

# OLIVIER D'EUROPE

*Olea europaea* L.

naturactive  
LABORATOIRES PIERRE FABRE



Jardins  
botaniques  
de France  
et des pays  
francophones  
Ibotanik

www.sante-nature.com

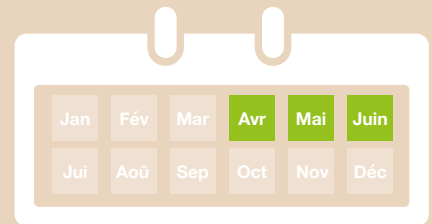
## SON IDENTITÉ

### OÙ LE TROUVER ?

Il ne supporte pas le froid ou la trop grande sécheresse, ouvrez plutôt l'oeil lorsque le climat est méditerranéen.



### FLORAISON



### COMMENT LE RECONNAÎTRE ?

Ses feuilles ont une forme lancéolée : la face supérieure est vert foncé luisant, la face inférieure recouverte de petits poils blancs.



vic86jg - Licence CC BY SA - Tela Botanica

Son écorce est brune et joliment crevassée, et lorsqu'il vieillit son tronc devient noueux.

Ses fleurs sont petites, nombreuses et blanches. Chacune d'entre elles donnera un petit fruit bien connu : l'olive.

## SES VERTUS

### SES PROPRIÉTÉS



On extrait l'huile de ses fruits pour son utilisation alimentaire.



Les feuilles contiennent de nombreux principes actifs, et leurs principales propriétés sont en liaison avec le système cardiovasculaire. Elles ont également des propriétés antioxydantes et antibactériennes.

### LES TRADITIONS D'USAGE



L'utilisation alimentaire de l'huile d'olive est largement répandue dans le monde. Celle-ci est extraite du fruit de l'Olivier.



Elle aurait un effet bénéfique dans le traitement de l'hypertension artérielle légère et les troubles associés : céphalées, vertiges.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

*Dans l'Antiquité, les Grecs utilisaient les feuilles d'Olivier pour désinfecter les blessures. L'Olivier est le symbole de la sagesse et de la paix.*



Mal utilisé, l'Olivier peut être toxique. Chez la femme enceinte et allaitante, il est à surveiller lors de la prise concomitante d'hypoglycémiant ou d'hypotenseur. Il ne faut pas procéder à l'automédication. Il faut demander les conseils d'un professionnel de la santé.