

# Réhabiliter les herbes méprisées

L'association Patrimoine de Neuwiller-lès-Saverne proposait ce samedi une rencontre avec Anny Schneider, herboriste reconnue. Originaire du village, elle vit au Canada depuis plus de trente ans.

De passage dans la région qui l'a vu naître, Anny Schneider s'est penchée sur les plantes sauvages réputées mauvaises des abords de la localité.

## Coup de gueule contre « la monoculture du maïs »

La salle du chapitre était bien exigüe pour accueillir la soixantaine d'amis, connaissances et passionnés de nature venus entendre celle qui œuvre tant dans son pays d'adoption pour la nature et la reconnaissance des thérapies par les végétaux. Après une heure de présentation de ses activités ponctuée de quelques « coups de gueule », notamment contre « la monoculture du maïs devenue la règle dans nos régions », il était temps de gagner le terrain d'investigation. Anny tombe sur un parlerre de « pissenlits ». Ce mal aimé des jardins appelé aussi « dent de lion » est un désintoxiquant du sang et draineur de l'organisme. Il le nettoie en période de chan-



Le plantain, l'une des stars de nos prés. PHOTO DNA

gement de saison. Mine de vitamines et minéraux, il se mange cru en salade (les feuilles) ou cuit.

Autre vedette pour Anny, le « plantain », autre mal aimé et pourtant si bienfaisant, lui aussi purificateur du sang des poumons, et de l'estomac il soigne en usage externe les conjonctivites et les piqûres d'insectes. Il suffit de froisser quelques feuilles et de les appliquer sur la partie touchée.

Autre star des prés et des terrains vagues, l'ortie. Riche en vitamines B, C, K, elle est bénéfique contre la fatigue, la chute des cheveux, l'acné ou l'arthrose. Elle se consomme en soupe, en salade, en purée comme les épinards. Toutes ces plantes se travaillent en décoction, en infusion ou en « teinture mère » à l'alcool ou au vinaigre.

La teinture mère consiste à faire macérer plusieurs jours une plante fraîche dans un mélange

d'alcool. La solution hydro alcoolique va se charger en principes actifs. Filtré, le résultat participera à la réalisation de remèdes thérapeutiques. Par son implication, son sourire et le débit de son élocution aux accents alsaco-qubécois, Anny Schneider a captivé le très nombreux auditoire et œuvré pour la réhabilitation d'espèces méprisées, pour elle un combat de tous les jours. ■