

# SOMMAIRE

Introduction..... 6

## 08

### LES PRÉPARATIONS À BASE DE PLANTES

Des préparatifs  
indispensables..... 10

Les macérations..... 15

Les infusions..... 23

Les décoctions..... 27

Les extraits fermentés  
ou purins de plantes..... 30

Les préparations  
aux huiles essentielles..... 48

Zoom sur les  
plantes d'intérieur..... 55

Les 12 plantes indispensables  
à cultiver chez soi..... 57

## 70

### DES PRODUITS SIMPLES AU SECOURS DU JARDINIER

L'argile..... 72

La chaux..... 86

Le bicarbonate de soude..... 90

La bière..... 94

Les cristaux de soude..... 98

Le gros sel..... 100

L'huile de colza..... 102

Les noix de lavage..... 105

Le savon noir  
et le savon de Marseille..... 106

## 110

### L'ART D'UTILISER LES RESTES

Les algues..... 112

La bouse de vache..... 114

La cendre de bois..... 118

Le lait..... 120

Le marc de café et les petits  
fortifiants « maison » ..... 122

Le thé de compost ..... 125

L'urine ..... 127

## 130 CONCLUSION

## 132 ANNEXES

Portrait de  
Jean-François Lyphout ..... 134

Portrait du Battement  
d'Ailes et de Marceau  
Bourdarias ..... 135

Bonnes adresses ..... 136

Bonnes lectures ..... 137

Index général ..... 138

Index des maladies ..... 139

Tous les traitements  
d'un seul coup d'œil ..... 140

Petit rappel ..... 144