

Plantes alpines au sommet



SOINS En Valais, dans la vallée de Zermatt, des espèces végétales s'épanouissent en profitant des bienfaits de l'altitude. Leurs précieux actifs dopent des soins 100% nature.

Dites Suisse on vous répondra edelweiss. C'est l'une des espèces qui collent le plus à l'image nationale. Et il n'y a pas de quoi s'en plaindre. Espèce protégée, dont la cueillette est interdite depuis 1962, l'edelweiss se cultive – sans pesticides ni engrais – à des altitudes dépassant les 1000 mètres. La marque Swiss Nature, dont il est l'ingrédient star, précise qu'elle utilise une fleur produite de manière biologique à Bruson (Valais) à une altitude de 1100 m. Chaque fleur, récoltée à la main, est traitée dans les deux heures qui suivent la cueillette pour profiter d'extraits de la plus grande qualité, riches en principes actifs. Les nouvelles technologies permettent d'isoler puis de stabiliser les ingrédients, de façon à en tirer le meilleur dans les soins. Piégeuse de radicaux libres, cette «fleur des glaciers» – riche en flavonoïdes et en tanins – a la réputation de favoriser la régénération des tissus et possède des propriétés antibactériennes et antiseptiques. Elle protège enfin les capillaires. L'edelweiss n'est pas, loin s'en faut, la seule plante cultivée à une certaine altitude dans les montagnes valaisannes. Les conditions y sont en effet particulières: en raison de considérables variations de température et de l'important rayonnement UV, les plan-

tes ont dû développer des facteurs de protection plus efficaces au cours des millénaires, souligne-t-on chez Valmont. Des chercheurs l'ont en effet constaté, à partir d'une certaine altitude (environ 1000 m), elles ont tendance à être plus résistantes aux maladies. Leur biosynthèse y gagne. Au point qu'il devient même très intéressant de transposer en milieu alpin des plantes sélectionnées ailleurs pour leurs propriétés antioxydantes, déstressantes ou régénérantes.

DES RÉCOLTES SOUS HAUTE SURVEILLANCE

A Vens, dans son jardin phyto-alpin, Valmont cultive huit variétés différentes pour sa gamme *Nature* (voir ci-dessous). A 1200 m d'altitude, elles profitent d'un microclimat tempéré, d'un air pur, d'un terrain de qualité et d'une eau d'irrigation chargée en oligoéléments.

- **L'argousier**, riche en vitamine C, flavonoïdes, acides de fruits, sels minéraux: puissant antioxydant, il nourrit, lisse les traits grâce aux AHA, et adoucit.
- **La camomille**, riche en glucides et acides aminés: anti-inflammatoire, elle adoucit et calme.

- **Le calendula**, ou fleur de souci: il s'emploie comme cicatrisant et hydratant.
- **L'échinacée** avec ses polysaccharides: elle participe à la régénération, à la restructuration et est aussi un excellent antiradicalaire.
- **La mauve**: on utilise tige et feuilles riches en tanins. Elle favorise la réparation des tissus.
- **Le millepertuis**: ses fleurs sont dopées en substances antioxydantes et cicatrisantes, il se révèle un parfait «réparateur».
- **Le plantain** avec ses flavonoïdes et tanins: il agit sur l'inflammation.
- **La rose sauvage** (*Rosa moschata*): on emploie les graines aux indiscutables propriétés régénérantes. Elle renforce la barrière lipidique et le mécanisme de défense naturel de la peau.

Après la culture vient le temps de l'extraction, exécutée – comme pour d'autres marques – par Alpaflor, installé à Vouvry. Une extraction sélective, effectuée en petites quantités de manière artisanale, afin d'éviter toute pollution. Les végétaux conservent ainsi leurs propriétés bio, strictement surveillées par Bio Inspecta, organe de contrôle du label Bio Suisse.

Dans la toute nouvelle ligne *Le Jardin des*

Alpes, on repère des extraits de gentiane, d'arnica – aux vertus régénérantes et antiseptiques – de mauve, de primevère, de véronique. Ces trois dernières entrent dans le complexe éclaircissant d'un sérum pour les mains. L'eau des glaciers utilisée dans les produits se révèle enfin particulièrement pure.

LES SPAS S'Y METTENT

D'eau, il est aussi beaucoup question au spa L'Eau-des-Cimes du grand hôtel Bella-Tola de Saint-Luc. Un spa d'altitude (1652 m), particulièrement séduisant, spécialisé dans les soins «naturels». Elaborée par Orlando Fasel, naturopathe à Ballaigues, une huile essentielle – le «Bois du val d'Anniviers» (arole et sapin pectinés) – utilisée pour des massages relaxants, s'attaque aux tensions et au stress. Tandis qu'un masque pour le visage – aux huiles essentielles de bois d'églantier, d'essences florales, et enrichi en eau des glaciers – emprunte à la terre du glacier de Moiry, au-dessus de Grimentz, ses qualités hydratantes et déstressantes. A signaler aussi le soin vivifiant aux extraits de plantes alpines (millepertuis, arnica, prêle, bardane, pensée sauvage et rose pâle). Créée par Galya Ortega, la vaste gamme *After The Rain spa prescriptions* – du spa genevois du même nom – fait également la part belle aux plantes helvètes. Extraits de génepi, scutellaire des Alpes, arbuste aux papillons, graines d'avoine et autres céréales cultivées dans les vallées alpines participent à la réussite d'une ligne à visée multiple: prévention, hydratation, réparation, nutrition. Parmi ses fournisseurs, la coopérative Valplantes, experte en culture et en récolte des plantes rares d'altitude.

Marie-France Rigataux

PHOTOS: C. SPORRER

NOTRE SÉLECTION

Quatre marques, quatre gammes assez proches et de bonne qualité, à qui on peut juste reprocher un léger déficit dans les textures. Agréables, certes, mais un peu moins sophistiquées que celles qui nous font craquer chez les grandes marques cosmétiques. La faute sans doute au label Ecocert (95% minimum d'ingrédients d'origine naturelle, et 95% minimum des végétaux issus de l'agriculture biologique). Il interdit la présence de silicone ou d'autres ingrédients qui rendent les textures plus raffinées. En général d'un bon rapport qualité-prix, ces produits nature plairont néanmoins à toutes celles qui ne jurent que par la cosmétique «verte».

Edelweiss concentré:

Une haute concentration en extrait d'edelweiss et des extraits de fruits, avec quelques autres extraits végétaux, confèrent à ce sérum une activité régénérante (label Ecocert). Anti-aging serum, **Athamor 1**. 49 fr. les 15 ml. Un masque-gel exfoliant enrichi en cires de carnauba et d'abeille, pour activer la microcirculation. Peeling mask, **Athamor 2**. 49 fr. les 50 ml.

Une ligne complète:

Dix produits et deux ingrédients vedettes pour le Jardin des Alpes, l'eau suisse des glaciers et le calendula (souci), aux effets calmants et antiseptiques. Viennent s'y ajouter d'autres extraits, en fonction des qualités recherchées, avec des actifs biotechnologiques d'origine 100% végétale. Masque hydratant à l'huile de rosier muscat, extraits de mauve, d'algue rouge et de papaye, **Jardin des Alpes 3**. 58 fr. les 75 ml. Crème de nuit régénératrice aux extraits d'avoine, d'échinacée, de vitamine A, **Jardin des Alpes 4**. 89 fr. les 50 ml.

Crème polyvalente:

Visage et contour des yeux, cette crème antiâge est aussi dopée en extrait d'edelweiss et garantie Ecocert. Anti-Ageing Cream, **Arise 5**. 69 fr. les 30 ml.

Peaux sèches:

Comme les peaux matures, les peaux sèches se réjouiront de la présence, en plus de l'extrait d'edelweiss, de beurre de karité (10%), pour nourrir et donner du confort. Crème multirégénérante, **Swiss Nature 6**. 29 fr. les 30 ml. A signaler, enfin, le sérum antiâge Lacrém - développé par le Dr Jean-François Emeri, chirurgien plasticien - qui combine les extraits d'algue et de papaye, un complexe vitaminé (A, C, E), à un extrait d'edelweiss. Edelskin Sérum Complex Antiâge, **Lacrém 7**. 175 fr. les 50 ml.

