

Elle récolte un savoir précieux

NENDAZ Pour clore sa formation en herboristerie, Mireille Délèze a réalisé un travail sur le savoir populaire lié aux plantes sauvages de la vallée de Nendaz. Elle en parlera lors d'une conférence ce soir.

PAR MURIEL BORNET / PHOTO HÉLOÏSE MARET

Elle semble avoir mille vies. Artiste, musicienne, Mireille Délèze est aussi une adepte de parapente depuis une vingtaine d'années. Psychothérapeute de métier, la Nendette s'est spécialisée dans le domaine de la migration et des traumatismes. Et voilà qu'elle ajoute une corde à son arc: technicienne en herboristerie, diplômée de l'école de plantes médicinales L'Alchémille. Pourquoi l'herboristerie? Par envie de comprendre un peu mieux la nature. Et on peut dire qu'elle partait de loin: «Quand j'ai commencé, pour moi, un pré, c'était vert. Et c'est à peu près tout ce que je pouvais en dire», se souvient-elle.

Un travail ciblé sur Nendaz

Rapidement, le «pré vert» devient un vaste univers à déchiffrer. «Il y a des notions de botanique, de chimie, mais aussi des aspects thérapeutiques et médicaux. Durant les premiers cours, mon cerveau implorait face à toutes ces informations.» Une discipline retient toutefois son attention: l'ethnobotanique, qui s'intéresse non pas au savoir hérité de la science, mais de nos ancêtres. Autrement dit, il s'agit d'étudier la façon dont une plante est utilisée par une société à différents moments de l'histoire.

Sensible à cette approche, l'herboriste l'explore dans son travail de mémoire, à l'échelle de sa région. «L'idée n'est pas d'établir une réalité scientifique, par exemple en regardant si l'impératoire a effectivement des vertus cicatrisantes ou non, mais de dire: ce qui est sûr, c'est que les Nendards et les Nendettes l'utili-

saient de cette façon à ce moment-là.»

La «poudre Kafa»

Pour se documenter, Mireille Délèze s'est en partie tournée vers le travail de l'ethnologue suisse Rose-Claire Schüle, qui avait fait de Nendaz l'un de ses terrains d'étude. «C'est une chance qu'une telle chercheuse se soit intéressée à notre commune. Sans elle, on aurait sûrement perdu la trace de beaucoup de choses.»



Il y a toujours une part de mystère dans ces pratiques ancestrales.

MIREILLE DÉLÈZE
TECHNICIENNE EN HERBORISTERIE

Mais la Nendette est également partie à la recherche de témoignages. «Quelques anciens me parlaient de la poudre Kafa, qui soignait tous les maux. J'ai fini par comprendre qu'il s'agissait de l'ancêtre du paracétamol. C'est après cette découverte qu'une bonne partie des connaissances populaires semble avoir disparu.» Heureusement, certains usages ont la peau dure. Comme celui des feuilles d'impératoire, appliquées à Nendaz pour soigner les plaies. Mireille Délèze découvre qu'en Anniviers on emploie plutôt... les racines de cette plante phare de nos montagnes. «Quand j'ai dit ça aux Nendards, personne n'avait souvenir d'une telle utilisation», sourit-elle. «Il y a toujours une part de mystère dans ces pratiques ancestrales.»



Mireille Délèze avec une achillée millefeuille, ou «merfouë» en patois local, plante indémodable dans la vallée.

Autre indémodable dans la vallée, populaire en tisane et utile en toutes circonstances: l'achillée millefeuille, ou «merfouë», pour ceux qui pratiqueraient le patois local.

Maintenant ou jamais

Pour faire vivre ce savoir au-delà de ce travail de mémoire, une association est née début 2024, Héritage en herbe. Composée de spécialistes mais aussi de passionnés, elle a pour but de poursuivre la collecte de cette mémoire populaire, tout en l'associant aux connaissances scientifiques actuelles. Et surtout, de la transmettre.

La jeune association s'y est déjà essayée cet été, avec un spectacle itinérant dans la région de Pra de Dzeu, entre Nendaz et Iséables.

L'événement a connu un énorme succès populaire. Il a notamment conquis Marc Régner, directeur de l'Alchémille: «Ceux qui ne connaissent rien aux plantes ont pu en profiter aussi, car il y avait une histoire de terroir et de lieu, de l'imaginaire et de l'émotion. Avec cette entrée artistique, l'association peut toucher un public très large», commente-t-il.

Quant à Mireille Délèze, elle continue de remplir son carnet de notes. Le décès cet été de Marguerite Monnet Bornet, une source de savoir importante qui l'a beaucoup renseignée dans ses recherches, lui a rappelé que les anciens ne sont pas éternels. «Il est urgent de

récolter ce savoir précieux en voie de disparition.»

Une conférence de l'herboriste Mireille Délèze a lieu ce soir, vendredi 8 novem-

bre, à 19 h 30 dans le cadre de Nind'Art. Géré par l'Association pour la sauvegarde du patrimoine nendard (ASPN) Nind'Art fête ses 10 ans avec des confé-

rences et animations. Programme complet: www.nindart.ch Plus d'infos sur l'association Héritage en herbe: www.heritage-en-herbe.ch

Une publication d'UBS

Votre patrimoine

Quand bien planifier évite les inquiétudes

CHRONIQUE



Julianne Crettaz

Spécialiste en planification successorale, UBS Valais



Sandra Joris

Conseillère en gestion de fortune, UBS Valais

LA SITUATION

Encore très actif, il aime le sport et les rencontres entre amis, ce septuagénaire profite pleinement de la vie en compagnie de son épouse. Toutefois, depuis quelques années, il sent que sa concentration et sa sagacité ont quelque peu diminué. Qu'à cela ne tienne, avec l'âge, ce sont des choses qui arrivent!

Ses deux enfants s'inquiètent pourtant. Récemment, il s'en est fallu de peu pour que le retraité soit victime d'une tentative de hameçonnage (phishing) et dévoile ses données bancaires à une personne malveillante. Dès lors, que faut-il entreprendre pour s'assurer qu'une telle situation ne se reproduise plus? Mais surtout, que faire si sa santé se dégrade au point de ne plus pouvoir gérer ses affaires avec lucidité?

LES OPTIONS

Comme ce chef de famille se sent encore en pleine forme et qu'il se montre assez récalcitrant à envisager un futur où il n'aurait plus la totale maîtrise de ses affaires et de ses faits et gestes, une option serait d'attendre encore un peu. Son épouse partage cet avis et ne souhaite pas s'impliquer davantage à ce sujet.

Cependant, son fils et sa fille ne sont pas convaincus: il faut agir maintenant, quand tout va bien justement! Après une longue discussion familiale, les enfants finissent par convaincre leur père de mettre en place un mandat pour cause d'inaptitude. Le but? Organiser la transition en amont pour le jour où le septuagénaire deviendrait incapable de discernement et ne serait notamment plus en mesure de gérer de manière autonome ses finances.

LA SOLUTION

C'est leur conseiller bancaire qui les met en relation avec une spécialiste en planification successorale. Cette dernière aide la famille à prendre les décisions nécessaires et à définir les responsabilités de chacun le moment venu.

La mise en place de ce mandat pour cause d'inaptitude tranquillise tous les membres du clan. D'un côté, le retraité est assuré que le suivi de ses affaires sera garanti en cas de perte de capacité de discernement. De l'autre, les deux enfants pourront assurer le relai si besoin et surtout éviter une éventuelle mise sous curatelle de leur papa, synonyme d'une certaine perte de contrôle dans les décisions financières notamment. ■

Pas de reconnaissance officielle en Suisse

Fondée en 2001, l'école de plantes médicinales L'Alchémille à Evolène propose diverses formations, allant de quelques jours de stage au diplôme de technicien-ne en herboristerie, dispensé sur deux ans et composé de 456 heures de cours. Un examen ainsi qu'un travail de mémoire sont nécessaires à son obtention. Si le titre obtenu est notamment reconnu

comme attestation de formation continue par l'Etat du Valais, il n'existe en Suisse aucune formation officielle d'herboriste. A noter que l'école Agapé à Sierre propose aussi un diplôme en herboristerie.

La voie officielle la plus proche est celle de droguiste, bien que ce métier ne se centre pas uniquement sur l'usage des plantes.