.



Les oreilles aux aguets, Olivier Jean-Petit-Matile, ornithologue suisse hors pair, guette le moindre chant d'oiseau.



Dans l'herbier de la marque de cosmétiques Alpeor, que des trésors...



Rose Planchard, herboriste, vante les multiples vertus de l'impératoire, grande dame de ses montagnes.