

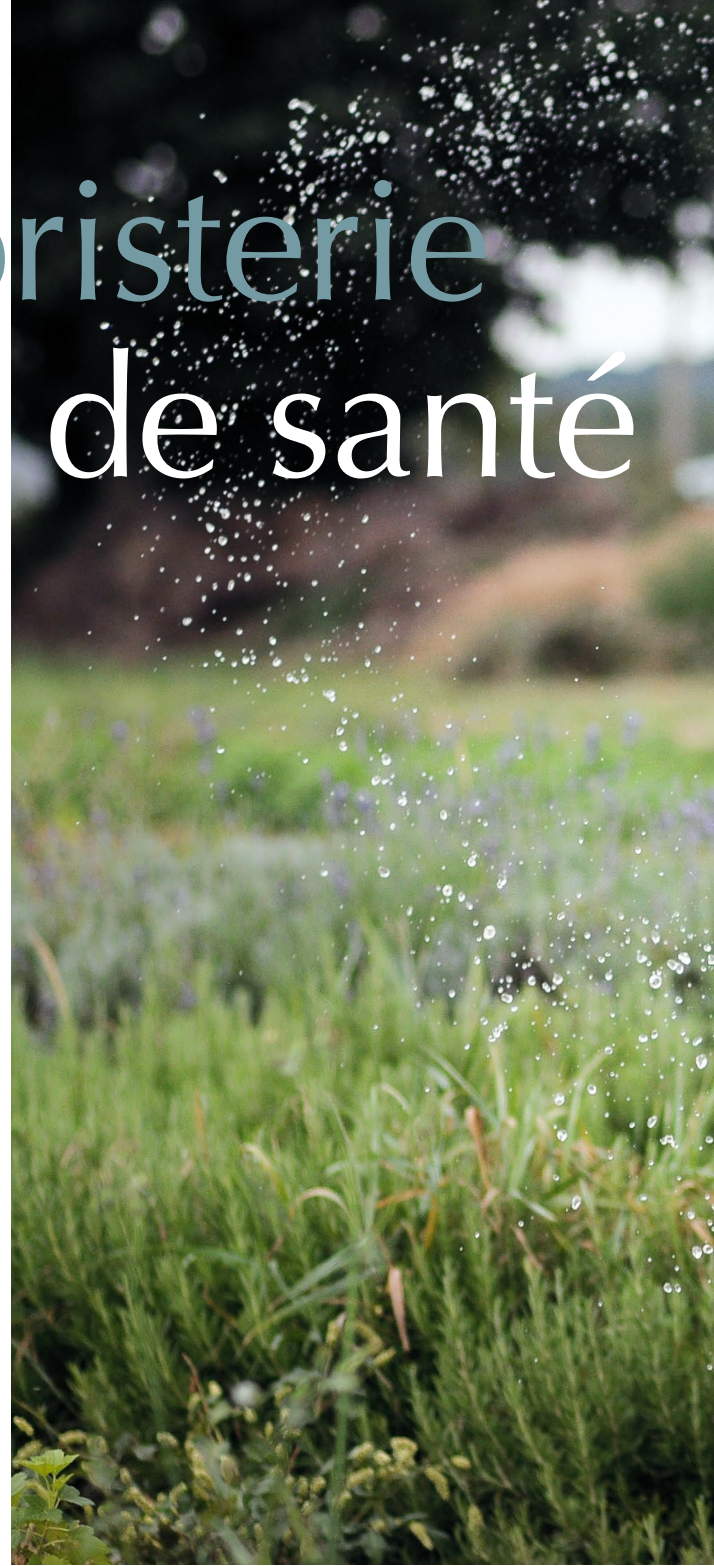
L'herboristerie en regain de santé

Se soigner par les plantes convainc de plus en plus. Les formations proposées par l'école d'herboristerie, à Plounéour-Ménez, affichent complet alors qu'en trente ans le nombre de producteurs de simples est passé de deux à soixante-dix-huit en Bretagne. Ceci à l'heure où la législation pourrait évoluer.

Texte : Laëtitia Gaudin-Le Puil
**Photographies :
Dünvel Josset - Xavier Dubois**

En 2014, le documentaire *Anaïs s'en va-t-en guerre* révèle au grand jour les difficultés d'installation d'une jeune Bretonne de vingt-quatre ans mue par la passion des plantes médicinales et aromatiques. Pendant plusieurs mois, la réalisatrice Marion Gervais a filmé l'énergie déployée par Anaïs Kerhoas pour transformer son rêve d'autonomie en réalité professionnelle du côté de Saint-Suliac (35). Mais le parcours de la jolie brindille est pavé de difficultés. Rincée, épuisée par les déconvenues, elle lance : "Je les aime mes plantes mais ils vont réussir à me dégoûter." Devant la caméra, elle raconte les bâtons dans les roues, la misogynie du monde

agricole, le découragement, la colère, la pluie, la joie des premières récoltes de la reine-des-prés, nez et cheveux couleur des blés au vent. Genoux plantés en terre, elle trouve auprès du pionnier Gérard Bensoussan, producteur de plantes aromatiques et médicinales à Tréogat, dans le Finistère, la ressource nécessaire pour poursuivre l'aventure, sans le sou, à force de pugnacité et



PAGE SUIVANTE
Une préparation en biodynamie à base de bouse de vache et d'eau est dispersée à la tombée du jour sur tout le champ. Cette technique peut se rapprocher de l'homéopathie. Cela permet de renforcer le système racinaire des plantes.



d'huile de coude. L'histoire d'Anaïs est pourtant belle. Parce que la jeune fille déterminée est d'une sincérité déconcertante. Et que l'apparente naïveté de son ambition, "faire du bien aux gens avec mes tisanes", sert un virage sociétal : un besoin pressant et collectif de retour vers la nature. En somme, prévenir avec des plantes plutôt que guérir avec des médicaments.

"L'air du temps" n'est donc pas toujours nauséabond. Parfois, il anime des vents porteurs et encourage des dynamiques collectives d'intérêt général. Beaucoup croient l'herboristerie réservée à quelques esprits marginaux dopés par l'envie de cultiver leurs différences sur un terrain fertile à la sorcellerie alors même que 80 % des médicaments proviennent des principes actifs de la plante. C'est la preuve acca-



La récolte du pavot californien. Il est utilisé comme sédatif pour lutter contre les troubles nerveux.

blante de l'épais nuage qui enveloppe celles et ceux qui font (re)vivre l'héritage d'une médecine séculaire, populaire et locale. Partir à la découverte de la filière plantes médicinales et aromatiques en Bretagne, c'est d'abord être surpris par la diversité de ses acteurs. C'est un microcosme organique qui se serre les coudes et milite pour la reconnaissance de ses métiers. Tolérée mais pas réhabilitée, l'herboristerie demeure vivante. En Bretagne, comme partout sur le territoire français, ils sont producteurs – paysans herboristes –, transformateurs, vendeurs, herboristes “de comptoir” ou animateurs. Souvent tout à la fois, pour vivre de cette activité contrainte par la loi. En effet, depuis 1941, seuls les pharmaciens avec officine sont autorisés à vendre des plantes médicinales. Il leur faut donc contourner les obstacles et pratiquer une savoureuse gymnastique sémantique pour vendre leurs préparations. On comprendra malgré tout, sans trop de difficultés, les vertus des tisanes Atchoum ou Gros dodo.

Direction l'école d'herboristerie de Plounéour-Ménez, mille trois cents habitants, au cœur du parc naturel régional d'Armorique, là où l'or des ajoncs pigmente les paysages lunaires des monts d'Arrée. CapSanté est la dernière-née des cinq écoles françaises du genre. La haute bâtisse de bourg en travaux, louée à la mairie, héberge depuis quelques semaines les quatre salariés de l'association. Bientôt, le lieu accueillera la septième promotion de la formation certifiante, mais non reconnue par l'État, “connaissance et usage des plantes aromatiques et médicinales”. Deux années d'apprentissage pour tout savoir sur la plante fraîche et sèche dans le respect de la législation en vigueur. Au menu, cours d'anatomie/physiologie, chimie/biochimie, pharmacognosie, histoire de l'herboristerie, botanique et étude de monographies. Un copieux programme ouvert à cinquante-cinq élèves. Pas de sélection à l'entrée, mais un niveau baccalauréat fortement recommandé pour tenir la cadence. Avec une moyenne

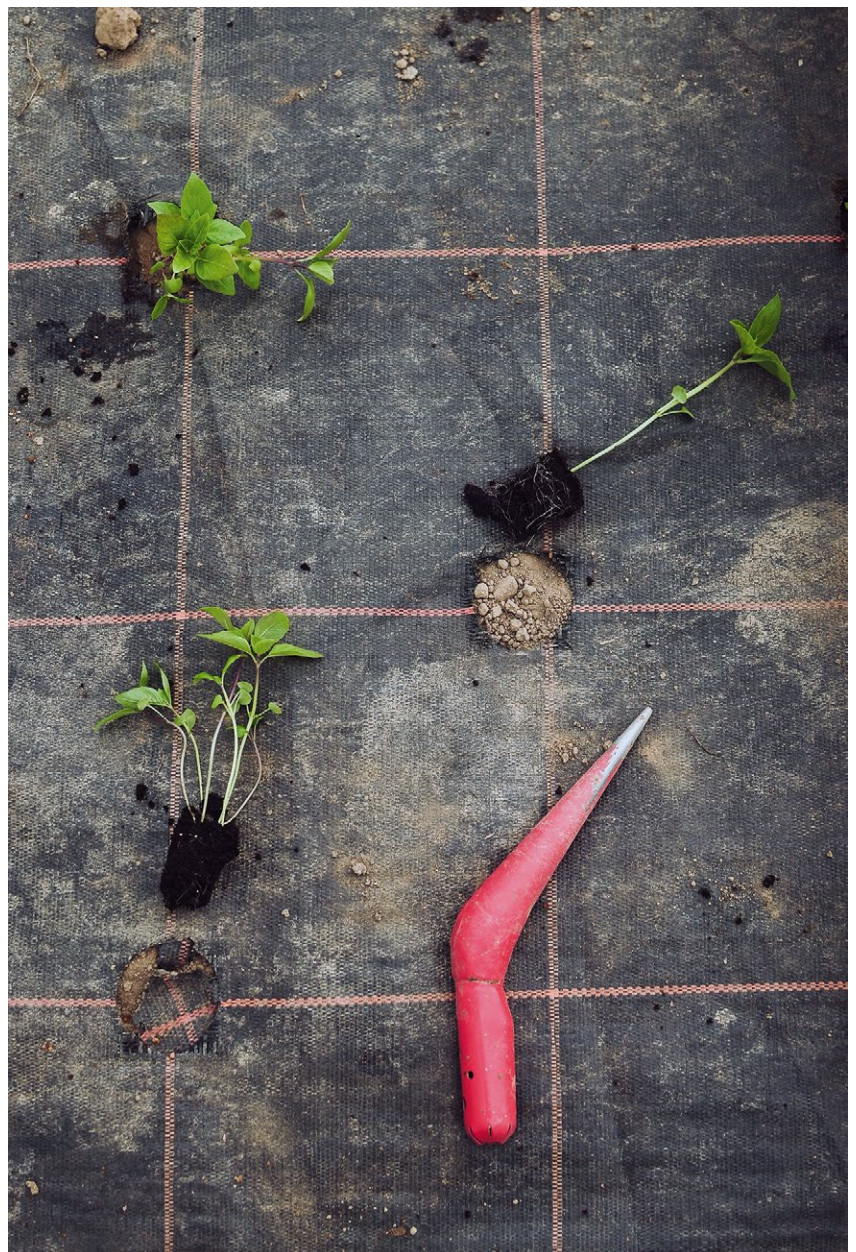
d'âge de trente-quarante ans, les profils sont divers. "70 % de nos étudiants sont des femmes. Dans la majorité des cas, ce sont des projets de reconversion professionnelle mais on remarque aussi la volonté d'ajouter une compétence à une pratique initiale", explique Muriel Durand, présidente de l'association depuis 2017 (N.D.L.R. : depuis la présidence a changé). Ainsi, les professionnels de santé sont de plus en plus nombreux à suivre l'enseignement de cette formation. Des médecins, des kinésithérapeutes, des infirmiers et même des pharmaciens soucieux d'approfondir leur apprentissage initial. "On ne parvient plus à répondre à la demande. Depuis quelques années, on assiste à un retour de l'humain vers la nature. On veut consommer mieux et être acteur de sa santé en préservant les ressources et l'environnement. C'est dans l'air du temps", analyse la jeune femme. L'association a été créée en 1995 par deux passionnés : Marie-Jo Fourès, infirmière phytothérapeute, et Jean-François Malgorn, producteur de plantes médicinales et aromatiques à Plounéour-Ménez. Leur souhait : transmettre leur connaissance des plantes à un large public. Des ateliers thématiques organisés par un réseau de bénévoles et animés par des professionnels de la discipline ont d'abord fait la réputation de l'association. En 2002, celle-ci comptait deux cent cinquante et un adhérents, quatre cent vingt-deux en 2018. En 2013, l'école a ouvert ses portes. Muriel Durand a intégré la seconde promotion. "J'avais commencé par un atelier pour apprendre à faire du baume au calendula. Marie-Jo Fourès animait cet atelier. C'était passionnant. Je suis tombée dans la marmite. J'étais infirmière depuis quelques années déjà. Je me sentais étriquée dans la pratique de ma profession. L'école venait d'ouvrir, j'y suis allée à l'impulsion, sans savoir si j'allais trouver ce que je cherchais. Finalement, j'ai trouvé beaucoup plus !", s'enthousiasme la jeune femme. Représentante de l'école bretonne auprès de la Fédération française des écoles d'herboristerie, elle œuvre avec d'autres à la réhabilitation des métiers de l'herboristerie.

NOUVEAUX HERBORISTES

Fin janvier 2019, une projection exceptionnelle est annoncée au cinéma associatif La Salamandre, à Morlaix, à une vingtaine de kilomètres de Plounéour-Ménez. La soirée est organisée par les représentants finistériens du syndicat des Simples,

créé en 1982 dans les Cévennes. Ce label fédère cent trente producteurs de plantes sur le territoire français soumis aux exigences d'un cahier des charges strict pour, notamment, préserver la ressource. La fine fleur de l'herboristerie en Finistère a prévu de s'y retrouver. Producteurs, anciens étudiants de CapSanté ou de l'Association pour le renouveau de l'herboristerie, associations, enseignants, consommateurs, ils se sont passé le mot. À l'entrée, dans la longue procession qui mène au guichet, pour tromper l'attente, une dame, drapée dans son étole annonce à voix haute : "L'autre jour, à Auray, c'était carton plein ! Plus

Le basilic est réputé pour ses vertus digestives. Ici de jeunes pousses sont piquées à l'aide d'un plantoir de manière géométrique. Il s'agit d'une culture sous tunnel.



Maëlle Guéhenec, membre de l'association des producteurs du Morbihan, cultive des plantes médicinales bio à Locmariaquer dont elle extrait pour certaines des huiles essentielles. Ici, elle surveille son alambic rempli de pétales de roses.

de trois cents personnes. Cent quatre-vingts hier, à Plougastel-Daoulas. J'espère qu'il y aura de la place pour tout le monde." À l'affiche, le documentaire *En quête des nouveaux herboristes*, réalisé par Daniel Schlosser "pour voir clair sur ce qui se passe aujourd'hui autour de la filière". Thierry Thévenin, cinquante ans, producteur de plantes médicinales et aromatiques depuis plus de trente ans, président de la fédération des paysannes et paysans herboristes et porte-parole du syndicat des Simples a fait le déplacement de la Creuse pour débattre avec le public, aux côtés du réalisateur. Ce fervent défenseur de la cause est l'un des personnages du film. Feuille noircie de centaines de noms dans une main, sa tournée des salles bretonnes a des allures de chemin de croix. La pétition "Réhabilitons les métiers de l'herboristerie" circule entre les sièges. Elle annonce

déjà quatre-vingt mille signatures et fait écho au rapport de la mission sénatoriale rendu public fin septembre 2018.

Fin de la projection. Les questions et les interventions sont nombreuses, référencées et intéressées, Isabelle Chaillou, productrice de plantes à Guiclan depuis plus de dix ans, avoue ne pas avoir eu "le courage d'ouvrir une boutique. Quand il a fallu faire un choix, la production m'a semblé la meilleure solution au vu des contraintes. Le statut agricole légitime l'installation." Une herboriste de comptoir souhaite entendre les pronostics de Thierry Thévenin pour le futur : "Dans le film, vous êtes optimiste. Pourquoi ?" Un chiffre. "Il y a trente ans, la Bretagne comptait deux producteurs de plantes médicinales et aromatiques. C'était embryonnaire !" Ils sont soixante-dix-huit aujourd'hui,



labellisés “agriculture biologique”. “Il y a un intérêt grandissant pour les plantes. Malgré les difficultés, nous sommes de plus en plus à pratiquer, ce qui veut dire que cela avance.” L’homme sait de quoi il parle. Il est l’une des personnalités civiles auditionnées en 2018 devant le Sénat pour nourrir une mission d’information sur le développement de l’herboristerie et des plantes médicinales. Mais il prévient : “À Auray, à l’issue de la projection, Joël Labbé, sénateur du Morbihan et rapporteur de la mission, a été clair : ‘Rien ne se fera sans vous.’” La salle n’est pas à convaincre. C’est ailleurs, à Paris, dans les couloirs du Sénat et de l’Assemblée nationale, que l’avenir de l’herboristerie se jouera ces prochaines années.

“La méthode Labbé”, comme la définit Thierry Thévenin, emporte l’unanime adhésion des intervenants. Et elle a déjà fait ses preuves avec l’interdiction des produits phytosanitaires sur les espaces publics des collectivités territoriales et la vente aux particuliers. “C’est une méthode douce, transparente, participative et représentative. Près de mille personnes ont été auditionnées publiquement. Trente-neuf propositions ont été adoptées à l’unanimité par les sénateurs. Ce sera peut-être plus difficile que pour le glyphosate, mais en face, ils sont peu nombreux et on est nombreux. L’attente n’est pas partisane. C’est pour cela que je suis optimiste.” En ligne de mire, le retour du diplôme pour les herboristes. De 1803 à 1941, un certificat permettait à ses détenteurs de faire le commerce des plantes sans toujours posséder une officine. C’était alors un métier de femmes modestes, plus accessible financièrement que la pharmacie. Activité de proximité, les herboristes étaient “un peu perçus comme des sorciers, mais aussi des guérisseurs, capables de miracles”, dit le Sénat dans son rapport. Depuis 1941, les herboristes travaillent donc avec une épée de Damoclès au-dessus de la tête. “Ces deux dernières années, les contrôles se sont multipliés. Beaucoup de jeunes ont arrêté leur activité. C’est la charge la plus lourde de ce métier. Et c’est très français. Dans d’autres pays, la législation est beaucoup plus souple. Il y a une tolérance”, note le producteur creusois.

“UNE AGRICULTURE DU GRAMME”

Dans son rapport, la mission sénatoriale propose de “consolider les atouts de la filière, en fixant un objectif ambitieux de 50 % des surfaces cultivées en bio, à l’horizon 2025”. Il y a un peu plus de



dix ans, Isabelle Chaillou et Loïc Le Polles ont posé leurs valises à Guiclan, petite commune finistérienne de deux mille cinq cents habitants, à une quinzaine de kilomètres de Morlaix. Dans le grand hangar qui jouxte la maison à Kerlaoudet-Bras, la productrice en plantes médicinales et aromatiques s’affaire autour des feuilles de frêne qui, avec celles du sureau, constitueront sa tisane Silhouette, une préparation drainante. La cuvée date de 2018. C’est l’une des contraintes indiquées dans le cahier des charges des simples : la plante doit être vendue dix-huit mois maximum après récolte. Elle passe ses mains dans la matière sèche pour extraire les impuretés restées après la récolte et aussi, sans doute, pour se nourrir

Après plusieurs heures de chauffe, l’huile essentielle et l’hydrolat sont récupérés goutte après goutte. L’huile essentielle est insoluble dans l’eau : les deux phases ne se mélangent pas. On peut ainsi séparer l’huile essentielle de l’hydrolat. Plus légère, elle se retrouve en surface.



La mélisse officinale est séchée à l'air ambiant par inertie dans le grenier de la ferme. Cette technique ne demande aucune consommation d'énergie. En plein été, le séchage dure deux à trois jours.

du doux bruit végétal qui rappelle les heures de travail. Un travail de fourmi. “Une agriculture du gramme”, note Thierry Thévenin.

Le temps où elle et son compagnon galéraient pour trouver la ferme qui leur offrirait les conditions d'une production biologique est loin. Après une formation à l'Association pour le renouveau de l'herboristerie en 2004, la production lui a semblé être un bon compromis, avec de belles possibilités de diversification. L'ancienne assistante sociale a alors complété sa formation à l'école d'agriculture. “Pour produire, il faut savoir comment fonctionnent les sols”, rappelle-t-elle. La vente de leurs plantes, tisanes, hydrolats – solutions issues de la distillation de plantes –, vinaigres et huiles aromatisées à l'ail des ours sur les marchés, aux magasins biologiques et aux herboristes de comptoir permet au couple de vivre de son activité et de garder un contact étroit avec la clientèle : “Je n'en reviens pas de ce que les gens me racontent. Les résultats sont parfois

bluffants”, s'étonne Isabelle Chaillou.

Valérie Gosselin achète des plantes séchées pour créer ses propres mélanges. Elle vend aussi des hydrolats “bourrés de principes actifs, en application externe comme en interne”. Elle fait ce que beaucoup n'ont pas osé tenter : ouvrir une herboristerie biologique au centre-ville de Morlaix, après s'être formée deux ans à l'école de Plounéour-Ménez. “Je ne viens pas du médical ni de la botanique mais cela a toujours été mon truc. À la maison, on soignait les petits maux du quotidien le plus naturellement possible. D'abord avec de l'homéopathie ensuite avec des plantes médicinales. C'est devenu une passion, alors j'ai souhaité creuser le sujet.” D'emblée, par facilité, Valérie Gosselin s'est vue dans la production. Mais la recherche d'un terrain est vite devenue un casse-tête pour cette Saumuroise tombée en amour pour la région après y avoir passé des vacances. Au courage qu'on lui prête, elle préfère le bon sens. “Il faut parfaitement connaître la

réglementation. Les gens pensent qu'on n'a pas de droits, mais on en a. Nous sommes encadrés par les législations française et européenne." Néanmoins, elle ne nie pas les contraintes. Aujourd'hui, cinq cent quarante-six plantes, dont le bleuet pourtant présent dans les compléments alimentaires, sont dans le giron des pharmaciens. Les herboristes ont certes le droit d'en vendre cent quarante-huit libérées du monopole pharmaceutique mais il leur est interdit d'informer leurs clients sur leurs usages, leurs propriétés et leurs vertus. "Les scandales sanitaires profitent aux métiers de l'herboristerie. Les citoyens se questionnent et se tournent de plus en plus vers les plantes. Ils veulent être acteurs de leur santé. Mais nous ne sommes pas concurrents des pharmaciens. Nous sommes complémentaires. Le monde des plantes est complexe. Il nécessite de s'informer."

TRADITION FAMILIALE

Cette officine finistérienne est aussi une herboristerie. "C'est celle de mon ex-associé, de ses parents et de ses grands-parents. Elle existe depuis 1923. Les formules des préparations, ce sont celles de son grand-père. Nous sommes dans une vraie transmission", explique la pharmacienne. Tisanes, gélules bio, huiles essentielles bio se partagent l'espace dédié. Une odeur végétale embaume le lieu à la décoration classique proposée par des laboratoires pharmaceutiques. Sur deux importants linéaires, des dizaines de plantes et de fleurs séchées conditionnées dans de petits sachets de papier avec fenêtre transparente pour apprécier le contenu. Leurs fonctions sont précisées au feutre noir : des tisanes laxatives, digestives, sédatives, etc. À chaque contrariété son savant mélange. Frêne, romarin, saponaire, tilleul, passiflore, valériane, coquelicot, etc. "Toutes nos plantes sont inscrites à la pharmacopée française, le-dictionnaire-français-des-indications-thérapeutiques-des-plantes", précise la pharmacienne en prenant soin de bien isoler chacun des mots pour signifier le fossé entre ceux qui savent, les pharmaciens, et les autres. Elle poursuit : "Vous pouvez bien sûr acheter des tisanes sur le marché auprès de producteurs. Mais cela dépend de vos attentes. Est-ce pour le plaisir ou pour trouver le sommeil ? En pharmacie, vous aurez la partie active et thérapeutique de la plante qui aura des propriétés sédatives. Cela peut être la feuille, la racine, la tige. Dans la pharmacopée française,

c'est précisé." Elle ne le sait sans doute pas, les tisanes d'Anaïs, d'Isabelle ou de Valérie sont aussi sélectives. La pharmacienne poursuit : "Cela fait vingt ans que je travaille ici et mon plus grand plaisir, c'est quand, comme ce matin, une dame me dit : 'Votre tisane laxative est formidable.' On apprend autant des gens. Il y a beaucoup de personnes pour qui c'est une tradition familiale de se soigner par les plantes." Une tradition orale partagée dans les officines mais aussi chez les nouveaux herboristes, qui parle tout simplement de l'avenir des simples. ■

Hachage de la mélisse avant son séchage. La coupe des plantes doit être effectuée très rapidement après la récolte pour en faciliter le séchage, et pour en faciliter l'usage.

