



# ART ET SANTÉ

## droguerie roggen

No 64 | Automne 2022 | Valeur Fr. 2.- | [www.roggen.ch](http://www.roggen.ch)

EMANUEL ROGGEN  
DROGUISTE DIPLÔMÉ



### A trop isoler...

La phytopharmaceutique moderne se concentre sur l'analyse des principes actifs contenus dans les végétaux, se bornant à standardiser les extraits et à les concentrer dans des produits commercialisables. La concurrence étant ce qu'elle est, c'est à celui qui mettra la plus grande quantité de principes actifs dans son produit. Cette course quantitative s'opère souvent au détriment de la qualité. Elle entraîne une forme d'aveuglement des laboratoires sur la présence, dans les plantes, d'autres composants présents en moins grande quantité et que l'on considère de prime abord comme inefficients. Or ces éléments participent assurément à renforcer l'effet des principes actifs stars de la plante. Si bien que l'emploi de produits ne contenant qu'une seule plante, de surcroît standardisée, prive le consommateur d'une association stratégique, pratiquée depuis la nuit des temps et connue pour réduire significativement le risque d'effets indésirables.



© Adobe Stock, Rozmarina

## Le pouvoir des plantes

La phytothérapie, ou médecine par les plantes, est une des thérapies médicales les plus anciennes au monde. On a retrouvé dans le corps d'Étzi, la momie des glaces âgée d'environ 5300 ans, des champignons efficaces contre les troubles gastro-intestinaux. Le médecin français Henri Leclerc (1870-1955) a été le premier à utiliser le terme de «phytothérapie». Auparavant, on parlait simplement de médecine par les plantes. Ce type de traitement, fondé sur les extraits de plantes et les principes actifs naturels, a pour but de prévenir, soulager ou guérir une maladie. Il comprend diverses

formes de préparation telles que les tisanes, les teintures mères, les comprimés ou encore les herbes utilisées en cuisine pour relever les plats. La phytothérapie est présente à travers le monde. De nombreuses méthodes thérapeutiques se basent sur la puissance des plantes. On peut mentionner la médecine traditionnelle chinoise (MTC), l'ayurveda en Inde (du sanscrit *ayur*, vie, et *veda*, science) ou encore la médecine kampo, pratiquée au Japon. Ces dernières années, en Occident, la phytothérapie s'est développée en une médecine scientifique, appliquée aussi bien par les médecins que par les naturopathes et les droguistes. MD avec Vitagate

### AU SOMMAIRE

PLANTE MÉDICINALE | page 3

*L'angélique,  
le yin et le yang à l'occidentale*

BALADE | pages 4-5

*Au Gibloux, sur le sentier des  
sculptures à la tronçonneuse*

# Se soigner avec les plantes



Les drogueries Roggen travaillent depuis de nombreuses années avec des mélanges de teintures mères, des préparations maison qui sont issues de la macération de plantes fraîches dans de l'alcool. Voici un aperçu des principales têtes d'affiche proposées dans les magasins de Domdidier, Estavayer-le-Lac et Romont.

## Cholestérol

Ce mélange permet de réguler le taux de cholestérol. L'ail, connu depuis 3500 ans, est particulièrement puissant du point de vue cardiovasculaire. Il permet de faire baisser le taux de lipides sanguins et la tension artérielle. Le cholestérol est produit pour les deux tiers par le foie: le chardon-Marie et l'artichaut permettront de soulager les fonctions hépatiques.

## Diabète

Ces gouttes aident lors de diabète lié à l'âge (type 2). Elles sont composées princi-

palement de taïga (éleuthérocoque), plante qualifiée d'adaptogène, car elle permet à l'organisme de retrouver un équilibre de fonctionnement. Les feuilles de myrtille, la pimprenelle épineuse, le galéga et les cosses de haricot ont un effet bénéfique sur le taux de sucre dans le sang.

## Pour l'homme

Destinées à la gent masculine, ces gouttes sont prescrites lors d'hyperplasie bénigne de la prostate (augmentation du volume de la prostate). Elles ont une action anti-inflammatoire et soutiennent lors de troubles de la miction. La courge, dont l'utilisation est reconnue par l'OMS (Organisation mondiale de la santé), contient une hormone végétale qui permet de prévenir et de traiter les troubles de la prostate. L'épilobe facilite la miction et a une action anti-inflammatoire. Avec ses propriétés diurétiques, fortifiantes et calmantes, le sabal (palmier nain d'Amé-

rique) trouve une place importante dans ce mélange.

## Cratégid'or

Cette teinture mère est à base d'aubépine. En médecine anthroposophique, les fruits de cet arbuste sont conseillés aux personnes d'âge mûr, alors que les fleurs et les feuilles sont réservées aux jeunes gens. Excellent fortifiant du muscle cardiaque, l'aubépine prévient les maladies du cœur. Elle régule la pression, active la circulation et augmente l'élasticité des vaisseaux sanguins.

## Clamer

Composé de plantes à principes amers comme l'absinthe, la centaurée, la gentiane et le millefeuille, ce mélange est très indiqué après un repas indigeste ou avant le repas pour ouvrir l'appétit. RL/VC

## DIPLÔME

### Félicitations à notre apprentie Salomé

Cette année, c'est Salomé Gugelmann qui est arrivée au terme de ses quatre années d'apprentissage à la droguerie Roggen de Domdidier. Elle a reçu son CFC (certificat fédéral de capacité) de droguiste le 15 juillet à Fribourg (en photo avec ses maîtresses d'apprentissage, Rachel Longchamp à gauche et Vanessa Collet à droite). Ce qui l'a attirée dans le métier? Le contact avec la clientèle. Salomé apprécie depuis toujours les

médecines naturelles, domaine qu'elle a pu approfondir dans son métier. Et pour la suite? Salomé a entamé fin août une maturité technique en voie bilingue à Fribourg, avec l'objectif de poursuivre avec la passerelle et accéder à la faculté universitaire de médecine. Toute l'équipe des drogueries Roggen la félicite encore pour cette réussite et lui souhaite plein succès dans ce nouveau projet. VC







© Cathy Roggen-Chausaz

# L'angélique, le yin et le yang à l'occidentale

## FICHE TECHNIQUE

### Angelica archangelica

#### HISTOIRE

Le mot latin *angelica* vient du grec *aggelikos* qui signifie messenger. *Archangelica* est un superlatif d'*angelica*. Citée pour la première fois au XIV<sup>e</sup> siècle, l'angélique est décrite par le botaniste et médecin Jakob Dietrich von Bergzabern en 1588 comme «une plante et une racine curative qui semblent avoir été données au genre humain par le Saint-Esprit ou les bons anges.»

#### BOTANIQUE

L'angélique développe un rhizome avec un système racinaire très dense, qui donne naissance à une rosette de feuilles, puis à une tige creuse et cannelée pouvant atteindre 2 m de hauteur. Les grandes feuilles sont rattachées à la tige par une large gaine et composées de rameaux portant des folioles pennées.

#### VERTUS

Stimulant du système digestif dans son ensemble, l'angélique est particulièrement indiquée en cas de troubles digestifs d'origine nerveuse, lors de spasmes intestinaux et de flatulences. Fortifiant du système nerveux en cas d'anxiété, de troubles de l'humeur et de fatigue chronique, elle s'avère spécialement efficace quand ces troubles sont présents chez des femmes. *CHR*

L'angélique permet à l'être humain de prendre conscience de son espace intérieur, dans lequel il peut se rencontrer lui-même. Si cet espace est occupé par l'influence d'impressions, d'expériences et de problèmes, il en résultera une interruption du flux énergétique, ce qui va engendrer une réduction de la créativité. Il perd son identité et le recul nécessaire pour conserver une vue d'ensemble dans la complexité de la vie quotidienne.

L'angélique stimule l'introspection et soutient la formation d'une enveloppe protectrice qui favorise

le rétablissement de l'ordre entre l'intérieur et l'extérieur. La tête se libère pour accueillir à nouveau des idées innovantes et de l'inspiration, elle permet ainsi de relier l'esprit, l'âme et le corps. Du point de vue symbolique, l'angélique représente un être humain debout dans la vie, bien maintenu par sa structure de soutien, avec un regard ouvert et une respiration large.

Du fait d'une croissance trop rapide lors de la puberté ou d'un déferlement de mo-

difications intérieures en période de ménopause, ainsi que face à un changement de travail, un déménagement ou une séparation, il peut arriver que le corps menace de prendre le contrôle sur l'esprit. La personne éprouve alors le sentiment d'être à côté d'elle-même, comme si s'opérait une dissociation du corps et de l'esprit. L'effet de l'angélique consiste à rétablir la liaison

et à réintégrer les parties spirituelles dans le corps physique.

Les êtres qui possèdent encore peu de chaleur et de sécurité intérieures comme les enfants et les ado-

lescents, et qui se frottent aux expériences douloureuses de la vie, choisiront l'angélique pour les soutenir dans leur processus de développement. Au crépuscule de la vie, lorsque les peurs et les hésitations mènent à la dépression, lorsque la pauvreté des contacts sociaux isole les individus, l'angélique apporte énergie, chaleur, soutien et réconfort. *CHR*





# Cabinet de curiosité taillé à la tronçonneuse

Un hibou, une tronçonneuse, un armailli, Titeuf, Olaf, une boille de lait, un bouquetin, un épi de blé, un livre ouvert, une demi-vache... La centaine d'œuvres en bois qui bordent le «Chemin des sculptures à la tronçonneuse» de Sorens, au Gibloux, sont d'une grande variété de formes et de thèmes. Le sentier a vu le jour en 1998 et est régulièrement agrémenté de nouvelles créations. Il propose deux boucles, l'une de 3,3 km et l'autre de 2,4 km: idéal pour les pieds des petits marcheurs. L'escapade de 7,8 km suggérée ici, au départ du camping de Sorens, emprunte une portion seulement de ce parcours thématique. Il invite à découvrir le bois de Derbali, qui tutoie les 1000 mètres d'altitude et présente par endroits des allures de montagne. Avec ses percées sur les Préalpes fribourgeoises, notamment sur le Moléson, le panorama est splendide.

Le point de départ, qui se situe au camping de Sorens, est accessible en transports publics, avec le bus no 471 des TPF, qui circule entre Romont et Bulle. Quant aux motorisés, ils veilleront à garer leur

véhicule à gauche de la route principale en venant de Romont, sous les arbres, et non en face, dans le parking du camping, réservé aux résidents. Ils pourront également se garer à l'entrée du bois, au départ du sentier des statues, au point 1056.

C'est parti pour deux bonnes heures de marche entre pâturages et forêts. On suit les flèches jaunes du tourisme pédestre et on prend la direction de Gros Prary/Bulle. Une grande partie du parcours est couvert d'un agréable tapis de copeaux de bois. Et plusieurs tables de pique-nique ponctuent le tracé. Une fois à l'abri des arbres, on découvre les premières sculptures à la tronçonneuse. Elles sont nombreuses et mettent en lumière les talents artistiques de bûcherons d'horizons divers. Des panneaux de bois présentent également les travaux d'écriture d'écoliers.

Au premier croisement, on quitte le sentier des sculptures: on part à gauche, toujours en direction de Gros Prary. Le chemin traverse un domaine équestre, où vivent notamment les chevaux Idylle,

Pilatus, Zick-Zack ou en encore Wunderblume, nous informe une pancarte. Après une petite descente, on atteint le chalet des Gros-Prarys. A l'intersection en contrebas, on s'engage à droite, vers Le Bugnon/Bulle. On pénètre dans la forêt et on franchit Le Gérigno. On longe ce petit ruisseau jusqu'au pont qui permet de l'enjamber une nouvelle fois, pour repartir vers la forêt de Derbali. C'est la direction de Pra de Fera/Grangettes qu'il faut maintenant suivre.

A la prochaine bifurcation, on part à droite pour se diriger vers Le Gibloux/Fribourg. Rapidement, un panneau de bois indique notre retour sur le «Sentier des sculptures». Quelques centaines de mètres plus loin, un autre écriteau montre, vers la gauche, la direction à suivre pour le «Petit parcours», que nous empruntons. A quelques enjambées de la cabane du Derbaly, de larges panneaux informent sur le renouveau de la forêt vingt ans après le passage de Lothard. On peut y lire que l'ouragan avait couché 1,4 million de mètres cubes de bois, détruisant 10% des forêts suisses, avec des





© Cathy Roggen-Crausaz

rafales dépassant les 190 km/h! Le bostryche, le vent et la canicule de 2003 ont doublé le triste bilan de la tempête. On finit par rejoindre une portion du tracé déjà parcouru à l'aller. L'accès au camping de Sorens est interdit: on reprend donc le même chemin qui nous a conduits au départ du sentier des statues pour boucler la boucle. CRC

## La fougère aigle



Voici une plante remarquable de nos forêts suisses. La fougère aigle est facilement reconnaissable à son imposante taille, pouvant atteindre les trois mètres, ce qui en fait la plus grande fougère de nos régions. La forme de ses frondes rappelle celle de l'aile de l'aigle,

d'où son nom. C'est une plante forestière qui affectionne les sols humides et se développe en de grandes colonies. Dans certains endroits, comme au Gibloux, les denses peuplements de fougères aigles paraissent même envahissants. Toxique dans toutes ses parties, la plante est néanmoins broutée par les cervidés, qui affectionnent les jeunes pousses. Elle est intéressante en horticulture pour le paillage: elle attire les limaces, mais contient du cyanure qui les empoisonne. Elle sera donc une précieuse alliée de votre jardin potager. ER

## Sureau rouge



Moins connu que son cousin le sureau noir, le sureau à grappe ou sureau rouge est un arbuste ne dépassant pas les quatre mètres de haut. Il se fait remarquer à la fin de l'été et au début de l'automne par de généreuses grappes de fruit rouge vif. Ses feuilles ont une

forte odeur que certains apparentent à du pneu brûlé, et d'autres au Parfait, la pâte de foie à tartiner. Ses rameaux contiennent également une moelle qui est brun-rouge, contrairement à celle du sureau noir, qui est blanche. Bien meilleur randonneur que ses proches cousins, il est le seul à avoir le pied alpin: on peut rencontrer le sureau rouge à plus de 2000 mètres d'altitude! Comme pour tous les sureaux, ses fruits crus sont toxiques pour l'homme. Il faut les cuire et, pour le sureau à grappe, en extraire les graines. On n'en fera donc pas de confiture ou de tarte, mais des gelées, des sirops ou même des eaux-de-vie. ER

## INFOS PRATIQUES

**Durée de la marche:** 2h30

**Distance:** 7,8 km

**Dénivelé:** ↗ 230 m / ↘ 230 m

**Pour qui?** Pour toute la famille

**Orientation:** cartes nationales 1:25 000 nos 1224 Moudon et 1225 Gruyère

**Café-restaurant:** restaurant du camping «La Forêt», tél. 026 915 35 34, fermé lundi et mardi.

🎯 **Point de départ**

★ **Sureau rouge**

⬠ **Fougère aigle**



© SuisseMobile



# Hefico, l'huile de fougère composée

En phytothérapie, la fougère mâle est connue pour ses vertus décrispantes. Pour se prémunir des crampes, nos grands-mères confectionnaient des coussins de feuilles de fougères, qu'elles plaçaient durant la nuit sous les mollets; le curé Künzle préconisait l'emploi d'une grosse racine placée sous le lit.

La droguerie Roggen confectionne une huile de massage à base de fougères, l'Hefico. Elle est particulièrement recommandée lors de crispations musculaires, de crampes et d'autres douleurs musculosquelettiques. Très appréciée des sportifs et des randonneurs, elle s'avère d'une aide précieuse lors de douleurs de croissance.

C'est au courant du mois de juin que commence la récolte des feuilles et des racines de fougère. Elles sont mises en macération dans de grands bocal remplis d'huile d'olive, qui sont placés dans des serres en verre sur les flancs du Cousimbert. Au mois de septembre, après avoir filtré l'huile au chalet, le précieux liquide est transporté dans notre laboratoire de Domdidier, où il recevra encore quelques huiles essentielles afin de parachever sa composition et son parfum. ER



## LA RECETTE DE SONJA

### Pizza en boules: senteur et saveur assurées

**Créée par Sonja Aerne-Roggen pour famille nombreuse, à adapter selon le nombre de convives**

Etaler la pâte à pizza\* en rectangle d'environ 1 cm d'épaisseur et couper en carrés réguliers selon la grandeur du/ des moule(s).

Badigeonner chaque carré d'un peu de sauce tomate, puis garnir de petits dés de mozzarella, d'une noisette de mascarpone, de champignons émincés, de bâtonnets de lardons, de carrés de jambon, de cœurs d'artichauts émincés... ou tout ce que vous aimez sur une pizza. Laisser un peu d'espace dans les bords.

Poivrer. Rabattre les quatre coins du carré vers le centre et façonner délicatement une boule. Poser chaque

boule, fermeture vers le bas, dans le/les moule(s) badigeonné(s) d'huile d'olive. Couvrir d'un linge humide et laisser lever le temps de préchauffer le four à 220° C, chaleur tournante. Oter le linge et dorer au pinceau avec un peu de sauce tomate mélangée à quelques gouttes d'huile d'olive. Saupoudrer de graines de sésame ou de pavot, ou d'épices fraîches ou séchées (thym, romarin, épices pour pizza).

Glisser au milieu du four pour 35-40 minutes. Après 20 minutes, baissez la température à 200°. Sortir du four et laisser un peu reposer avant de démouler. Dégustez avec une salade.

\*La recette complète, avec pâte à pizza, est disponible sur la page «Actualité» du site internet [www.roggen.ch](http://www.roggen.ch)



*La phytothérapie est une des thérapies médicales parmi les plus anciennes. Phyto vient du grec et signifie plante ou végétal.*

L'histoire de la phytothérapie remonte à l'âge de la pierre. Elle consiste à traiter les maladies par les plantes ou leurs extraits. Une tablette d'argile gravée datant de 3000 av. J.-C. serait le premier texte connu sur la médecine par les plantes. Attribué aux Sumériens, cet écrit cite déjà l'usage de décoctions de thym ou de saule. La phytothérapie classique est aussi parfois appelée médecine monastique, car, au Moyen Âge, les monastères étaient les principaux vecteurs de connaissances sur les plantes médicinales.

En Europe, le médecin grec Hippocrate (460-377 avant J.-C.) a fait connaître et a décrit une grande quantité de plantes. On peut citer comme autres pionniers de l'histoire de la phytothérapie, la moniale bénédictine allemande Hildegarde de Bingen (1098-1179), le savant de la Renaissance Paracelse (1493-1541) ou, plus proche de nous, le curé-herboriste suisse Johann Künzle (1857-1945).

## Philosophie

Toutes les plantes produisent une quantité de substances que l'on peut retrouver de la racine jusqu'aux fleurs. Lorsque ces substances, considérées individuellement ou en combinaison avec d'autres éléments, présentent des effets thérapeutiques pour l'être humain, les spécialistes parlent de principes actifs ou de groupes de principes actifs.

Les adeptes de la phytothérapie estiment que les composants, se complétant de façon naturelle, obtiennent un effet global qui stimule davantage le processus de guérison que l'emploi de principes actifs isolés.

On distingue deux types de phytothérapie. D'une part la phytothérapie traditionnelle, qui reprend des usages ancestraux empiriques et se consacre, par une approche holistique, aux effets de la plante dans sa globalité et agissant sur tout l'individu.



D'autre part, la phytothérapie médicale; elle utilise des principes actifs qui sont extraits des plantes selon différents procédés, avec de l'eau, de l'alcool ou d'autres solutions, et qui sont travaillés en forme concentrée, séchée ou autre. Ces médicaments élaborés industriellement sont contrôlés par Swissmedic, l'Institut suisse des produits thérapeutiques.

## L'application

L'utilisation de la phytothérapie peut se faire par voie interne ou par voie externe. Par voie interne sont utilisées les tisanes: plante seule ou mélange de plantes à préparer en infusion, décoction ou macération; les teintures mères: macération de plantes fraîches dans de l'alcool; les comprimés:

compression de poudre de plantes; les poudres: obtenues après dessiccation de la plante, leur élaboration comportant deux étapes, la pulvérisation et le tamisage; la gemmothérapie: macération de bourgeons de plantes dans un mélange de glycérine, d'eau et d'alcool; les jus frais: obtenus par pressage des fruits mûrs, tamisage, centrifugation puis pasteurisation. Par voie externe, on fait usage de compresses: au moyen d'une infusion de plantes fraîches ou à l'aide d'une teinture mère; crèmes: produites à l'aide de teintures mères; frictions: avec, par exemple, de l'esprit de genièvre; inhalations: au moyen d'une infusion de plantes fraîches; cataplasmes: à l'aide de plantes fraîches ou de poudre de plantes (comme les cataplasmes de farine de lin). MD

## Teintures mères, tisanes et comprimés

Il est intéressant de faire des associations de plantes, afin de réunir plusieurs principes actifs et d'obtenir une synergie entre les différentes substances. La droguerie Roggen travaille avec des mélanges de teintures mères (voir p.2) et de tisanes, ainsi qu'avec des comprimés. Les teintures mères se montrent particulièrement efficaces chez des personnes ayant un métabolisme lent, comme les personnes âgées. La forme tisane est, de nos jours, reléguée à une pratique de grand-mère, considérée

comme archaïque et peu efficace à cause de sa faible teneur en principes actifs. On oublie souvent que ce n'est pas toujours par la force que l'on obtient les meilleurs résultats. Et hormis le fait qu'elle oblige la personne à boire, elle a l'avantage de distribuer une toute petite quantité de principes actifs sur toute la journée. Quant aux comprimés, ils sont faciles à prendre et permettent de transmettre l'ensemble des éléments présents dans une plante comme si on la consommait directement. MD



## ACTIVITÉS

### ATELIER TISANE POUR LES ENFANTS

Viens apprendre à confectionner ton «thé froid» maison. Tu repartiras avec un sachet de tisane que tu pourras faire déguster à ta famille. Cet atelier aura lieu **mercredi 12 octobre 2022** à la droguerie **Roggen à Domdidier** (Vy-d'Avenches 12), de **14h à 15h30**. Ouvert aux enfants dès 6 ans. Prix: CHF 10.- par enfant, matériel compris. Places limitées à 12 participants. Inscription obligatoire par tél. au 026 652 32 02 ou par mail à [romont@roggen.ch](mailto:romont@roggen.ch).

### IMPRESSION VÉGÉTALE

Son nom scientifique *Dryopteris filix-mas* fait penser à un dinosaure. Cocasse, car la fougère est une plante primitive ayant vraiment connu ces animaux préhistoriques! Lors de cet atelier découverte, nous t'invitons à faire connaissance avec ce drôle de végétal. Après avoir partagé l'histoire «L'échelle du diable», nous réaliserons une impression végétale. Chaque participant.e repartira avec un sac en coton qu'il aura imprimé et le livre «Les secrets de la fougère». **Mercredi 28 septembre 2022 de 14h à 16h à la**

**Maison Saint-Charles à Romont** (rue du Château 126). Ouvert aux enfants de 7 à 12 ans, max. 12 participants. Prix: CHF 30.- par enfant, y compris sac et livre. Réduction de 15.- pour les autres enfants de la famille (sans livre). Inscription obligatoire par tél. au 026 652 32 02 ou par mail à [romont@roggen.ch](mailto:romont@roggen.ch).

### LE CARNET DES ENVIES

Durant cinq ans, Cathy et Emanuel ont animé le «Carnet de rando». Ils vous ont donné rendez-vous, une fois par mois, dans un coin entre la Glâne et la Broye, ou ailleurs entre le pays de Fribourg et le canton de Vaud, pour découvrir les plantes au fil des saisons. Ce programme culturel et botanique évolue et devient le «Carnet des envies». Désormais, les sorties auront lieu sur une journée, à travers la Suisse romande. L'idée est de proposer des randonnées sur des thématiques (les narcisses, les arolles) ou des lieux que Cathy et Emanuel souhaitent faire découvrir à leurs client(e)s. L'aventure démarre **jeudi 13 octobre 2022 avec une virée à travers les vignobles en terrasse du Lavaux**, de St-Saphorin à Villette. Pour s'inscrire, rendez-vous sur [www.grandangle.ch](http://www.grandangle.ch) (onglet agenda).

## LES DROGUERIES ROGGEN VOUS ACCUEILLENT À...

### 1564 DOMDIDIER

Vy-d'Avenches 12  
Tél. 026 675 15 25  
[domdidier@roggen.ch](mailto:domdidier@roggen.ch)

#### Heures d'ouverture

Lundi à vendredi:  
8h-12h et 13h30-18h30  
Samedi: 8h-12h et 13h30-16h  
**Mercredi après-midi fermé**

### 1470 ESTAVAYER-LE-LAC

Grand'Rue 27  
Tél. 026 663 85 63  
[estavayer@roggen.ch](mailto:estavayer@roggen.ch)

#### Heures d'ouverture

Lundi à vendredi:  
8h-12h et 13h30-18h30  
Samedi: 8h-12h et 13h30-16h  
**Lundi matin fermé**

### 1680 ROMONT

Rue de l'Église 82  
Tél. 026 652 32 02  
[romont@roggen.ch](mailto:romont@roggen.ch)

#### Heures d'ouverture

Lundi à vendredi:  
8h-12h et 13h30-18h30  
Samedi: 9h-12h et 13h30-16h  
**Lundi matin fermé**

...et en tout temps sur  
le site internet

[www.roggen.ch](http://www.roggen.ch)



## LIVRE

### Parce qu'il faut cultiver son jardin...

Le jardin de curé était l'héritier des antiques jardins monastiques et se distinguait en cela des jardins de nos campagnes. Il comportait des légumes et des fleurs, mais il abondait en plantes. Pourvu de plus de connaissances que ses paroissiens, le curé de campagne, vivant dans un environnement le plus souvent dépourvu de médecin, avait repris la tradition des moines du Moyen Age, et son jardin n'était pas sans rappeler l'*hortus conclusus* essentiellement dévolu aux «simples». Plus de cent plantes

décoratives, mais surtout médicinales sont illustrées de gravures du XVIII<sup>e</sup> siècle et décrites avec leurs caractéristiques et leurs vertus nutritives ou curatives dans un beau livre à feuilleter.

**L'herbier des jardins de curé, Jérôme Goutier, Flammarion, 2019, 255 pages. CHF 42.30**

Ce livre est présenté en collaboration avec la librairie La Rumeur à Romont. Il est également en vente dans les drogueries Roggen.

