

Plantes tinctoriales biologiques

La teinture végétale est facile pour qui a été initié aux méthodes de préparation des tissus appelées mordantage.

Les tissus, ainsi mordancés et prêts à être teints, sont trempés dans des décoctions de plantes tinctoriales. L'intensité de la couleur peut varier selon le temps de trempage et la quantité de plantes utilisées. Il est recommandé de teindre poids pour poids (poids du tissu = poids des plantes).

Les plantes disponibles et leurs couleurs :

- Tagète (fleurs) : jaune orangé
- Coriophe (fleurs) : orangé à brun
- ~~Cosmos sulfureux (fleurs) : orangé vif à rouge~~
- Camomille des teinturiers (fleurs) : jaune à orange pâle
- ~~Garance des teinturiers (racine concassée) : rouge~~

Tarifs :

- 250 gr : 8 euros
- 500 g : 15 euros
- 1 kg : 30 euros

Un Goût d'Air Libre

Sachets de plantes sèches

L'infusion :

Dosage : 1 à 2 cuillères à café de plante pour une tasse d'eau. Dans une casserole, mettre les plantes et l'eau froide puis porter à 80 °c et couper le feu. Laisser infuser quelques minutes puis filtrer.

Sur demande, les plantes sont également disponibles en vrac, de 50 à 300 gr. Nous consulter pour le tarif.

Nom de la plante	Quantité	Prix	Disponibilité
Achillée millefeuille	20 gr	3,00 euros	disponible
Calendula (souci)	20 gr	3,10 euros	disponible
Camomille	30 gr	3,00 euros	disponible
Hysope officinale	30 gr	3,00 euros	disponible
Herbes de Provence	40 gr	3,60 euros	disponible
Lavande fine	40 gr	3,00 euros	disponible
Mauve	15 gr	3,10 euros	disponible
Mélicite	20 gr	3,00 euros	disponible
Menthe douce	20 gr	3,00 euros	disponible
Menthe poivrée	20 gr	3,00 euros	disponible
Origan, herbe à pizza	20 gr	3,00 euros	RUPTURE
Prêle des champs	40 gr	3,00 euros	disponible
Romarin	40 gr	3,00 euros	disponible
Sarriette des montagnes	40 gr	3,00 euros	disponible
Sauge officinale	20 gr	3,00 euros	disponible
Thym commun	40 gr	3,00 euros	disponible
Tilleul	40 gr	3,50 euros	disponible
Verveine citronnée	20 gr	3,10 euros	disponible

Un Goût d'Air Libre

Mélanges de plantes pour tisanes

Sachet de 20 gr – 3,70 euros

L'infusion :

Dosage : 1 à 2 cuillères à café de plante pour une tasse d'eau.

Dans une casserole, porter l'eau froide et les plantes à 80 °c puis couper le feu. Laisser infuser quelques minutes puis filtrer.

- ☼ *Tisane du soir* : Verveine, camomille, pétales de rose et mélisse.
- ☼ *Tisane digestive* : Menthe, romarin, mélisse et sauge.
- ☼ *Tisane Automne/hiver, maux hivernaux*
Mauve, calendula, hysope et romarin.
- ☼ *Tisane Sérénité* : Mélisse, aubépine, prêle des champs et pétales de rose.
- ☼ *Tisane Taille de Guêpe, accompagne un régime* : Verveine, sauge, prêle des champs et feuilles
- ☼ *Tisane Clair de Lune* : Mélisse, tilleul, camomille et mauve de Mauritanie **NOUVEAU PRODUIT !**

Un goût d'Air Libre

LES TEINTURES MERES

20 ml – 5 euros (flacon compte-gouttes)

Les teintures alcooliques sont des macérations de plantes fraîches dans une solution alcoolique (mélange d'eau et d'éthanol). Facile d'emploi, la teinture s'emporte partout : quelques gouttes sous la langue plusieurs fois par jour apportent le bienfait des plantes à l'organisme. Elle peut aussi se diluer dans un verre d'eau. En usage externe, quelques gouttes sur la peau suffisent en association à une huile végétale.

- ◆ *Teinture de bourgeons de Pin sylvestre*
(pour la gorge)
- ◆ *Teinture de baies de Genévrier*
(pour les voies respiratoires)
- ◆ *Teinture de Calendula*
(pour les petits soucis cutanés : usage externe)

Un goût d'Air Libre

LES HUILES de SOIN

Flacon de 100 ml – 8,90 euros et 11,80 euros

- ⊗ Huile « Détente », massage et soin de la peau

Association de plantes : Lavande fine et Géranium. - 8,90 euros

Huile de massage pour un agréable moment de détente.

Au niveau énergétique, la lavande fine favorise l'apaisement et le relâchement, son énergie entoure tendrement chaque partie du corps de paix. Le Géranium aide à trouver son équilibre et harmonise le yin et le yang.

- ⊗ Huile « Circulatoire - Tonique », huile pour le soin des jambes lourdes - 8,90 euros

Association de plantes : Romarin, Genévrier, Pin sylvestre et Cyprès.

Huile de préparation des muscles et de la tonicité des articulations avant une randonnée ou un effort. Améliore la circulation.

Au niveau énergétique, le Genévrier fortifie et purifie. Il renforce la volonté et redonne du courage. Le Pin sylvestre permet de se libérer des pensées préjudiciables et génère de sensations d'encouragement et de soutien. Le Cyprès guide les pensées vers l'essentiel et aide à se concentrer.

nouveau produit :

- ⊗ Huile « aux trois roses », huile pour le soin des peaux fragiles ou abîmées. - 11,80 euros -

Association de plantes : Rose de Provins, rose de Damas et Rosa centifolia.

Huile à appliquer sur le corps ou le visage pour le soin ou l'entretien des peaux sujettes à des petits soucis comme la couperose, l'acné ou l'eczéma. Au niveau énergétique, la Rose chasse les pensées négatives, aide à surmonter les blessures et apaise en cas d'anxiété ou d'insomnies.

LES SIROPS

Bouteille de 50 cl – 5,85 euros (sauf la rose)

Bouteille de 25 cl – 3,70 euros (sauf la rose)

A diluer dans de l'eau. Les bouteilles ne sont pas consignées mais vous pouvez les rendre, elles seront lavées et réutilisées.

- ⊗ **Thym** : Sirop pour l'hiver, à déguster dilué dans de l'eau ou pur en cas d'affections hivernales.

- ⊗ **Romarin** : Sirop stimulant et tonique. Idéal pendant les inter-saisons.

- ⊗ **Menthe** : Le sirop idéal pour la digestion, rafraichissant en été.

- ⊗ **Rose (50 cl – 6,20 euros ; 25 cl – 4,10 euros)** : Sirop réalisé à partir de mélanges de pétales de différentes roses médicinales et à parfum. Peut également s'utiliser en cuisine pour parfumer des pâtisseries ou des yaourts.

LES BAUMES COSMETIQUES

(usage journalier, soin de la peau)

☼ Baume à la Rose (pot de 30 ml) - 9,20 euros

Baume utilisé pour un usage cosmétique et le soin journalier de la peau, il permet également d'apaiser les problèmes cutanés.

Au niveau énergétique, la Rose chasse les pensées négatives, aide à surmonter les blessures et apaise en cas d'anxiété ou d'insomnies. Elle est liée au chakra du cœur.

☼ Baume au Calendula et au Géranium (pot de 30 ml) – 8,70 euros

Ce baume hydratant permet un soin régulier de tous types de peaux. Le calendula est un léger cicatrisant. Le Géranium apaise les piqûres d'insectes et autres petites agressions de la peau. Au niveau énergétique, le Géranium Bourbon, associé au chakra du plexus solaire, aide à trouver son équilibre et à rester centré, combat les peurs et l'anxiété.

☼ Baume à la Lavande (pot de 30 ml) – 8,70 euros

Ce baume met aux services de son utilisateur les bienfaits de la lavande en plus d'hydrater la peau. La lavande apaise les piqûres d'insectes et les coups de soleil. Elle est utile pour apaiser les peaux abîmées. Au niveau énergétique, la lavande fine favorise la paix et le relâchement, purifie et favorise l'inspiration.

Un goût d'Air Libre

LES BAUMES de SOIN

Pot de 60 ml – 9,20 euros

☼ Baume « Détente »

Association de plantes : Lavande fine et Géranium.

Baume à la texture grasse permettant un massage agréable de la peau ou par exemple des tempes pour une relaxation du soir.

Au niveau énergétique, la lavande fine favorise l'apaisement et le relâchement, son énergie entoure tendrement chaque partie du corps de paix. Le Géranium aide à trouver son équilibre et harmonise le yin et le yang.

☼ Baume « Circulatoire - Tonique »

Association de plantes : Romarin, Genévrier, Pin sylvestre et Cyprès.

Baume de préparation des muscles et de la tonicité des articulations avant une randonnée ou un effort. Améliore la circulation.

Au niveau énergétique, le Genévrier fortifie et purifie. Il renforce la volonté et redonne du courage. Le Pin sylvestre permet de se libérer des pensées préjudiciables et génère de sensations d'encouragement et de soutien. Le Cyprès guide les pensées vers l'essentiel et aide à se concentrer.

☼ Baume « Respiratoire »

Association de plantes : Genévrier, Pin sylvestre, Eucalyptus, Lavande fine.

Baume de massage pour le système respiratoire, à appliquer sur le plexus solaire et les bronches, dégage les voies respiratoires, apaise les affections hivernales. L'Eucalyptus apporte une énergie apaisante et rafraichissante. Au niveau énergétique, le Genévrier fortifie et purifie. Il renforce la volonté et redonne du courage. Le Pin sylvestre permet de se libérer des pensées préjudiciables et génère de sensations d'encouragement et de soutien.

Un goût d'Air Libre

LES EAUX FLORALES

Hydrolats issus de la distillation de plantes fraîches.

◆ Eau de Roses de Provins et de Damas

Flacon de 100ml – 6,00 euros

Anti-rides, soin des peaux sensibles, soucis cutanés...

◆ Eau florale de Camomille

Flacon de 100ml – 5,50 euros.

Soins des yeux et des paupières, soins de la peau (coups de soleil)

NOUVEAUX PRODUITS 2013 :

◆ Eau florale de Lavande fine sauvage

Flacon de 100ml – 5,00 euros.

Lotion des peaux à tendance grasse. Permet de nettoyer, sans « piquer », des petites plaies ou égratignures.

◆ Eau florale de Lavande aspic

Flacon de 100ml – 5,00 euros.

Soin de la peau. Permet d'apaiser les piqûres d'insectes.

UN GOUT d'AIR LIBRE

Sabine Couvent

800 B Chemin de la ferme St Pol

26160 La Bégude de Mazenc

04 26 51 77 30

gout.airlibre@yahoo.fr

Un goût d'Air Libre

- ❁ Les huiles utilisées pour les cosmétiques sont les huiles de tournesol et d'olive biologiques.
- ❁ Possibilité d'expédition par la poste (sauf les sirops), les frais d'envoi s'élèvent à :
 - de 1 à 4 produits : 6,50 euros
 - de 5 à 10 produits : 8,50 euros
- ❁ Nous récupérons tous nos emballages (pots de cosmétiques et bouteilles de sirops) en bon état, vous pouvez les rapporter à Champs Libres ou à la ferme.

Où trouver les produits en vente :

- ❁ Sur place, sur rendez-vous.
- ❁ à Dieulefit : Champs libres, magasin de producteurs locaux
- ❁ à Montélimar : au Chapeau de Paille, magasin de produits bio et paysans (plantes sèches et sirops)

UN GOUT D'AIR LIBRE

LISTE ET DESCRIPTIFS DES
PRODUITS DISPONIBLES
issus de l'agriculture biologique

PLANTES SECHES ET TISANES
SIROPS
COSMETIQUES
EAUX FLORALES
TEINTURES MERES
PLANTES TINCTORIALES

MAI 2014

Un goût d'Air Libre