

Valeriana celtica

Valériane ou Nard celtique

Famille des Valerianaceae

C'est une plante herbacée vivace

Localisation : Très commune en Europe

Particularités C'est un symbole d'amour, sommeil, santé, purification.

Elle est utilisée pour favoriser le sommeil, diminuer l'anxiété et atténuer la nervosité depuis l'Antiquité.

