

## Artemisia vulgaris

### Armoise vulgaire, herbe Saint-Jean, ceinture ou fleur de Saint-Jean

#### Mugwort

Grande plante vivace à rhizome (hauteur 1 m et plus) à tige rouge. Pousse dans les champs et les bords de route dans le sable ou le gravier.

Feuilles très découpées, vertes sur le dessus et couvertes d'un duvet argenté en dessous.

Les longues tiges se couvrent de minuscules petites fleurs gris vert au début se rapprochant ensuite de la couleur lavande.



#### Folklore

- Son nom provient d'Artémis, déesse de la lune et donc des menstruations car la plante facilite le cycle menstruel. À cause de ces propriétés, nos ancêtres français l'auraient apportée de la Normandie. Elle s'est naturalisée facilement au Québec.
- Elle s'appelle ceinture ou fleur de Saint-Jean car Saint-Jean-Baptiste l'aurait supposément portée dans le désert pour se protéger de la fatigue, des coups de soleil, des bêtes sauvages et des mauvais esprits.
- On l'appelle aussi herbe Saint-Jean car lorsqu'on la brûlait dans le feu de la Saint-Jean, elle protégeait des maladies et de la malchance.

#### Usage médicinal ou culinaire

- Les feuilles ou les fleurs s'emploient comme condiments pour la viande car elle appartient au même genre que l'estragon.
- Elle a déjà servi à aromatiser la bière.
- Les infusions de fleurs, de feuilles ou de racines sont sudorifiques et diurétiques. Attention, elle peut provoquer des avortements ou même des décès.

