

Les huiles essentielles

du Grand Cairn à Penzé

Biologiste de formation, spécialisé dans l'étude des plantes, Jean-Patrick Didier est installé à Guiclan depuis 2010.

Il a démarré la culture de plantes aromatiques, condimentaires et médicinales sur des terres à Plouézoch, en attendant d'en trouver sur Guiclan. Dans cette zone protégée, le climat océanique est favorable à la production des plantes à usages thérapeutique et alimentaire : hivers doux et étés tempérés avec des pluies régulières permettant une croissance optimale des plantes et une grande qualité des principes actifs contenus dans les Huiles Essentielles du Grand Cairn.

Le choix de Jean Patrick est de les produire en respectant les règles de l'agriculture biologique pour offrir une garantie certifiée (1).

Les semis et la croissance des jeunes plants sont réalisés à kermorvan en Penzé, puis repiqués. La plantation, le désherbage et la récolte sont

manuels, et, parfois, mécanisés.

Les plantes cultivées

Camomille, verveine odorante, criste-marine, immortelle d'Italie, laurier noble, mélisse officinale, menthes, origan commun (connu sous le nom marjolaine vivace) font partie des plantes cultivées sur les terres finistériennes. D'autres plantes cultivées en Bretagne sont également utilisées, comme l'eucalyptus gommier à petites feuilles.

L'extraction, la distillation

Les Huiles Essentielles du Grand Cairn sont distillées à Guiclan à partir de plantes cultivées et botaniquement identifiées, évitant ainsi toute erreur de récolte. Elles sont donc pures, naturelles et extraites de façon à garantir la totalité des principes actifs présents dans l'essence des plantes.

Les plantes sont récoltées et distillées rapidement pour préserver la qualité des essences, essentiellement de juin à octobre. La distillation en vapeur douce se fait par vapeur



Jean-Patrick Didier, sa femme et son fils.

sèche, avec une température de la cuve ne dépassant pas 97°C. L'eau utilisée est filtrée et purifiée au charbon actif. Toutes ces précautions permettent aux huiles essentielles produites à Penzé de préserver toutes leurs qualités et leurs bienfaits (2).

Utilisation

Les huiles essentielles produites par Jean Patrick peuvent être utilisées aussi bien pour un usage thérapeutique qu'alimentaire : il suffit de quelques gouttes en fin de cuisson, pour parfumer plats, sauces et salades, et profiter de leurs vertus.

Les propriétés thérapeutiques varient selon les plantes et sont bien connues que ce soit dans les domaines du sommeil, de la relaxation, de la digestion, des voies ORL et de la respiration, des articulations, des soins de la peau, des troubles féminins ou pour leurs vertus anti-inflammatoires, calmantes et antistress. Les huiles essentielles étant

concentrées, Jean Patrick nous rappelle qu'il faut les utiliser avec prudence et suivre les conseils d'un thérapeute, pour un diagnostic et une posologie adaptés

Certaines sont déconseillées aux femmes enceintes ou susceptibles de le devenir. La plupart d'entre elles doivent être appliquées de façon prudente sur les jeunes enfants.

Distribution

Jean Patrick vend sa production aussi bien aux particuliers, par le biais du site NaturaCelt.com qu'il a mis en ligne il y a quelques semaines et sur lequel vous trouverez ses coordonnées, qu'aux professionnels, (détaillants, industries cosmétiques, pharmaceutiques,...).

Vous avez aussi pu le rencontrer en 2011 sur des manifestations guiclanaises à la ferme du Combot, au jardin de Trévilis ou au Marché du coeur à Penzé, car il privilégie la vente directe et sur rendez-vous.



(1) Les règles qu'il se fixe sont les suivantes :

- **Remplacer** : un type d'énergie par un autre, avec un impact environnemental plus faible, des produits par d'autres moins polluants tels que nettoyants sans solvants, sans phosphates,...
- **Réduire** : nos déchets, notre dépense énergétique, notre besoin en eau, nos rejets de gaz à effet de serre, le transport,...
- **Réutiliser** : avant de recycler, la réutilisation augmente la vie des produits réutilisés et diminue ainsi l'empreinte environnementale négative,...

- **Recycler** : recyclage des déchets, utilisation d'un maximum de produits ou emballages recyclables, utilisation de matériaux naturels et renouvelables,...

- **Respecter** : les employés, les clients, les fournisseurs, les voisins, les réglementations, la diversité culturelle,...

- **Redéfinir** : nos méthodes de façon régulière afin de les améliorer.

(2) pour les explications plus techniques, les noms latins des plantes et les parties distillées, se référer au site internet :

NaturaCelt.com