



Arc Hebdo  
2800 Delémont  
032/ 421 44 44  
www.archebdo.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse journ./hebd.  
Tirage: 32'392  
Parution: 47x/année



Page: 11  
Surface: 7'364 mm²

Ordre: 844003  
N° de thème: 844.003

Référence: 73402940  
Coupage Page: 1/1

## MICROSCOOP

### La plante du XXI<sup>e</sup> siècle

La tradition orale raconte que dans la vie d'une herboriste, un jour c'est une plante qui va la rencontrer. Cela serait une grâce en guise de remerciements à l'herboriste pour son amour des simples, mais surtout pour le respect qu'elle voue à la nature. Andrée Fauchère raconte ce bonheur de connaître la belle *Rhodiola rosea* et nous confie son histoire, celle d'une plante dite adaptogène, dans son livre *Ma racine d'or* - «*Rhodiola rosea*» - *La plante du XXI<sup>e</sup> siècle*.



«Je ne tarirai pas d'éloges sur mon amie, celle qui est venue me trouver et qui restera longtemps encore celle qui apporte l'équilibre, la paix, la sérénité. Je laisserai au Dr Breckhman, de l'Académie des sciences de Russie, le soin de rappeler que ces plantes adaptogènes ont la capacité de stimuler nos défenses, eu égard à la biochimie, la neurologie, l'immunologie ou l'endocrinologie, en aidant notre corps à réagir et à répondre rapidement aux situations de stress auxquelles notre organisme est chaque jour confronté. *Rhodiola rosea* est parfaite, c'est la plante du XXI<sup>e</sup> siècle», écrit l'auteure./com

Andrée Fauchère, «*Ma racine d'or* - *Rhodiola rosea* - *La plante du XXI<sup>e</sup> siècle*», 120 pages. Editions Slatkine, Genève.