



ZOOM : L'alchémille millefeuilles (*Achillea millefolium* L.)

Plante vivace de la famille des Astéracées très répandue dans l'hémisphère Nord, elle est considérée comme une « mauvaise herbe » dans les massifs floraux, parfois même appelée « calvaire du jardinier ». Elle est néanmoins très résiliente aux aléas climatiques. La floraison de l'alchémille millefeuilles s'étend sur une large période et attire de nombreux insectes, acariens et araignées auxiliaires.

Ses vertus thérapeutiques sont connues depuis plus de 3000 ans, justifiant l'utilisation des feuilles et des sommités fleuries en médecine traditionnelle, et plus récemment en herboristerie. Cette plante est principalement recommandée pour soulager les troubles féminins, veineux, hépatiques et les problèmes digestifs.