



# Germaine Cousin-Zermatten est restée fidèle aux plantes toute sa vie

**VUADENS • Le Marché aux plantes a attiré, ce week-end, près de 3000 visiteurs. En vedette: Germaine Cousin-Zermatten, 84 ans, experte en remèdes anciens.**

## STÉPHANE SANCHEZ

Marché aux plantes aromatiques, les Colombettes, dimanche dernier. Au pied d'un arbre, une table couverte de livres. Autour, une foule compacte. Et au milieu, enchaînant les dédicaces, écoutant, conseillant: Germaine Cousin-Zermatten, 84 ans, pas le moins du monde fatiguée par la conférence d'une heure qu'elle vient de donner, et totalement indifférente à la chaleur de l'été. Un phénomène, Germaine Cousin-Zermatten. Qui prouverait à elle seule l'efficacité de son credo, les recettes et remèdes de grands-mères, que la Valaisanne de Saint-Martin s'efforce de transmettre.

Son parcours, elle le résume en une phrase: «Je suis restée fidèle aux plantes toute ma vie.» C'est que sa foi plonge ses racines dans une expérience douloureuse: un accident de luge, à 12 ans, qui lui a valu un tassement de vertèbres et une fissure à la colonne. «D'après les millepertuis, je devais rester deux ans immobile sur une planche pour que tout se débloque. Ma mère, elle, m'a soignée avec trois plantes:

le millepertuis, l'arnica et l'astragale pois chiche, pendant une année et demie. Et j'ai guéri, au grand étonnement des médecins!»

Ce savoir familial, collecté, enrichi dans les années septante par des rencontres avec les anciens du val d'Hérens, a peu à peu fait la notoriété de Germaine Cousin-Zermatten. Par le bouche-à-oreille, d'abord. Dans les médias ensuite, dès les années huitante. Et enfin en librairie, puisque Germaine Cousin-Zermatten a aujourd'hui à son actif six livres: «Recettes santé de nos grands-mères», «Savoir et vertus des plantes sauvages» et quatre ouvrages parus aux éditions Cabédita. Six livres, alors qu'elle n'avait «pas du tout envie d'en écrire, malgré de hautes études à 1400 mètres.»

## «De la persévérance»

Aujourd'hui encore, Germaine Cousin-Zermatten a le don de captiver. De séminaires en conférences, elle déploie un monde de plantes dont elle tire un arsenal de teintures, d'alcoolat, de cataplasmes ou de liniments. On pourrait presque y ajouter un zeste de

«r» roulés, d'expressions bien frappées et d'anecdotes.

## Plantes pour tous les maux

«Il y a des plantes pour tous les maux», assure Germaine Cousin-Zermatten. Mais voilà: «Aujourd'hui, on veut guérir en trois jours. Dans le temps, on avait de la persévérance. Et surtout, on se soignait avant d'être malade. On restait à l'écoute de son corps, on connaissait les antécédents de la famille et on faisait des cures préventives», regrette la spécialiste, sans jeter l'anathème sur la médecine contemporaine. «Il faut plutôt voir les remèdes des anciens comme un complément éprouvé», estime-t-elle.

Bien joli tout ça. Mais comment «se prendre en main»? «Nos grands-mères faisaient des choses simples avec des moyens simples, parce qu'elles n'avaient rien, ni argent, ni électricité. Pas besoin d'un laboratoire ou d'un alambic chez soi. La teinture, l'eau-de-vie, les alcools s'achètent. Et vous trouvez toutes les plantes dans les alpages. Sinon, appelez-moi, j'en ai!»

## L'ATTRAIT DU MARCHÉ CONFIRMÉ

**Satisfaction** pour Evelyne Pasquier, coordinatrice du 2<sup>e</sup> Marché aux plantes aromatiques qui se tenait samedi et dimanche aux Colombettes, à Vuadens. «Nous avons eu entre 2500 et 3000 visiteurs. C'est moins que les 3000 à 4000 visiteurs de la première édition. Le beau temps à joué contre nous. Mais cette édition confirme l'attrait de ce marché et de son cadre.»

**La manifestation**, qui compte bien rester à taille humaine, se profile grâce à sa charte comme «une vitrine de l'artisanat de qualité», souligne la coordinatrice. Qui relève le succès des balades à la découverte d'herbes sauvages (une centaine d'inscriptions) et des deux conférences (une centaine d'auditeurs).

**La tendance** marquante de cette édition? «La présence de nombreux jeunes, notamment à la conférence de M<sup>me</sup> Cousin-Zermatten. La génération des 30-40 ans revient à la nature et au bio», observe Evelyne Pasquier. SZ