

<b>PRODUITS</b>	<b>prix</b>	<b>Qté 11/10/ 2018</b>	<b>Qté 20/12/ 2018</b>	<b>Qté 14/03/ 2019</b>	<b>Qté 20/06/ 2019</b>	<b>Montant TOTAL</b>
<b>Description des usages connus de ces produits à la suite des tableaux</b>						
<b>TISANES MELANGEES (sachet de 15 à 35g selon les plantes)</b>						
<b>Elles</b> (sauge, achillée, souci, mélisse, menthe verte)	4.20 €					
<b>Digestive</b> (tilleul, menthe, mélisse, camomille)	4.20 €					
<b>Tisane de l'hiver</b> (thym, origan, sureau, sarriette, souci)	4.20 €					
<b>Douceur</b> (ronce, mauve, rose gallique)	4.20 €					
<b>Pierrot la lune</b> (tilleul, mélisse, coucou)	4.20 €					
<b>Tisane du bonheur</b> (sarriette, monarde, menthe verte)	4.20 €					
<b>Pureté</b> (ortie, sureau, frêne, cassis, bleuet)	4.20 €					
<b>Matinale</b> (ortie, menthe verte et menthe poivrée)	4.20 €					
<b>Zen</b> (aubépine, mélisse, verveine)	4.20 €					
<b>Tisane du Soleil</b> (verveine, menthe, bleuet, tournesol et fenouil)	4.20 €					
<b>Tisane Equinoxe</b> (Romarin, pissenlit, tournesol, camomille matricaire, cassis)	4.20 €					
<b>Nouveau ! Tisanes « Les Enchantées » :</b>						
- <b>Harmonie</b> (ortie, cassis, rose, souci, monarde, tournesol, basilic cannelle)	4,20 €					
- <b>Femmes de la Terre</b> Tisane de 13 fleurs (voir détail page suivante)	4,20 €					
- <b>Le Coeur ouvert</b> (Tilleul, Menthe poivrée, Thym citron, Hysope, rose, souci) (Voir descriptifs page suivante)	4,20 €					
<b>Tisane de Noël (voir contrat spécial Noël à la suite)</b>						
<b>TISANES SIMPLES (1 plante, sachet de 15 ou 20g)</b>						
Cassis, frêne, mauve, menthe verte ou poivrée, mélisse, ortie, ronce, tilleul, sauge, thym citron	3.30 €					
<b>AROMATES</b>						
<b>Marmiton</b> (« herbes de provence » : sarriette, origan, thym) pot verre 20g	4.00 €					
<b>Thym citron</b> sachet 15g	3.30 €					
<b>L'italien</b> (Fleurs et feuilles d'Origan, pour les pâtes, pizzas...) pot verre 10g	3.50 €					
<b>L'oriental</b> (Menthes, Monarde) pot verre 10g	4.00 €					
<b>Magic'Ortie</b> (paillettes d'ortie) pot verre 10g	3.50 €					
<b>Fleurs</b> (Souci, Mauve, Monarde) pot verre 8g	4.00 €					
<b>Nouveau ! Basilico</b> (Basilic sacré ou basilic cannelle) pot verre 10g	3.50 €					
<b>COSMETIQUES A BASE DE PLANTES</b>						
<b>HUILES DE MASSAGE (flacon de 50ml)</b>						
<b>Au Calendula</b>	8 €					
<b>Au Millepertuis</b>	8 €					
<b>A la Pâquerette</b>	8 €					
<b>A la Camomille Romaine</b>	8 €					
<b>A la Rose de Provins</b>	10,00 €					
<b>BAUME au Calendula ( pot de 30 ml)</b>						
	8 €					
<b>TOTAL</b>						



En cas d'absence de l'Amapien lors de la livraison, la commande pourra être conservée par un membre du bureau de l'AMAP et remise à la livraison suivante. La commande peut être réglée **en un ou deux chèques**, au choix de l'Amapien.

**CONTRAT SPECIAL Noël (LIVRAISON 20 DECEMBRE 2017) à la suite**

## CONTRAT SPECIAL Noël (LIVRAISON 20 DECEMBRE 2017)

PRODUITS	nombre	Montant TOTAL
<b>Tisane de Noël à 4,50 €</b> (thym citron, mélisse, rose, basilic, pommes, cynorrhodons, sureau, ronce)		
<b>Colis « Gourmand » à 18 € comprenant :</b>		
1 Tisane de Noël (thym citron, mélisse, rose, basilic, pommes, cynorrhodons, sureau, ronce)		
1 Tisane au choix à indiquer		
1 Pot d'aromates au choix à indiquer		
1 pot de Coulis cassis et menthe infusée		
1 Sachet découverte d'aromates		
Des Recettes		
<b>Colis Noël « Bien être » à 22 € comprenant :</b>		
2 huiles au choix :		
Au Calendula		
Au Millepertuis		
A la Pâquerette		
A la Camomille Romaine		
A la Rose de Provins		
1 Baume au Calendula ( pot de 30 ml)		
<b>TOTAL</b>		

### USAGES TRADITIONNELS DES PLANTES PROPOSEES

(informations issues d'ouvrages d'herboristerie : Larousse des Plantes médicinales, Le livre des bonnes herbes de Lieutaghi, livres du docteur Valnet...)

#### LES TISANES

▮ **Elles** (Sauge officinale, Achillée millefeuille, Souci, Mélisse, Menthe verte), digestive et plantes connues pour régulariser les petits problèmes féminins. Tisane au goût aromatique (sauge) avec la douceur de la menthe et de la mélisse.

▮ **Digestive** (Tilleul, Menthe verte, Mélisse, Camomille romaine), traditionnellement utilisées pour favoriser la digestion. Goût frais et doux.

▮ **Tisane de l'hiver** (Thym commun, Origan, Sureau, Sarriette, Souci), usage traditionnel de ces plantes : rhumes, états grippaux. Tisane aux senteurs aromatiques

▮ **Douceur** (Ronce, Mauve, Rose gallique), plantes connues pour adoucir la gorge, la toux. Son goût doux et légèrement boisé est une vraie douceur !

▮ **Pierrot la lune** (Tilleul, Mélisse, Primevère officinale), connues pour leurs vertus apaisantes et calmantes, pour les petits et les grands. Tisane au goût bienfaisant du tilleul et légèrement citronné.

▮ **Tisane du Bonheur** (Sarriette, Monarde, Menthe verte), usage traditionnel : stimulant et tonique. Elle a un goût aux senteurs mêlées : aromatique, mentholé et légèrement sucrée avec la Monarde.

▮ **Pureté** (Cassis, Ortie, Sureau, Frêne, Bleuet), plantes traditionnellement utilisées leurs vertus diurétiques, drainantes et antirhumatismales. Goût végétal, et fruité avec le Cassis.

- ` **Matinale** (Ortie, Menthe verte ou poivrée), tonique, idéale pour commencer la journée, avec son goût mentholé.
- ` **Zen** (Aubépine, Mélisse, Verveine, Monarde), plantes connues pour la détente et le sommeil, mélange au goût citronné.
- ` **Tisane du Soleil** (Menthe, Fenouil, Verveine, Tournesol et Bleuet), tisane rafraîchissante à boire chaude ou froide, aux plantes connues pour être digestives.
- ` **Tisane Equinoxe** (Romarin, fleurs de Pissenlit et pétales de Tournesol), tisane au goût aromatique et stimulant, composée de plantes connues pour être digestives, stimulantes de l'organisme et du foie

#### « Les enchantées » :

- ` **Tisane Harmonie (Yin Yang)** (ortie, cassis, rose, souci, monarde, tournesol, basilic cannelle) , tisane équilibre de plantes solaires et de plantes lunaires, entre ciel et terre, avec des plantes connues pour être digestives.
- ` **Tisane Femmes de la Terre** (rose, monarde, lavande, mauve, tournesol, hysope, bleuet, agastache, sauge, coquelicot, souci) un joli mélange uniquement de fleurs, pour le plaisir, pour prendre soin de soi en lien avec la diversité de la Nature.
- ` **Tisane Le Coeur Ouvert** (tilleul, thym citron, menthe poivrée, hysope, rose et souci), une infusion pour reconnecter la joie, l'ouverture du coeur, la respiration, avec des plantes connues pour aider les affections des voies respiratoires.

**Tisanes Simples** plantes disponibles seules, traditionnellement utilisées pour les vertus suivantes

Cassis : diurétique, antirhumatismal, arthrose, arthrite, goutte

Frêne : diurétique, antirhumatismal, arthrose, arthrite, rétention d'eau, laxatif

Mauve : adoucissante, toux, gorge irritée, laxatif doux

Menthe verte ou poivrée : tonique digestif, antispasmodique, atténue nausées, ballonnements

Mélisse : relaxante, calmante, antispasmodique

Ortie : fortifiante, dépurative, antirhumatismale, en cas de fatigue

Ronce : maux de gorges

Sauge : plante à champ d'action large : digestive, tonique en cas de fatigue, régulation hormonale, transpiration

Tilleul : calmant, favorise le sommeil, rhumes

**Conseils de préparation : Verser de l'eau frémissante sur 1 pincée de plantes (entre 3 doigts) pour 1 tasse, couvrir, laisser infuser de 5 à 10 min, filtrer.**

**NB : L'usage des ces tisanes ne dispense pas d'un avis médical. Pour toute pathologie ou si vous êtes enceinte consulter d'abord un spécialiste.**

## LES AROMATES

- ` **Marmiton** (Sarriette, Origan, Thym commun), Herbes de « provence » pour parfumer vos plats : pizzas, viandes...
- ` **Thym citron** Pour parfumer poisson, poulet ou en tisane
- ` **L'italien** (Origan) Pour la cuisine italienne (pâtes, pizza...)
- ` **Magic' Ortie** Riche en minéraux, notamment en fer, pour saupoudrer vos plats
- ` **Mélange L'Oriental** (Menthés poivrée et verte, Monarde) : pour la préparation du taboulé, tajines, nems
- ` **Mélange Fleurs** Pour décorer salades, assiettes, plats, filets de poisson à la crème...
- ` **Basilico** (Basilic sacré ou cannelle) dans les salades, pizzas, pâtes...

## LES HUILES DE SOIN

` **Huile au Calendula**

*Pour les peaux sèches, irritées, apaise, cicatrise, pour le massage*

` **Huile au Millepertuis**

*Calme les brûlures, coups de soleil, tensions nerveuses du dos, cicatrise,...*

` **Huile à la Pâquerette**

*Raffermissante et tonifiante, soulage également les coups, ecchymoses...*

` **Huile à la Camomille romaine**

*Calme les inflammations de la peau, les douleurs musculaires, les rhumatismes...*

**` Huile à la Rose gallique**

*Huile de beauté, soin du visage, régénérant*

*Ces huiles sont des macérations solaires de fleurs, dans de l'huile de tournesol bio, quelques gouttes d'huile essentielle de Lavande bio sont ajoutées pour la conservation et une odeur agréable.*

## **LE BAUME**

**Baume au Calendula**

*Protège, régénère, apaise, cicatrise (irritations, inflammations, peaux sèches, crevasses, gerçures...)*

*ingrédients tous issus de l'agriculture biologique : Macérat de Calendula , cire d'abeille, huile essentielle de Lavande vraie*