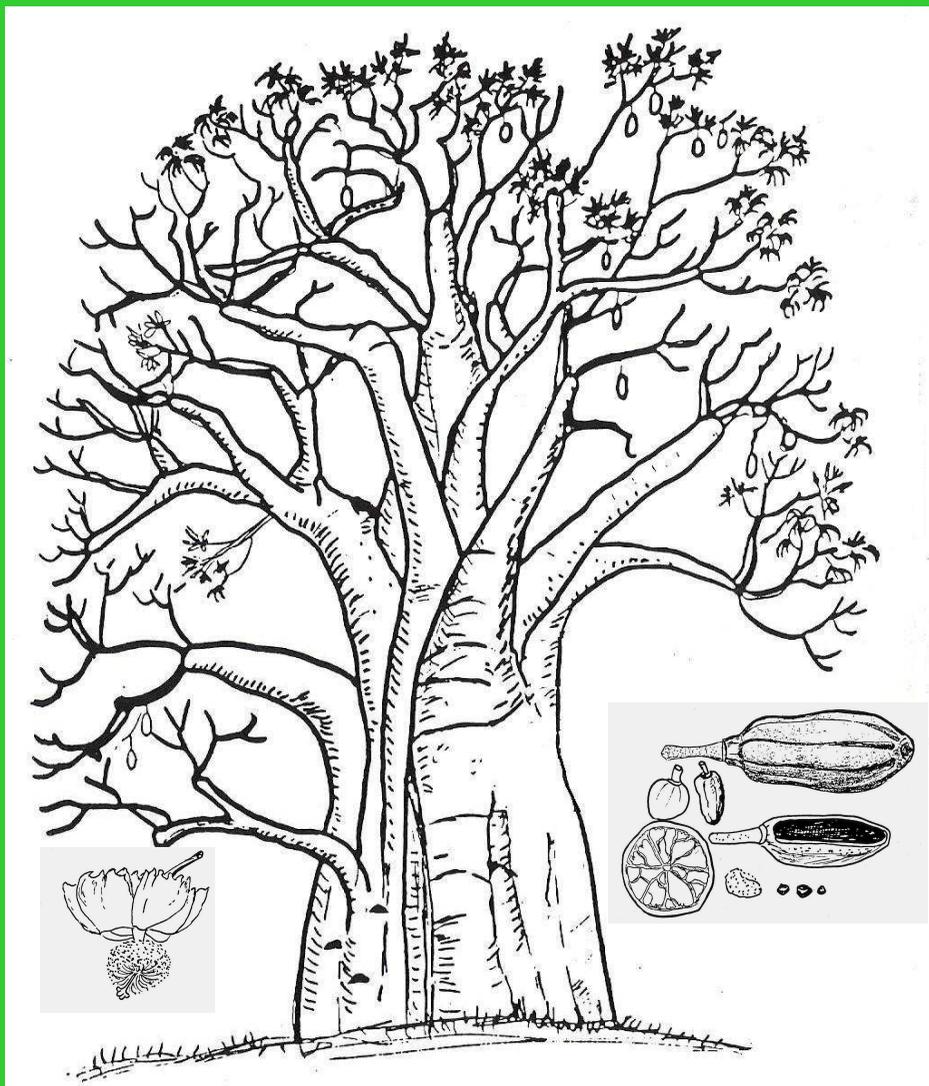


Tweeru di gaaru

Plantes au Nahouri



Tweeru du gaaru na

zəni dɔbam te tun

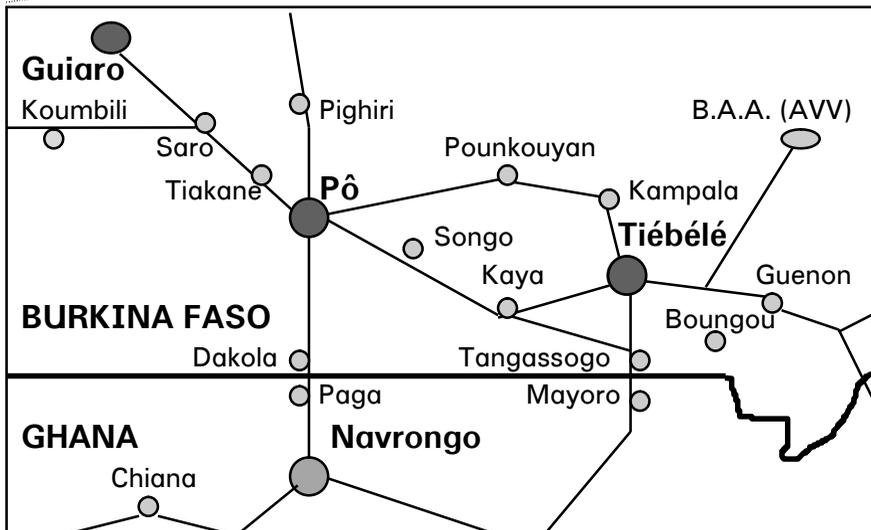
(Des plantes au pays kasena et leur utilité)

kasɛm – français

ton-zwa (pages)

Zəne tweeru	<i>(Arbres providence)</i>	6 – 28
Zəne gaaru	<i>(Herbes utiles)</i>	29 – 43
Soonim	<i>(Simples recettes)</i>	44 – 66
Tweeru du twe-mwan	<i>(Arbres et arbustes)</i>	67 – 80

Localisation de la région kasena



L'alphabet utilisé dans cette publication est en accord avec l'alphabet agréé par la Commission Nationale des Langues Burkinabè.

Première Edition
Premier Impression
Premier trimestre 2008

Dessins des plantes par :

- Madame Luise Gull, pages 7 - 28
- M. Terrible, pages 29 - 43
- U. Niggli, pages 67 - 80

© Tous droits réservés
Société Internationale
de Linguistique 01 B.P. 1784
Ouagadougou 01 Burkina Faso

Envoyez vos questions et suggestions à l'équipe de la S.I.L.
Awe & Kawε, Urs & Idda Niggli
B.P. 1784, Ouagadougou 01
Burkina Faso
courriel: Urs-Idda_Niggli@sil.org

Nous remercions toutes les personnes qui nous ont aidées à rédiger ce livre, en particulier nous adressons nos remerciements à Monsieur Agoulwongo Elisée, pépiniériste à Tiébélé.

KS0208

Dayigə kwərə

Lugu baŋa pa dɔbam wo-ŋunnu zanzan mu. Tweeru di gaaru jɔga zənə ti pa nabiinə. Faŋa tiinə dɛɛn ya ye-ti yi ba ma ki ba zəni ba tuti zanzan. Ba dɛɛn ma-ti ba ma sooni ba yawuru. Ba dɛɛn saŋi-ti ba di, yi ba ma-ti ba ma kɔni ba vara. Tweeru yi wəənu tɔlu na jɔgi zənə zanzan nabiinə ŋwɔla wuni tɔn.

Tɔŋo kuntu wuni dɔ lagɔ dɔ ŋɔŋni ku na yi tweeru di vwannu di gaaru tɔlu na yi dɔbam zənə wəənu tɔn mu.

Zɔm nɔŋna bam di daa ba tiini ba jɔgi ti yəno ni dɔbam kwə dɛɛn na jɔgi ti yəno ba ma zəni ba tuti te tɔn. Yəno kuntu wura ku ti mu dɛ di dɛ maama woo, dɔ na swəə yi dɔ yəri tɔn ŋwaani. Tɔŋo kuntu wú zəni abam si á ma lwarɔ tweeru na sooni kulu di kulu, di ti na wú zəni abam á ŋwɔla kam wuni te tɔn. Maŋa kadoŋ ni dɔ ta bəŋi tweeru tɔm yɔra di gwali, di nankam. Tɔŋo kuntu wuni dɔ lagɔ dɔ ŋɔŋni wəənu kuni bɔna woŋo mu :



- Dayigə dɔ lagɔ dɔ brɔ abam **tweeru** 21 tɔlu na zəni dɔbam di wudiu, asawɛ di wo-nyɔɔru, naa yawurɔna soonim laŋa ni, yi ti zəni dɔbam di tutuŋa zɔla di tɔn mu.
- Bɔle tu dɔ wú brɔ abam **gaaru** tɔlu na zəni dɔbam yi dɔ ma sooni dɔ tuti, dɔ daari dɔ ma kɔni dɔ vara, yi dɔ ma-ti dɔ so wəənu tɔlu na zəni dɔbam tɔn.
- Bɔtɔ tu dɔ wú brɔ **yawuru** tɔdaara kasɔna bam na maɔ tweeru ba ma sooni ba tuti te tɔn.
- Bɔna tu dɔ lagɔ dɔ bəŋi **tweeru di vwaanu 140 yɔra** mu, ti na wu kasɔna tɔlu ni tɔn.

Dɔbam laan nan loori abam, si wəənu tɔlu maama wuu ka na pupuni tɔŋo kuntu wuni yi ti wu maŋi tɔn, asawɛ wəənu tɔlu abam na ye ni ti wú wani ti wəli da tɔn, si á pa dɔ lwarɔ, si kwaga seeni dɔ na lagɔ dɔ joori dɔ fɔgi dɔ kwɛ tɔŋo kuntu, si dɔ wú wəli-ti da.

Avant-propos

La nature nous offre des merveilles, l'exemple des plantes nous le démontre. Les anciens le savaient et ils savaient utiliser les plantes dans beaucoup de domaines. Grâce à elles ils guérissaient les malades, ils cuisinaient avec art, ils nourrissaient leurs animaux. Les plantes ont une grande importance dans notre vie.



Dans ce livre nous vous présentons quelques arbres, arbustes, lianes et herbes utiles. Souvent les jeunes n'ont pas la connaissance des anciens sur tout ce que nous donne notre environnement. Connaître les plantes utiles et leurs usages se perd peu à peu. Ce livre veut aider à conserver ce savoir reçu des anciens.

D'abord nous présentons **21 arbres «providence»** et **14 herbes utiles**. Ensuite nous décrivons **36 remèdes simples**. Enfin vous trouverez une liste d'environ 140 arbres, arbustes et lianes qu'on trouve au pays kasena. Nous écrivons d'abord le nom scientifique des plantes parce que ce nom est le même dans le monde entier. Ensuite nous ajoutons le nom en kasum et en français, s'il existe. Nous avons parfois aussi ajouté le nom de la plante en mooré et en ninkaré (nankana) deux langues qui sont parlées également dans la même province du Nahouri.

Nous sommes conscients des limites de ce document, et nous invitons tous les lecteurs à nous faire parvenir leurs suggestions pour améliorer les prochaines éditions.

Documents consultés :

ARBONNIER Michel

- **Arbres, arbustes et lianes des zones sèches d'Afrique de l'Ouest**, Centre de coopération internationale en recherche agronomique pour le développement (CIRAD), 2000

DALZIEL J.M.

- **The useful plants of tropical West Africa**, Appendix to the Flora of West tropical Africa, London, Crown Agents for the Colonies, 1948

FORGUES Marcel

- **Quelques remèdes simples utilisés en Haute-Volta**, Centre d'études économiques et sociales de l'Afrique Occidentale Bobo-Dioulasso, 1980

HIRT H.M. et M'PIA B.

- **La médecine naturelle tropicale**, Action Nature et Médecine, 1995

MANDOU Patrick

- **Traditional food plants of Kenya**, Kenya Resource Centre for Indigenous Knowledge, National Museum of Kenya, Nairobi, 1999

TERRIBLE Marin

- **Quelques herbes utiles**, Centre d'études économiques et sociales de l'Afrique Occidentale, Bobo-Dioulasso, 1988
- **Quelques arbres à multiplier dans les régions à longue saison sèche (savanes et sahel)**, Centre d'études économiques et sociales de l'Afrique Occidentale, Bobo-Dioulasso, 1991

TIQUET J.

- **Les arbres de la brousse au Burkina Faso**, CESA0, Bobo, 1985

WERNER D.

- **Là où il n'y pas de docteur**, Dakar, Enda-Editions, 1995

Zənə tweeru

Arbres de providence

Dí lagu dí ɲɔɲɛ tweeru fiinle-dúdua (21) tulu na zəni abam ku na yɛ ni-wudiu, naa wo-nyɔɔru laɲa nɛ, naa yawɔɔna soonim, naa asawe ti maa yɛ tɛtɔɲa zɛla nyɛm.

Nom kasɔm : Nom français :

1. arzana tiu	«moringa»
2. borfuuru	«papayer»
3. goyaka	«goyavier»
4. gunu	«fromager»
5. gulsaa	«dattier du désert»
6. kacugu	«raisinier»
7. kafuru	«kapokier rouge»
8. kakɔɔ	«ébéniér»
9. kalankulu	«detarium»
10. kanyɔɔ	«prunier noir»
11. kapuru	«figuier»
12. kawɔɔ	«pomme cannelle»
13. kazɔɔ	«kade»
14. kuru	«palmier»
15. mangoo tiu	«manguier»
16. punu	«caïlcédrat»
17. tangwala tiu	«anacardier»
18. tiu	«baobab»
19. sana	«tamarinier»
20. sɔɲɔ	«karité»
21. suɲu	«nééré»

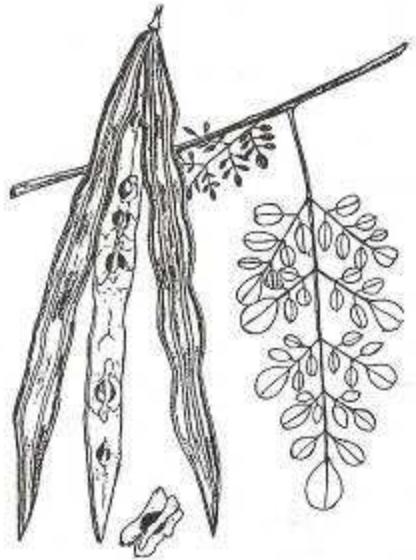
1. Moringa oleifera (Moringacée)

Noms :

- *kasem* : arzana tiu
- *ninkāre* : arzāna tɩa
- *moore* : arzān-tɩga
- *français* : moringa

arzana tiu

Arzana tiu kum jugu vɔɔru ba na ma saŋɩ dwə dwi təri təri : guli dwə, mumunə dwə, nyaau. Ba lwe arzana tiu kum biə ba zɔ ba dɩ na wunɩ yɩ digiru maŋɩ kuri nɩ, yɩ ba mɔɔnɩ na-ŋuna. Vara di ku vɔɔru yɩ ba buri ku tɛŋə.



Feuilles : Les feuilles sont utilisées pour préparer des sauces, par exemple : sauce du to, du riz, couscous etc. Les feuilles servent également comme bon fourrage pour les animaux.

Graines : Les graines pilées servent à purifier l'eau.

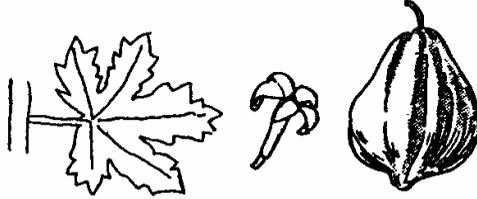


2. Carica Papaya (Caricacée)

borfuuru

Noms :

- *kasem* : borfuuru
- *ninkāre* : boofre
- *moore* : bogfure
- *français* : papayer



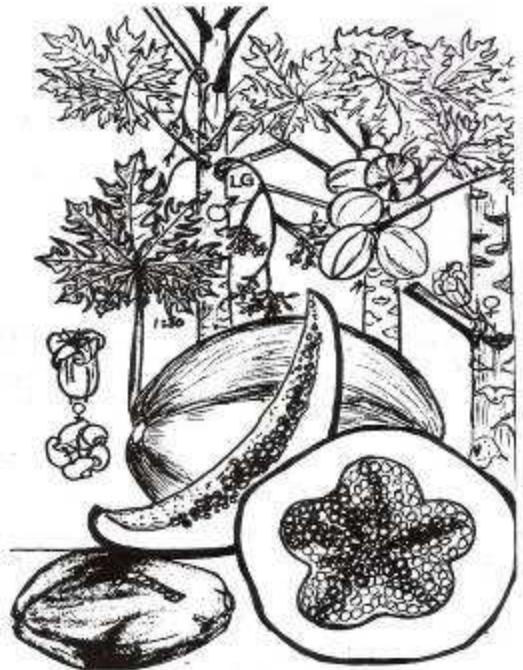
Borfuuru bië bam, n na laɣɛ borfuuru n di, di ywæmmə di zuri kana, yɛ di juɣɛ vitamini. Yɛ dí na laɣɛ dí nii di vɔɔru tum, dí juɣɛ dí ma sooni pa di bunafɛan. N na li ku bunnu tum, n saŋɛ n pa ku curɛ yɛ n lwe na bam, nɔɔnu wulu wum na juɣɛ nanyɔɣɛla tum na kugɛli o ni ni, kuú gu yələ yam wu kanzwe dɛm ku na paɪ n yələ yam wɔɛ yɛ n yaara ya ŋwaani tɛn. Barfuuru bië n na duni-ba, ku sooni wu kanzwan.

Fruit : La papaye est bonne à la consommation.

Feuilles : On les fait bouillir pour soigner le paludisme et la jaunisse (hépatite).

Racines : On les fait bouillir dans l'eau; le jus recueilli (décoction) est conservé dans la bouche et il détruit les germes qui font mal aux dents (caries dentaire).

Grains crus : On les croque pour éliminer les vers intestinaux.



3. Psidium guajava (Myrtacée)

goyaka

Noms :

- *kasem* : goyaka
- *ninkãre* : guwɛka
- *moore* : goyaka
- *français* : goyavier



Goyaka tiu biɛ bam ywəmmə yɛ ba jɛɟɛ səbu yaga ni.
Ku vɔɔru tɛm, wu-zuru na jɛɟɛ nɔɔnu yɛ n pugɛ na wɛɛ
zanzan, n na ve n puuru ku vɔɔru tɛm n ja ba n curɛ n lwe
n nyɔ ti na balu na zuri tɛn, kúú zɛɟɛ pu-wɛa kam.
Ku tɛɲɛ kam, n na pwe n curɛ, ka daa ta sooni pu-wɛa dɛ.

Fruit :

La goyave est bonne à la consommation.

Feuilles :

L'eau des feuilles bouillies (tisane) soigne la dysenterie.

Ecorces :

La décoction des écorces peut soigner les maux de ventre.



4. Ceiba pentandra (Bombacacée)

Noms :

- *kasem* : guṅu
- *ninkāre* : gōṅa
- *moore* : gunga
- *français* : fromager

guṅu



Guṅu kum jɔɔ zənə : vara soe ku vɔɔru zanzan, yɛ ku na ba ku kɛ ku biə bam, biə dulɛ gungunə yam ba duna.

Ku lwaanu tɛm, ba jɔɔ ba kɛ gar-prə ba na tigi tɛ baṅa nɛ.

Wu-zuru na jɔɔ nɔɔnu, gungunə wu gungunnu tɛm, n na lɛ gungunnu tɛm yɛ ba ma ju ba pa tɛ ji nɛ wusɛla te ba kɛ gulu kapwəənu wunɛ, n na diə, kuú pa wu-zuru zigi.

Feuilles :

Bon fourrage pour les animaux.

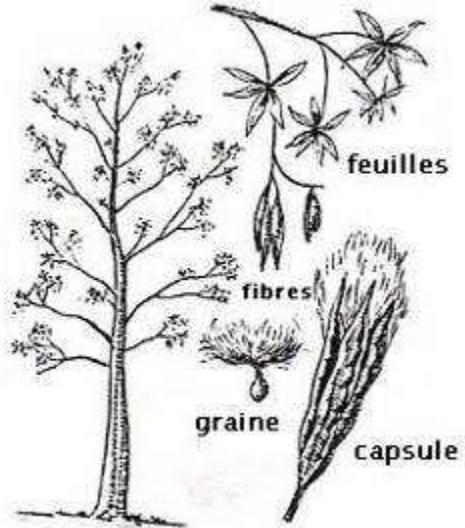
Fruits :

Comestibles à l'état vert.

Laine :

On utilise la laine pour faire des matelas et des oreillers.

On met un peu de laine dans la bouillie du têt et on mange le tout, cela arrête la dysenterie chronique.



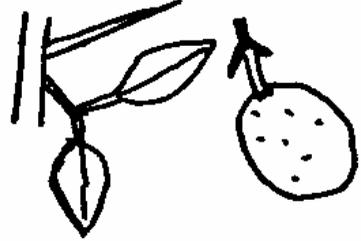
5. Balanites aegyptiaca

(Balanitacée)

Noms :

- *kasem* : gulsaa
- *ninkāre* : kēkə
- *moore* : kēglga
- *français* : dattier du désert

gulsaa



Gulsaa biə bam na bɪgɪ ba ku, biə mu-ba nɪ bɔnbɔn te mu. Bɛɲwaanɪ ku ywəmmə yɪ ku sooni sɪsagɪru, yɪ ku təŋə kam, n na pwe n curɪ, ku sooni pu-wɪa, ku na yɪ wu-kanzwan yalu na paɪ cɔɔɔ dɪ ɲuru tɪn.

Gulsaa yɪ tiu kulu ku sabarɪ sɪm na jɪgɪ sɪ ma cu gaarɪ sɪ vara yɪ zu.

Fruits : Les dattes de cet arbre sont sucrées et bonnes à consommer comme des bonbons. Cela guérit le rhume et les maux de gorge.

Écorces : La décoction des écorces arrête la diarrhée et soigne la maladie de charbon.

Branches : Les branches épineuses servent de haie pour protéger les jardins et les enclos d'animaux.

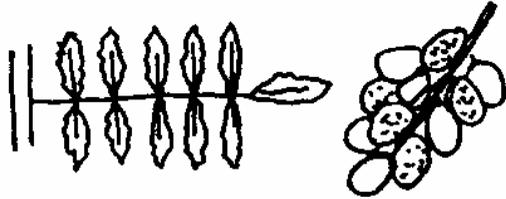


6. *Lannea microcarpa* (Anacardiacee)

Noms :

- *kasem* : kacugu
- *ninkāre* : sēnsāabga
- *moore* : sābga
- *français* : raisinier

kacugu



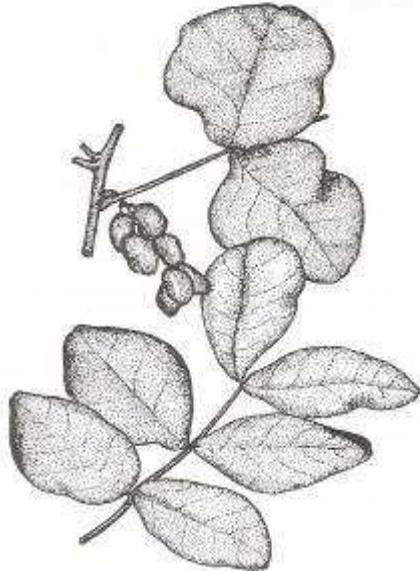
Kacugu yi tiu kulu dí na soe ku biə balu ba na ma bæi kacunnu tun. Tɪtɪŋa pulim maŋa nu, kacunnu yi wonjo kulu na zəni nɔɔna tun, yi ku vɔɔru tum yi kɔnɔ wonjo mu vara na soe.

Kulu daa na wəli da tun, ku tɛŋɛ kam ba na pwe ba curi yi na bam na zuri fun, ku ma wɔ ŋwana, yi ku nyɔa ku ma zuri pu-wla di wu-zuru.

Fruits : Les raisins sont très appréciés au goût.

Feuilles : Les feuilles sont un bon fourrage pour les animaux.

Ecorces : On les bout et on utilise la décoction pour laver des plaies. On peut boire la décoction pour soigner des plaies intérieures.



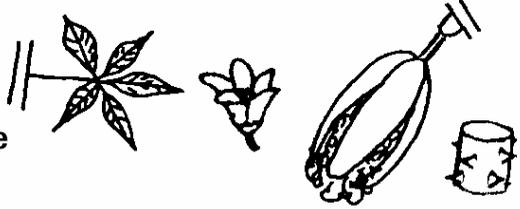
7. *Bombax costatum*

(Bombacacée)

Noms :

- *kasem* : kafuru
- *ninkãre* : vɔɔnka
- *moore* : voaka
- *français* : kapokier rouge
ou faux kapokier

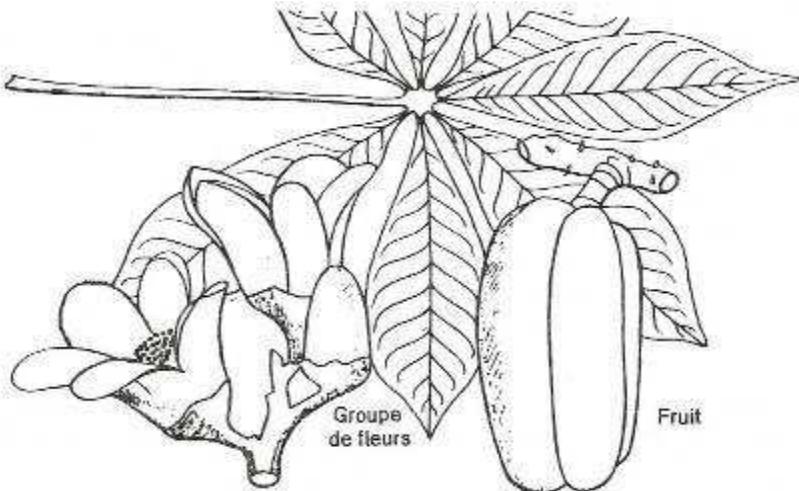
kafuru



Ba na pwe ku tɛŋɛ kam ba saŋɪ ba pa ku curɪ, ku jɪɪ ku ma soonɛ kaɕuɛ, ku soonɛ sɪsagɪru ;
ɪ ku kafura yam ma saŋɪ gulɪ dwɛ.

Ecorce : La décoction de l'écorce peut soigner la rougeole et le rhume ou la toux.

Fleurs : Les coques des fleurs rouges sont utilisées pour la sauce du tô.



8. Diospyros mespiliformis

kakɔnɔ

Noms : (Ebénacée)

- *kasem* : kakɔnɔ

- *ninkāre* : gēea

- *moore* : gāaka

- *français* : ebénier Africain

Kakɔnɔ yɛ tiu kulu na jɛgi dɛ sɛlu na lamma, sɛ zɛni dɛbam tɛn. Kakan-gwe sɛm, ba na puurɛ-sɛ ba zɔ ba lwe sɛ na bam, yɛ kasɔnɔ na nyɔga, kuú pa o yulu lamma, ku zɛni o bu.

Kakana yam tɛti, ya yɛ woŋo kulu kum ba na di ba ma zuri kana tɛn.

Ku vɔ-bubwala yam, n na curɛ n lwe ku na bam n nyɔ, ku zɛgi cɔrɔ. Wu-zuru na jɛgi-m, n na duni kakɔnɔ vɔ-bubwala yam, kuú zɛgi. Ku vɔ-bubwala yam, dɛnduu na twɛ lileeru ku kɛ nabiinu naa asawe varɛm yi nɛ, ba na zɛgi vɔ-bubwala yam ba za dɛ na ba lwe ba ma su yi dɛm, kuú kwe vɛan kam, yɛ yi dɛm bá cɔgi.



Bois : Le bois est fort et ainsi utilisé pour faire toutes sortes de choses (hangar, gourdins etc.)

Fruit non mûr : Les fruits encore verts sont pilés et on ajoute de l'eau et on filtre le tout pour obtenir un jus. Si une maman qui allaite boit ce jus son lait sera meilleur.

Fruit mûr : Les fruits sont bons à manger.

Feuilles : La décoction des jeunes feuilles arrête la diarrhée.

Si on croque les jeunes feuilles, cela arrête la dysenterie.

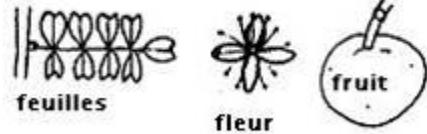
Lorsqu'un serpent crache dans l'oeil, les jeunes feuilles sont pilés, on ajoute de l'eau et on filtre, ce liquide est utilisé pour laver l'oeil et neutralise ce poison, et l'oeil est sauvé.

9. *Detarium microcarpum* (Césalpiniaacée)

Noms :

- *kasem* : kalankulu
- *ninkāre* : kēnkagrga
- *moore* : kagdga
- *français* : detarium

kalankulu



Kalankullu tɪm yɪ kuni bɪle, kalankul-kana wurɔ, yɪ ka kalankul-bɪa dɪ wurɔ. Tɪ maama nan tɪŋɪ bɪdɪwɪ mu. Kalankulu tiu kum, ku ləri biə. Ku biə bam yɪrɪ mu **kalankula**.

Maŋa kalu ka magɪ ban-yawlu kum (ba na bei sɪ meninziti tɪn) na ba wurɔ yɪ n dɪnɪ kalankula yalu na wu saŋɪ tɪn, kuú wanɪ ku cɪ dɪ meninziti yawlu kum.

Wu-zuru na jɪgɪ nɔɔnu, n na pwe ku tɛŋɛ kam n curɪ n nyɔ, wu-zuru kum wú zɪgɪ.

Ba ku bunnu tɪm ba ca mumugə, ba curɪ na wunɪ ba lwe ba nyɔ ba ma sooni wu-zuru, dɪ cɔrɔ, naa sɪsagɪrɪ yawluɪrɪ.

Fruits : Les fruits non cuits sont croqués comme prévention contre la méningite.

Ecorce : On boit l'eau de la décoction et cela arrête la dysenterie.

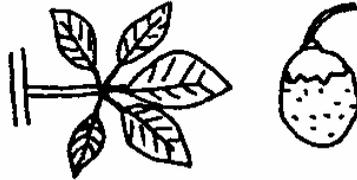
Racine : On découpe la racine en petits morceaux et la bout dans l'eau, on filtre pour boire, cela guérit la dysenterie, la diarrhée et le rhume.

10. Vitex doniana (Vérbenacée)

Noms :

- *kasem* : kanyɔnɔ
- *ninkāre* : āarga
- *moore* : āadga
- *français* : prunier noir

kanyɔnɔ

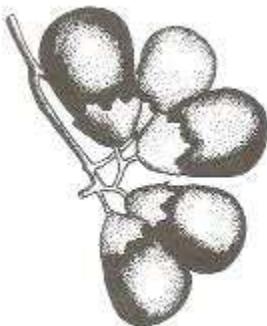


Kanyɔnɔ vɔ-bubwala yam, ba saŋɩ ba ŋuki-ya ba ki nuge, di ye di cɔ mu da ba di, yi ku jigi yazurɛ ku pa nɔnzwɛnɛ. Kanyɔna yam, ya yi wudiu mu biɛ na soe, yi ba twe ba zuuri yaga ba dɔɔsi ba yɛgɛ.

Kanyɔn-gɛlɛ yam ba lamma si ya ta duli ya yaga kamaana laŋa wuntɩ.

Feuilles : Les jeunes feuilles sont bouillies et pressées, on ajoute des condiments et cela fait un bon repas.

Fruits : Les fruits sont très appréciés et sont vendus au marché. Attention: On ne doit pas jeter leurs noyaux dans un champ de maïs.



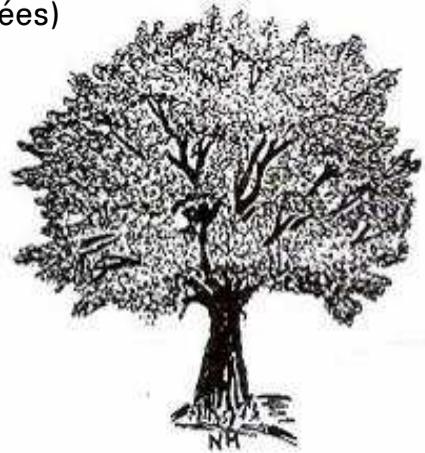
Fruits : Kanyɔna



11. *Ficus spec.* (Moracées)

kapuru yɛ dwi zanzan mu.

kapuru



Ficus dicranostyla

Noms :

- *kasem* : **kantɔ**

(fruits : kantuan / kantwen)

- *français* : **figuier**

kantɔ



Ficus sycomorus **kapur-nɔɔnu**

Noms :

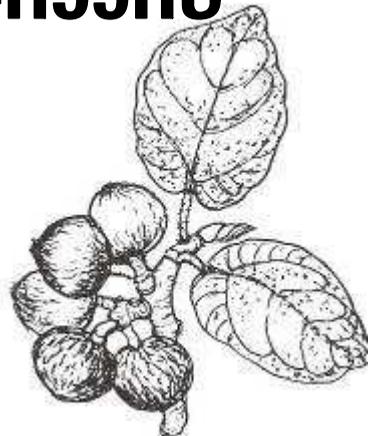
- *kasem* : **kapur-nɔɔnu**

(fruits: kapra, mɔɔla)

- *ninkāre* : **kēnkāŋa**

- *moore* : **kakanga**

- *français* : **figuier sycamore**



Ficus trichopoda **kapur-sunju**

Noms :

- *kasem* : **kapur-sunju**
(fruits : kapura)
- *ninkãre* : **kēnkān-mōlga**
- *français* : **figus à racines aériennes**



Ba di kapura, ba sanju-ya ba ju ni wusula te,
ba ki nugə di ye di nanjuə da ba di.

Kapurru tum, ba pwe ba ma soonə, ku na yi pu-wla, ku na
yi njwana wəcm je ni, naa asawə nɔɔnu jɔga na bwəri.

Ba ma kapur-sunju kum na bam ba ma wə ba yiyirigə yi ba
fərə, yi bwərim dɔm joori ku tonji ku je ni.

Kapuru maaru tum, punyɔna na jɔgi nɔɔnu, ba na magi tiu
kum yi maaru tum nuji, yi n ki, n ma n ki punyɔna kam
jəgə kam ni, kaá zigi.

Fruits : Les figues peuvent être consommées crûes ou bien préparées comme du couscous et on ajoute de l'huile, du sel etc.

Ecorce : On utilise l'écorce pour soigner les maux de ventre, les plaies et les fractures : en appliquant la décoction du Trichopoda, le sang coagulé se dissout et favorise la soudure des os.

Latex : Lorsqu'on a des glandes enflées, causé par une plaie, on peut appliquer le latex du figuier sur les glandes et cela accélère la guérison.

12. *Annona senegalensis* (Annonacée)

Noms :

- *kasem* : Kawɔɔ
- *ninkāre* : ba-urga
- *moore* : barkudga
- *français* : Pomme cannelle
du Sénégal

Kawɔɔ



Kawɔɔ yi tiu kulu na ləri kawala yi ba ma saŋɩ guli dwe tɩn mu. Ku bu yɩɩ mu **kurɔlwe** yi biɛ di. Yi ku tɛŋɛ di ku bunnu tɩm, ba ma sooni pu-wɩɩ. Ku yi tiu kulu na lamma, ku wu gaa wuntɩ yi ku jɩɩ zənɛ ku pa dɩbam tɩn. Nasar-kawɔɔ di wura ku ləri biɛ kamunɛ kamunɛ yi ba di, ku ywəmmɛ zanzan.

Fruit : La coque du fruit est utilisée pour la sauce du to. Le fruit est un peu sucré et consommable.

Ecorce et racines :
On utilise la décoction pour soigner les maux de ventre.

Il y a aussi la variante importée (*Annona squamosa*) pomme cannelle qui donne des grands fruits sucrés (voir dessin à côté).



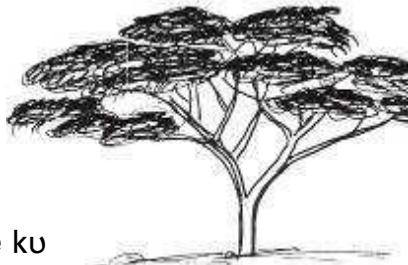
13. *Acacia albida* (*Faidherbia albida*) (Mimosacée)

Noms :

- *kasem* : kazɔnɔ
- *ninkāre* : zāŋa
- *moore* : zānga
- *français* : kade, acacia blanc



kazɔnɔ

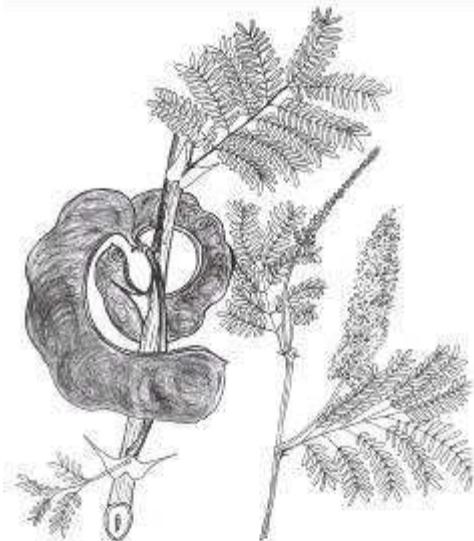


Kazɔnɔ yɛ tiu kulu kasɪna na pwe ku tɛŋɛ kam ba ma sooni sɪsagɾu. Ku nan ta yɛ tiu kulu ku na ba jɪgɪ woro yadɛ nɪ ku wai ku ta cɔgɪ wo-vaalu, yɛ ku yɛ tiu kulu vara na soe ku vɔɔru dɪ kazɔn-biɛ balu na siiri tɪn. Vara na wu mɛ tɪn, ba tɔɪ bɛɛnu da, yɛ jɛgɛ kam pɔɔna. Ku nan ta yɛ tiu kulu ba na wɪ, «bayaaru» na magɪ nɔɔnu, n na nɛ kazɔnɔ dɪ ku yuu koro, yɛ n go naga kam kuntu, n ca-ka n curɪ n lwe n pa nɔɔnu wum nyɔ, o daari o swɛ yɪra, bayaaru tɪm yawɪu kulu ya na jɪg-o yɛ o wiigi tɪn, kuu ti mu.

Écorce : La décoction soigne le rhume, la toux etc.

Feuilles : Cet arbre est apprécié parce qu'il n'a pas de feuilles au moment des cultures pour gêner un bon rendement. Les feuilles sont un bon fourrage pour les animaux.

Fruits : Les animaux mangent les fruits qui tombent par terre. La × où il y a plusieurs de ces arbres, le sol est toujours fertile.



14. Borassus aethiopum

(Arécacée)

Noms :

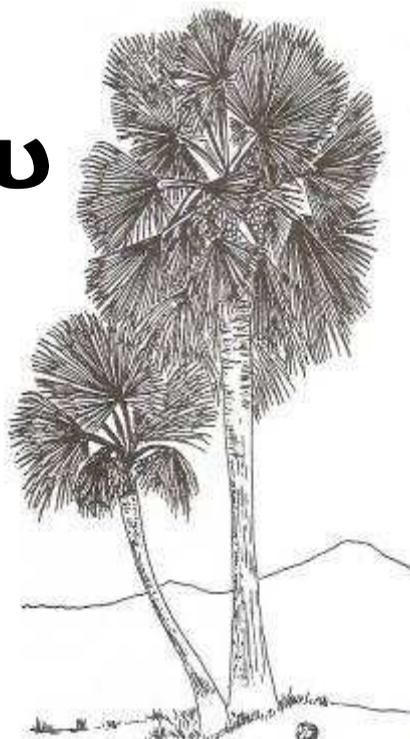
- *kasem* : kuru

- *ninkãre* : karkɔŋa

- *moore* : koanga

- *français* : palmier rônier

kuru



Kuru yi dwi tãri tãri mu. Dí na kwe kuru kudoŋ ba na wɛ **abɛ** tɛn, ku yi tiu kulu ba na soe, ku jɔŋ nuge yi ku bu wu jɔŋ nunnu, biɛ na magi ba lɔɛ ba duna.

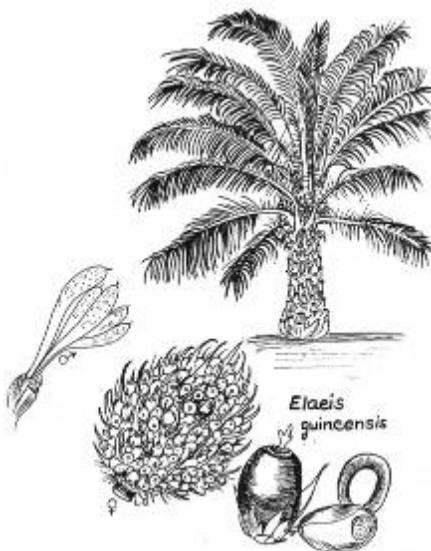
Kuru wɔɔru tum na wu daa kalu yira nɛ tɛn, ba sarɛ yi ba ma bæi sɛ «kuta» ba ma pipiri beeru. Mu tiu kuntu dɛ zɛnɛ.

Il y a de différentes sortes de palmiers.

Le palmier à huile (*elaeis guineensis*), voir dessin à droite) est utilisé pour extraire de l'huile.

Les enfants aiment casser le noyau pour manger.

On utilise le bois qui maintient les feuilles comme spatule dans la cuisine.

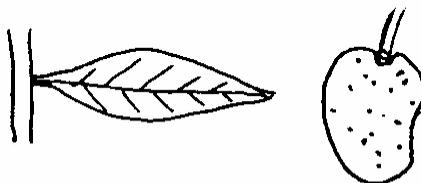


15. *Mangifera indica* (Anacardiaceae)

Noms :

- *kasem* : mangoo tiu
- *ninkāre* : mango tɩa
- *moore* : mang-tɩɩga
- *français* : manguier

mangoo tiu



Mangoo biə bam yɩ wudi-ɲɔɲɔ mu ku pa nɔɔna. Yɩ tərə dɩ soe ku wu bu wulu ba na duli ba yagu tɩn. Mangoo vɔɔru na curɩ yɩ n lwe n nyɔ, ku sooni wu-zuru.

Dí na lagu dí nii mangoo tɔɲə kam, ka daa ta yɩ woɲo kulu na sooni yawɩ kulu kum ba na juɲɩ ba bæi nɩ «kiikii» tɩn. Ku juɲɩ cwe zanzan mu, kukum kum wura sikili na daga n jana wunɩ, naa asawɛ n na yɩ nɔɔnu wulu na tiini o soe sikili, naa dwə balu ba na bæi nɩ «kib mazi» tɩn, mangoo tɔɲə kam mu maa sooni yawɩ kuntu kum. Ku yɩ tiu kulu na juɲɩ woro zanzan ku zənə nabiinə taan.

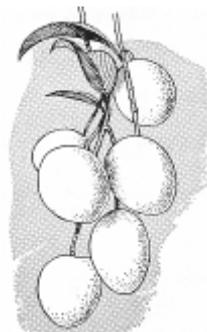
Mangoo biə bam dɩ, ba twe-ba ba ma puri foɲo ba ma kɔnɩ cibə.



Fruits : Les mangues sont très appréciées. Les noyaux jetés sont mangés par les animaux. Le noyau est utilisé pour attraper les termites pour nourrir les poules.

Feuilles : La décoction des feuilles sert à soigner les maux de ventre (dysenterie, diarrhée etc.) L'arbre a toute l'année des feuilles et il est apprécié pour son ombre

Ecorce : La décoction de l'écorce ou de la racine soigne le diabète.

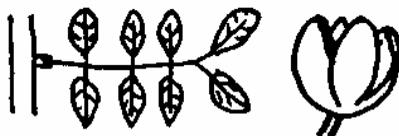


16. *Khaya senegalensis* (Méliacée)

Noms :

- *kasem* : punu (puna)
- *ninkāre* : kuka
- *moore* : kuka
- *français* : caïcédrat

punu (puna)



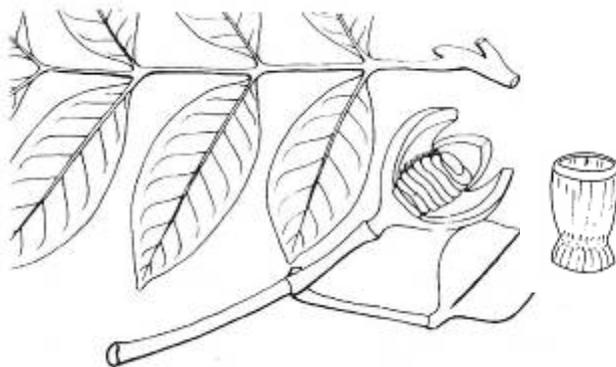
Punu yi tiu kamunu kulu na jigi woro, yi ku de sim jigi zane zanzan ba ma pu di, ba ma ki kazwaru, ba ma fuli cala.

Ku tane kam wai ku ma sooni cana zanzan, ku na yi gwana, ku na yi paa, naa asawe coro. Kasuɗu ni, punnu jari cwene yuu ni zanzan, yi ti jigi zane ti pa nona.

Le caïcédrat est très grand et apprécié pour son ombre.

Bois : Son bois a beaucoup d'utilisation, par exemple charpente de maisons, fabrication de mortiers, charbon pour brûler.

Ecorces : La décoction guérit beaucoup de maux, par exemple: certaines plaies, le paludisme, la diarrhée etc.



17. *Anacardium occidentale* (Anacardiaceae)

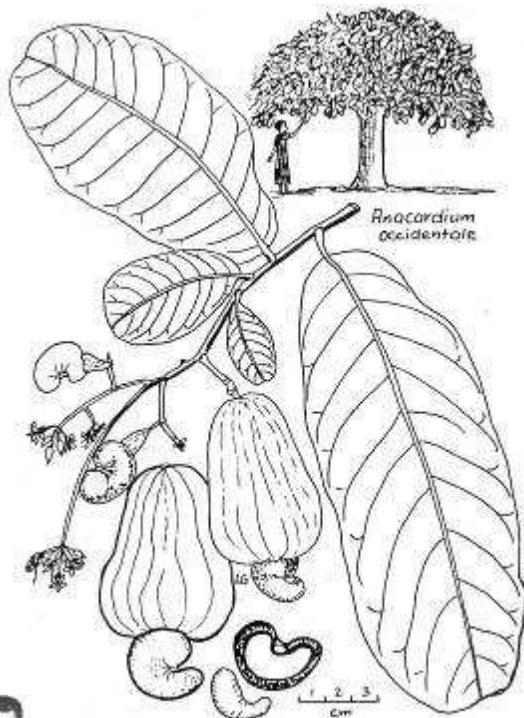
tangwala tiu

Noms :

- *kasem* : tangwala tiu
- *ninkāre* : atēa
- *moore* : fiisa tiuga
- *français* : Anacardier,
pommier cajou

Nɔɔna soe tangwala biē bam, ba yəgi ba di, ba daaru ba wɔ ku kuri-biē bam ba magɛ ba duna. Kuri-biē bam dɛ yɛ pipiu wɔɔɔ mu.

Tangwala tiu juɔ woro zanzan, yɛ ba ta kwəri ba pwe ku tɛɲɛ kam, ba ma wɔ kuri ŋwana.



L'anacardier est apprécié pour son ombre.

Fruits : Les fruit sont très appréciés pour la consommation.

Noix : Les noix font l'objet d'un commerce international.

Ecorce : La décoction sert à soigner les hémorroïdes.

18. *Adansonia digitata* (Bombacacée)

tiu

Noms :

- kasum : tiu
- ninkāre : tu'a
- moore : toεεga
- français : baobab



Ba maɪ tiu vɔɔru tɪm ba ma ki fuga kalu

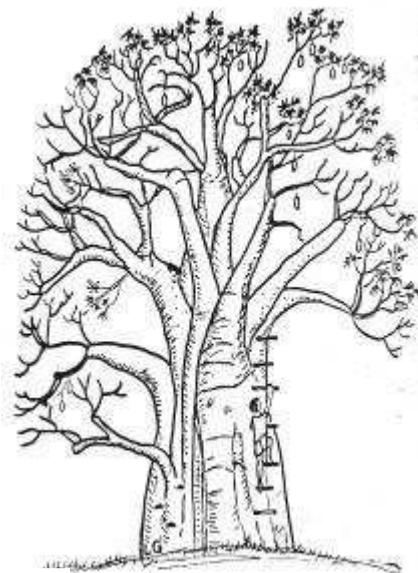
ba na ma saŋɪ guɪ dwə tɪn mu. Yɪ vɔɔru tɪm ma sooni sɪsagɪru tɪlu na tɔgɪ dɪ paɔ tɪn. Kana mɪmaŋa ni, biə lɔɔru tu-punnu tɪm ba dunɪ ba ma zuri ba kana mu, yɪ ku na ba ki twə yam, ba maɪ tu-mum dɪm ba ki kapwəənu, yɪ ba daaru ba maɪ tokunnu tɪm ba ma sori dwə. Ku tapwalɪ dɪm, biə magɪ ba duna mu.

Feuilles : On utilise les feuilles pour préparer la sauce du tō. Elles sont aussi utilisées pour soigner certaines fièvres.

Fleurs : En temps de famine, les fleurs peuvent être mangées.

Fruits vert : On enlève la peau et on mange le fruit.

Fruit sec : La poudre du fruit sec sert à préparer la bouillie, ou le zom-koom. Les grains secs sont pilés et tamisés, cette poudre est utilisée pour préparer des sauces.



19. Tamarindus indica (Césalpiaciée)

Noms :

- *kasem* : sana
- *ninkãre* : pusga
- *moore* : pusga
- *français* : tamarinier

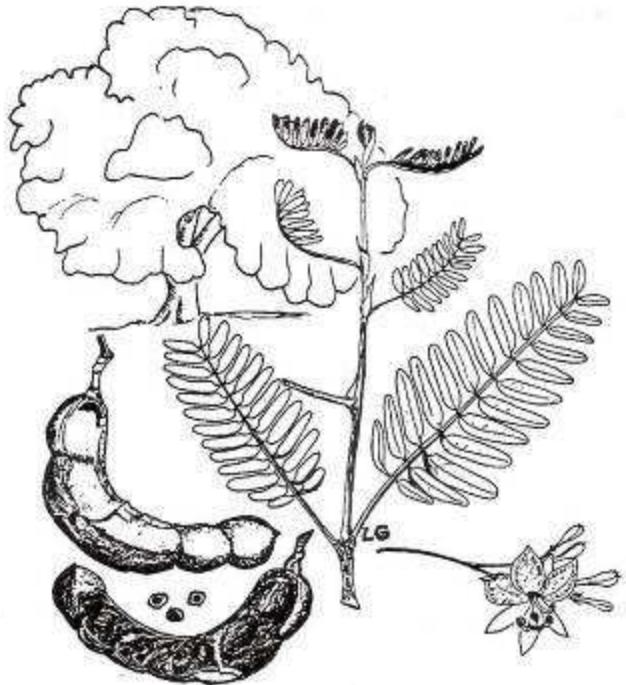
sana



Sana yi tiu kulu na jigi zənə zanzan ku paɪ nɔnzwənə tɪn. Ba maɪ sana vɔɔru na bam ba ma swali guli. Yawɪɪnu na wu sɔŋɔ nɪ, o ni na cɔgi o ba lagi wudiu, ba na lwe san-biə na bam ba ma cɪɪm kapwənu, kú sɛ dim, yi ku kwe ni-digiru. Ku sooni sɪsagɪru.

Feuilles : L'eau des feuilles est utilisée pour faire le tô.

Fruits : Boire la décoction facilite une meilleure digestion et désinfecte les intestins. La décoction soigne également le rhume, la toux etc.



20. Vitellaria paradoxa (Butyrospermum paradoxum)
(Sapotacée)

Noms :

- *kasem* : sɔŋɔ
- *ninkāre* : ta'ana
- *moore* : tānga
- *français* : karité,
ou arbre à beurre

sɔŋɔ



Sɔŋɔ yɛ tiu kulu ku maama na yɛ zənə wɔŋɔ tɪn :

- Ku **vɔɔru** tɪm, ba jɪgɪ ba ma pu cɔ, ba pɔɔna.
- Ku **swan** yam, ba di, ba daaru ba ma sɛɛru tɪm ba ma kanɪ nugə.
- **Nugə** kam, ba ta ma kɪ wəənu dwi təri təri mu.
- Ku **təŋə** kam, ba pwe ba cura, ku zuri pa di wu-zuru.
Ba ma wɔ kuri-ŋwana.
- Ku **dɛ** sɪm yɛ dɛ sɪlu na dana, sɪ yigə tərə tua wunɪ,
ba ma-sɪ ba ma nɪ di, yɛ sɪ daanɪ zanzan.
- Sɔŋɔ nan ta yɛ tiu kulu ba na maɪ ku yuu nɛ sɪm
ba ma sarɪ gwəri ba ma varɪ tɪn mu.

Feuilles : Les feuilles aident à la fabrication du soubala.

Fruits : Les karités sont consommés et se vendent.

Noyaux : Ils détiennent de l'huile qui est extraite pour faire le beurre de karité.

Ecorce : La décoction est utilisée pour soigner les hémorroïdes, le paludisme, la dysenterie etc.

Bois : Le bois est solide et il est résistant aux termites. On l'utilise pour la construction et la fabrication des manches de daba.

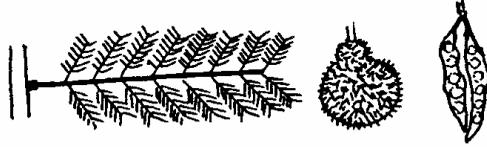


21. *Parkia biglobosa* (Mimosacée)

suɲu

Noms :

- *kasem* : suɲu
- *ninkāre* : dōa
- *moore* : rōaaga
- *français* : néré



Suɲu yi tiu kulu kasuɲu ni dí na soe-ku zanzan. Beɲwaanu ku juɲi sunnu dí na viiri dí di, ku zənə kana mumaɲa ni. Ba ma ki takula. Ku cwan yam, ba juɲa ba ma saɲi cɔ, ku na ma saɲi dwə-ywənə. Ku cipuru tum, ba saɲi ba ma di di, ba na juɲi ba bəi bura.

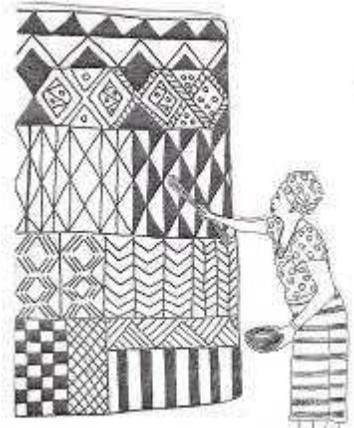
Kulu na wəli da tun, ku cipwin sɪm ba na lɔɔɾi ba yaɲi tun, ba juɲi ba ma bai cɪna yalu yam najara maɲa ni ba na ma tai tun. Yi tiu kum tuti, ku juɲi de zanzan sɔɲo laɲa ni. Ku nan yi tiu kulu na bri kamunu, ku yi woro tiu.

Fruit : La farine jaune sucrée est consommée. Elle sert à fabriquer des gâteaux.

Graines : Elles servent à fabriquer le soubala qui est un condiment très apprécié.

Coques : Les coques sont utilisées pour produire un vernis qui est aspergé sur les murs pour les protéger de la pluie.

Bois : Le bois est utilisé pour la toiture des maisons, hangar, etc.
Le néré est grand et il est apprécié pour son ombre.



Zənə gaaru

Quelques herbes utiles

Dí lagu dí ḡɔɔɔ gaaru 14 tulu na zəni díbam lanyranu tun woŋo mu.

Il y a autour de nous des herbes utiles pour soigner, pour manger, pour nourrir les animaux et pour fabriquer des objets. Nous présentons 14 herbes utiles ; il y en a évidemment beaucoup d'autres.

1. Andropogon Gayanus (Graminée)

Noms : **guli** **sangaa**

- kasum : **guli / gulə, sangə / sangaa**

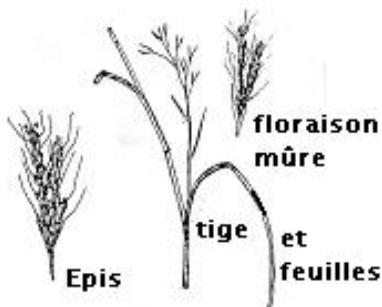
- moore : **mofogo, mopoko**

- français : **herbe à éléphants**



Guli yɛ ga-zɔŋɔ dwi mu. Ba na gaana, ba ma sɔ zaru, di kasɩna sar-dɩdwaaru, ba ma pu di, yɛ ku zuuru kasɩna cullu wu.

Vara soe ku vɔɔru zanzan, yɛ ba ta jəri-ku ba ma brɩ sisənə.



A la fin de la saison des pluies, c'est une grande herbe; elle atteint 3 ou 4 mètres de haut. Elle pousse par touffes et vit plusieurs années.

Usages : Les tiges servent à tresser des nattes, et à faire des toits. C'est une bonne nourriture pour les animaux. On la plante pour délimiter les champs. Comme cette herbe tient bien la terre, elle sert à la retenir sur les côtés des barrages etc.

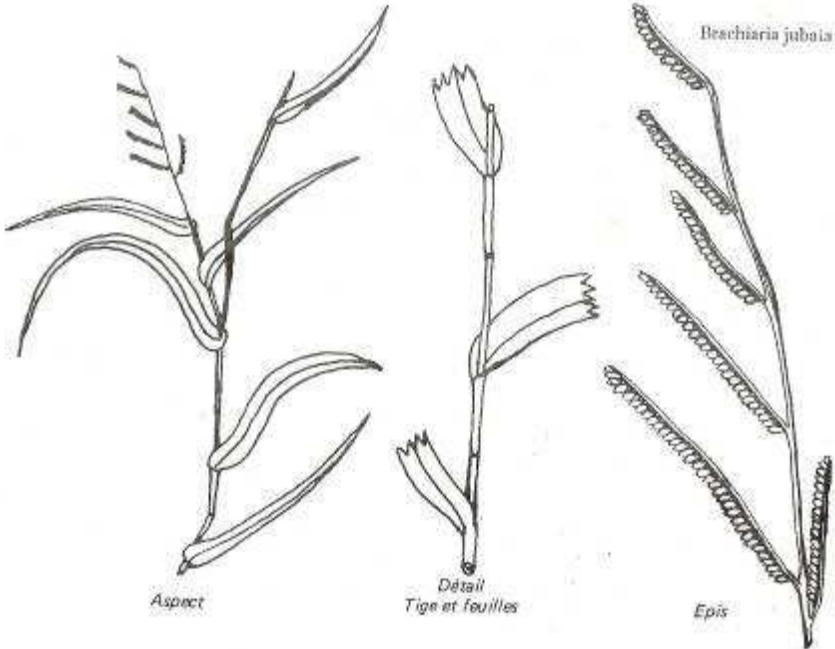
2. *Brachiaria jubata* (Graminée)

Zunəməm

Noms :

- kasum : **zunəməm** / zunəməna

- moore : **naganisnure**



Zunəməm yu gaa mu ku na lamma
kɔnɔ ŋwaanɩ.



Cette herbe atteint jusqu'à 50 cm de haut.

Elle vit plusieurs années.

Usages : Très bonne nourriture pour les troupeaux; quand elle se prépare à fleurir, elle contient beaucoup de protéines.

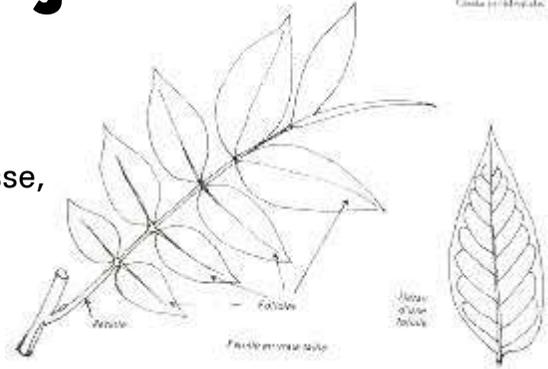
Coupée et séchée, elle fait un bon foin.

3. *Cassia occidentalis* (Caesalpiniacée)

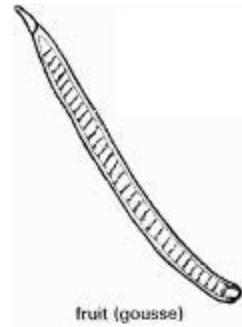
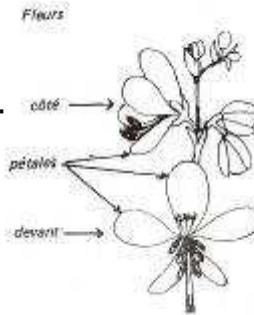
jambasɔɔnɔ

Noms :

- kasum : jambasɔɔnɔ / jambasɔɔna
- moore : kinkeliba
- français : café de brousse, casse puant



Ba gwəne ku vɔɔru ba ma saŋɩ dwə nɩ kanzaga te mu. Vɔɔru tɩm na bam sooni pulu yawɩ di paa. Nɔɔna badaara saŋɩ tɩ biə ba nyɔ nɩ kafɩ te. Vara ba di ku biə.



Cette herbe atteint jusqu'à 150 cm de haut. Elle ne vit qu'une saison. Fleurs jaunes. Le fruit est une gousse plate de 10 à 15 cm de long.

Usages : Les jeunes feuilles et les pousses servent dans les sauces. Cette plante préparée en tisane est purgative (laxatif doux) et soigne les fièvres. Les grains un peu grillés peuvent remplacer le café. Les graines fraîches sont des poisons pour les animaux, ils ne mangent pas cette plante.



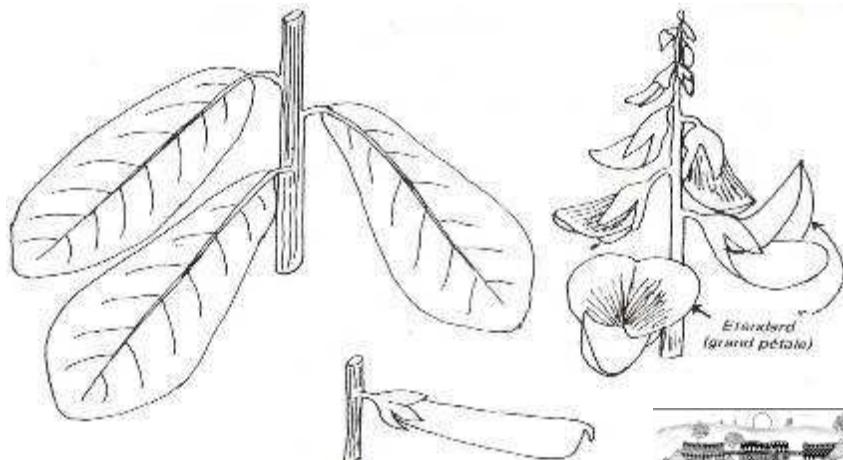
4. *Crotalaria retusa* (Papilionacée)

Noms :

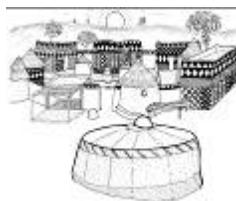
- kasum : **wɛvri** / wɛvrə

- moore : **wendlebede** - français : crotalaire

wɛvri

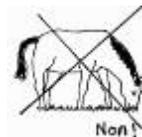


Wɛvri yɛ gaa kulu na bru mumaŋa tɛn mu.
Yadɛ nɛ, kunkwænu na kwɛli tɔga yiə, gaa
kum bru wapuli na wu mɛ tɛn. Vara di-ku.



Cette herbe a des grosses fleurs jaunes; elle atteint jusqu'à 80 cm de haut. Elle vit plusieurs années. Les fruits sont des gousses contenant une vingtaine de graines qui font du bruit quand on remue le fruit sec.

Usages : Cette plante couvre et tient la terre, elle rend la terre meilleure parce qu'elle lui donne de l'azote. Quand elle est jeune, elle est une bonne nourriture pour les animaux mais elle est un poison pour les chevaux. L'eau dans laquelle les grains sont trempés longtemps est un purgatif énergique. On mange les fleurs comme légume. Les fibres des tiges servent à faire des cordes et des sacs.



5. *Cymbopogon giganteus* (Graminée)

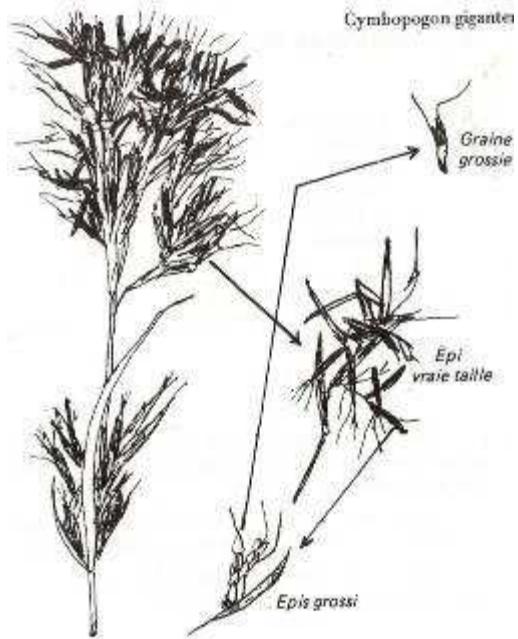
Noms :

- kasum : **badirə** / badiri

- moore : **kuwese** (kuware), mopoko

badirə

Badirə yi
ga-dlu mu,
ba na ma
kwaari cuna;
ba ma so saru;
ba ma pu di,
yi ku vɔɔru
tum ta ma
soonə pugə
yawuru du
wu kanzwan.



Cette herbe peut atteindre 3 m de haut. Elle vit plusieurs années. On la trouve souvent sur les terres un peu humides près des rivières. Ses feuilles ont 30 à 40 cm de long.

Usages : Cette herbe a une bonne odeur. Laisser dans l'eau chaude, elle donne une infusion utilisée pour guérir des vers intestinaux. Elle sert à tisser des nattes et à faire des toits, ses tiges servent à faire des bois de flèches.

6. Euphorbia hirta (Euphorbiacée)

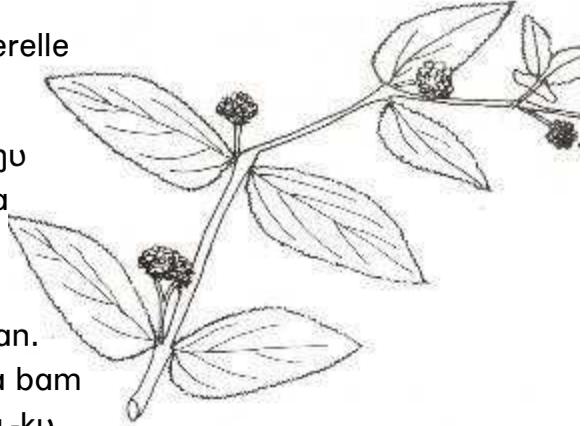
kunkwən-yılı

Noms :

- kasum : **kunkwən-yılı** / kunkwən-yıla
- moore : **wal-bīisum**
- français : lait de tourterelle

Kunkwən-yıla yɛ ga-ɲɔɲɔ
dwi mu. Nabiinə dɛ vara
maama ma-ku ba ma
sooni yawuru, ku na yɛ
wu-zuru naa wu kanzwan.

Ba curɔ-ku ba lwe ku na bam
ba nyɔɔ, ba nan ta dunt-ku
gweeni. Ba ma ku yılı dɛm ba ma sooni ɲwana yɛ ya jee.



Cette herbe rampe sur le sol, mais les bouts des tiges se dressent et peuvent monter à 40 cm de haut. Quand on coupe la tige, il sort un liquide blanc et collant, le «latex». Ses fleurs un peu jaunes sont groupées en boules.

Usages :

Préparée en tisane, elle est très efficace contre les dysenteries et même les amibes. Le latex qui sort des tiges coupées est un désinfectant et aide la guérison des plaies; il sert aussi à coller ensemble les bords d'une coupure.

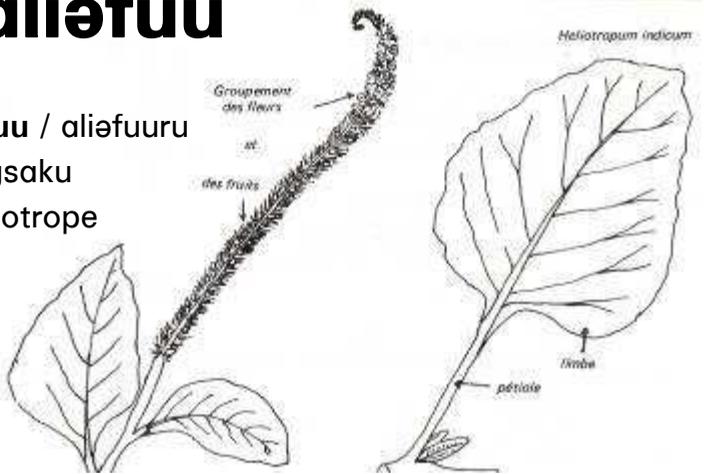
7. Heliotropum indicum (Borraginacée)

Noms : **aliəfuu**

- kasum : aliəfuu / aliəfuuru
- moore : nogsaku
- français : héliotrope

Aliəfuu yɪ
ga-ŋuŋu mu,
kasuna na ma
sarɪ dwə, ku
na yɪ guɪ naa

mumunə dwə. Ku yɪ dwə vɔɔru tɪsu na jɪgɪ səbu yaga nɪ.
Ba yəni ba jarɪ ku vɔɔru tum woro nɪ mu, yɪ tɪ ma sooni
biə yatəŋɔ yawɪɪru. Vara nan ba di-ku.



Cette plante pousse dans les endroits un peu à l'ombre au début des pluies; elle pousse vite et protège la terre. Elle vit moins d'un an et peut atteindre 1 m de haut.

Les fleurs blanches ou bleues sont serrées les unes contre les autres et forment comme une natte de cheveux dressée et un peu enroulée, d'environ 8 à 12 cm de long.

Usages : Les feuilles sont utilisées pour la cuisine. La poudre des feuilles séchées à l'ombre est utilisée pour soigner les maladies de peau des enfants (eczéma et impétigo).

Cette plante est un poison pour les animaux domestiques : ils ne la mangent pas.

8. Hyptis spicigera (Labiée)

kulaa

Noms :

- kasum : kulaa / kulaaru
- moore : sumwaga, sosogwennan
- français :

Kulaa yi gaa mu
ba na ma tiji
wo-dwæ si ba yi
cɔgi. Ku jigi
lwem zanzan.
Nɔɔnu yuu na
wæ, ba cu ku
punnu di ku biɛ
ba ma soon-o.



Cette plante se trouve sur les sols humides et légers: elle pousse dans les champs après les récoltes. Elle a une odeur forte et agréable. La tige carrée gratte quant on la touche. Elle peut atteindre plus de 1 m et avoir des ramifications. Les feuilles mesurent jusqu'à 10 cm et leur dessous a des points noirs.

Usages :

Cette herbe est mise dans les greniers pour défendre les grains contre les insectes.

La poudre des fleurs et des graines sert contre les maux de tête.



9. Ipomea aquatica

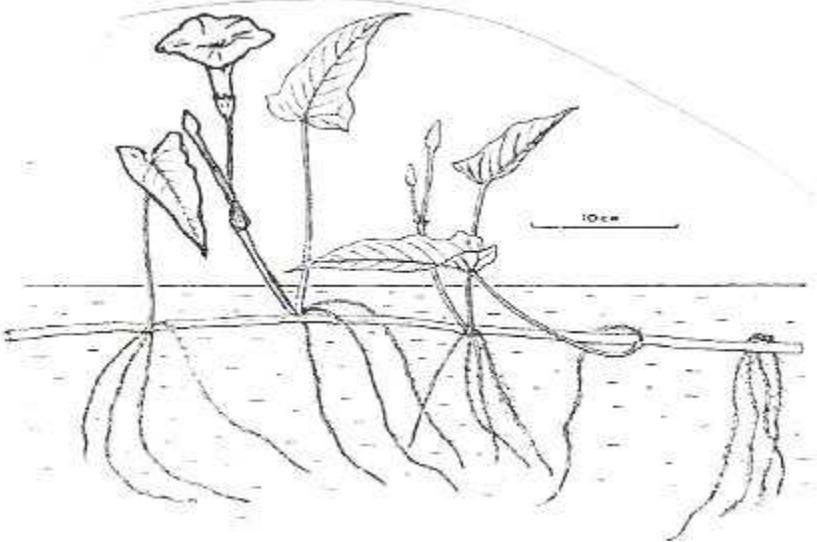
(Convolvulacée)

bugə-nanlugri

Noms :

- kasum : **bugə-nanlugri**

- français : patate d'eau



Bugə-nanlugri yɛ gaɑ mu ku na wu na wunɛ. Ku vɔɔru nyl dɛ nanlu-vɔɔru mu, vɔɔru tum yɛ wudiu mu ba na goni ba saŋɑ. Vara dɛ nan di-ku.

Cette plante vit dans l'eau des mares et des petites rivières. Ses racines sont fixées au fond de l'eau. Ses tiges et ses feuilles nagent à la surface. Les feuilles ont des formes et des tailles qui varient avec leur position dans l'eau et la vitesse de l'eau.

Usages :

Les jeunes tiges et les jeunes feuilles sont mangées par les hommes, soit cru soit cuites. C'est une nourriture que les troupeaux aiment bien.

10. Pennisetum pedicellatum (Graminée)

bumbəŋə

Noms :

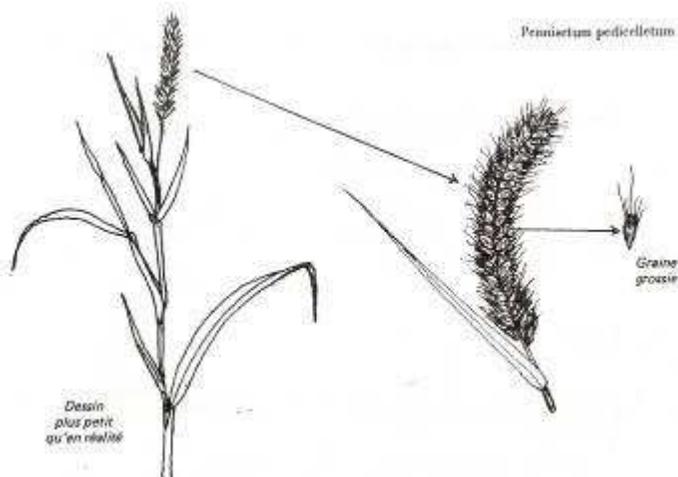
- kasum : **bumbəŋə** / bumbwaanu

- français : herbe à chevaux

Bumbəŋə yi
zəne gaa mu,
kasuna na ma
pu turu, ba ma
so piire, ba ma
koni vara.

Wəŋə na goni
nəonu, ba ŋuki
gaa kum nyua
ba ki da, yi ku
zigi jana kam
nunjim.

Ba na saŋi ku vɔvɔru ba nyɔ na bam, kuú pa n wal n fu flɛn.



Cette herbe pousse tous les ans par touffes; elle peut avoir plus que 1,5 m de haut. Ses feuilles mesurent 10 à 20 cm de long. Elle fleurit avec des épis de 7 à 15 cm qui ont beaucoup de poils.

Usages : On la tresse pour faire des nattes épaisses et des portes. Quand elle va fleurir, elle est une bonne nourriture pour les troupeaux. Elle peut servir à faire du foin. En appliquant son jus sur une plaie elle arrête les saignements.

En tisane, elle fait uriner.



11. *Portulaca oleracea*

(Portulacacée)

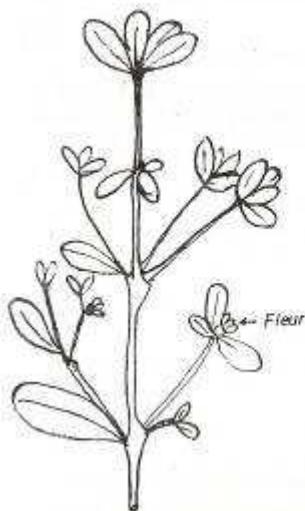
kaplapugu

Noms :

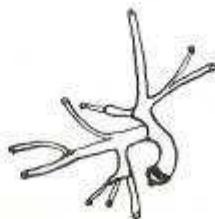
- kasım : kaplapugu / kaplapuru

- français : pourpier sauvage

Kaplapugu yɪ
ga-ɲɔɲɔ mu ku
zəni tɪga kam.
Yadɛ ni ba
gwəni-ku ba
saɲɪ ba di.
Ku yɪ gaa kulu
na paɪ yazurə.
Ba ma-ku ba
kəni vara.



Détail de la fleur
(grossie)



Base de la plante:
ramifications

C'est une plante qui rampe, mais les bouts de ses tiges se lèvent jusqu'à 20 à 30 cm de haut. Ses feuilles sont épaisses, longues de 2 ou 3 cm. Les fleurs jaunes sont aux bouts des tiges.

Usages :

Cette plante couvre très bien la terre et la protège. On peut manger les feuilles cuites ou en salade. Toute la plante peut servir de nourriture verte aux troupeaux. Cette plante contient beaucoup de potasse. Elle est un bon remède contre le scorbut.

12. *Stylosanthes erecta*

(Papilionacée)

Noms :

- kasım : **ନିଲଂଗୁଲମ** /
ନିଲଂଗୁଲନା

- moore : sawi-sablga

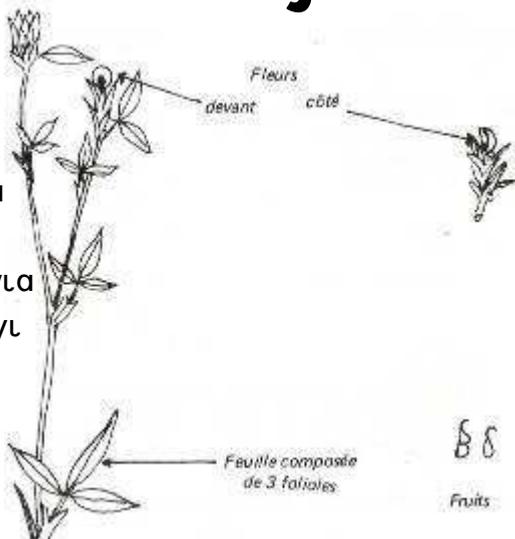
ନିଲଂଗୁଲମ

Nିଲଂଗୁଲମ ଧି ଗାା ମୁ କାଶିନା
କାାନା ନା ସୋେ ବା କି ବା ମା
ସୋନି ବିଌ. ଶିସାଗିରୁ ନାା ପୁ-ଘିା
ନା ଯିଗି ବୁ, ବା କି-କୁ ବା ମା ନି
ବିଌ ଧି ବା ନା ଯାଜୁରଌ.

Ku nan ta ଧି ଗାା କୁଲୁ ନା ପା
ନାବିିନୁ ଦାମ ଦି ଯାଘାାରା ତି
ମୁ.

Vara soe ଗାା କୁମ କୁନ୍ତୁ

zanzan. Ba na maଞି ବା ଦି-କୁ ବା ଯା ତିଗା, ଯାଦେ ନି କୁ ତା ଘି
ପୁଲି ମୁ.



C'est une herbe qui pousse dans les sols sableux et humides.

Elle vit plusieurs années. Le plus souvent elle a moins de 40 cm de haut. La feuille a trois folioles égales de 1,5 à 2 cm de long.

Les fleurs sont jaunes ou oranges. Le fruit est une petite gousse de moins de 1 cm de long avec un ou deux compartiments.

Usages :

Cette herbe sert à préparer une tisane contre la toux et contre les diarrhées des petits enfants.

Cette herbe est un très bon fourrage pour les troupeaux.

13. Tribulus terrestris (Zygophyllacée)

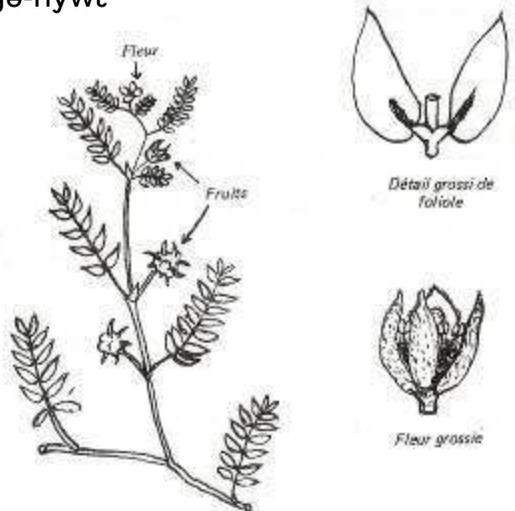
bugə-nyua

Noms :

- kasım : **bugə-nyua** / bugə-nywl

- français : croix de malte

Bugə-nyua yi gaa mu kasına ma nyl biə pu-wla ɲwaanı. Ku nan fın mu sı n ki-ku n maɲı, ku na daı kuntu, ku wal ku guı. Ba ma bugə-nyua vöru ba ma pupugə swannu, sısagıru mımaɲa nı. Vara ba di-ku.



Cette herbe aux fleurs jaunes et aux fruits piquants, aime les sols riches en sable. Cette herbe annuelle rampe et dresse les bouts de ses tiges jusqu'à 30 cm de haut. Ses feuilles sont composées de 5 à 7 paires de folioles.

Usages :

En tisane, cette herbe fait uriner mais il ne faut l'utiliser qu'avec prudence car elle est un poison.

Elle est aussi poison pour les moutons.

Pour soigner les rhumatismes et les douleurs entre les côtes, on frotte la peau avec ses feuilles et ses fruits.



14. *Tridax procumbens*

(Composée)

anlgwəə

Noms :

- Kasım : anlgwəə / anlgwəəru

Anlgwəə yi ga-
vəre mu ku na de
belle vara ku ba
kasıru.

Vara soe-ku
zanzan.

Ku yi kəncə gaa
mu, var-mumuge
di tərə na soe.

Varım mumaŋa
ni, ku tuuni
cana.



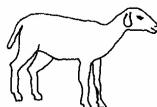
C'est une herbe rampante mais les bouts des tiges se dressent.
Les fleurs sont de deux sortes: au milieu, des fleurs jaunes,
petites, autour 3 à 5 fleurs avec un grand pétale blanc.

Usages :

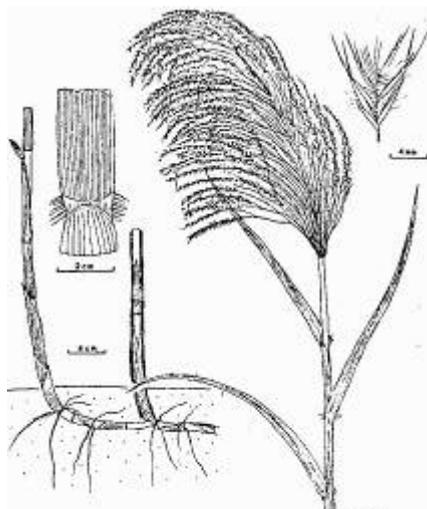
Comme elle est verte pendant toute l'année, elle permet de donner
de la nourriture verte aux petits élevages familiaux. Elle couvre
bien la terre et fixe rapidement le sol avec les racines.



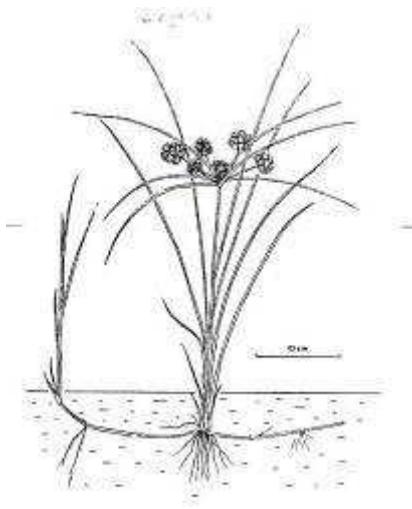
42



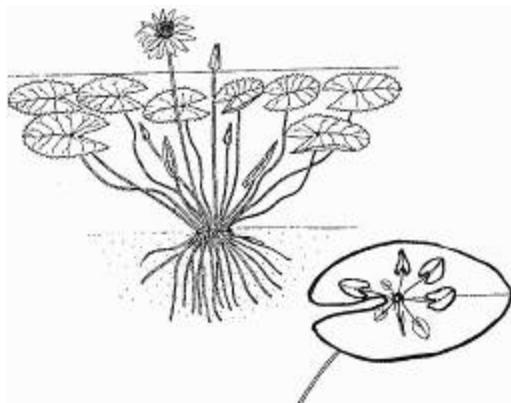
Voilà encore quatre autres plantes bien connues :



Kamanbolo
«Riz sauvage» :
grains comestibles



Woguuru (*Scirpus cubensis*) :
pour tresser des petits paniers
et chapeaux, bracelets etc.



Kwɛn (*Nymphaea*) :
les enfants mangent les grains



Kanyɔn-fufuru
(*Corchorusoliorius*) :
feuilles pour la sauce du

La médecine populaire : aspects utiles et nuisibles

Les remèdes traditionnels sont illimités. Il y en a qui sont bons, et d'autres qui sont même mauvais. Il est parfois difficile de savoir si un remède est efficace ou non, étant donné qu'il manque des preuves scientifiques pour le vérifier. C'est pour cela que :

En cas de maladie grave, il est toujours préférable de consulter un médecin et d'utiliser les médicaments qu'il prescrit.



Si quelqu'un croit fermement en l'efficacité d'un remède, souvent il lui fait du bien, même si en lui-même il n'est pas efficace. C'est ainsi que de nombreux remèdes traditionnels fonctionnent.

Pour toutes les toux, rhumes et diarrhées normales, les infusions sont souvent plus efficaces, moins chères et moins dangereuses que les médicaments modernes.

Il existe de nombreuses plantes qui ont des propriétés curatives. Attention! Certaines plantes médicinales sont très dangereuses à des doses fortes.

Voici quelques notes sur des médicaments utilisant des plantes qui existent dans la province du Nahouri.

Ces recettes sont tirées des trois livres suivants :

- "Quelques remèdes simples utilisés en Haute-Volta" 1980,
- "La médecine naturelle tropicale" 1995
- "Là où il n'y pas de docteur", 1995

Nous espérons que ce travail pourra être complété, et corrigé si besoin, par d'autres, plus compétents, tant en botanique qu'en pharmacopée.

Ni-wu ηwana

Abcès dentaires

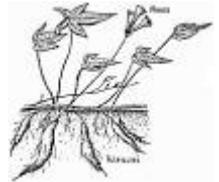


Recette 1

Plante: **Ipomea batatas** Français : **Patate douce**;
Kasɓm : **Nanlugurə**; Ninkarɛ : **Nanugla**; Moore : **Nayūuri**

Ni-wu ηwana : Nanu-vɔɔ-lɛɛru yi ni-wu ηwana liri mu. N na zant nanu-vɔɔ-lɛɛ na-luna wunt, n lwe n kugult kuni bitɔ de wunt n ni nl, ni ηwana yam wú je mu.

- Mode d'emploi:
Feuilles fraîches pilées en pâte, délayées dans de l'eau chaude, en bains de bouche trois fois par jour.



Siun yawlu

Asthme

difficultés respiratoires



Recette 2

Plante: **Adansonia digitata** Français : **Baobab**;
Kasɓm : **Tiu**; Ninkarɛ : **Tu'a**; Moore : **Toɛɛga**

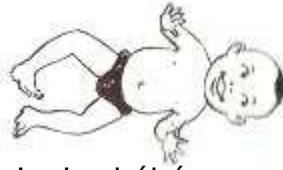


Siun yawlu : N na bwe tiu vɔɔ-kuuru n kl mum dɔm n ni nl, manduru yi-fan, n li dl na yawlu kum pulim maɲa nl, yi n joori n kua miniti fiintɔ maama, kuú je yi n wal n siɛ lanyranɛ.

- Mode d'emploi:
Poudre de feuilles sèches : une demi-cuillerée à café dans la bouche à avaler avec un peu d'eau, au début des crises, et renouvelé une demi heure après.



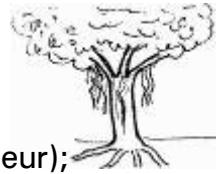
Kərım yawlı



Recette 3

Atrophies musculaires,

commencement de paralysie des bébés



Plante: **Ficus thonningii** Français : **Figuier (étrangleur);**

Kasım : **Kapur-kaciğə;** Ninkare : **Kēnkān-sī'ā;** Moore :

Kuusga

Kərım yawlı : Bu-balaŋa na maŋı sı o vu, yı o ba veə, n na kı kapur-kaciğə wəyuu bunnu tum n curı n pa tu tən, n lwe na bam n ma n yiyirgi bu wum yıra dı o nē, n wəli kasına nu-dua, bu wum lagı o zaŋı o vu mu.

- Mode d'emploi:
Racines aériennes bouillies assez longtemps, compresses avec le jus sur la partie intéressée, puis massages avec beurre de karité matin et soir.

Tıttı lilwe



Recette 4

Avitaminose (1),

manque de vitamine A :

Cécité nocturne.

Plante: **Vitex doniana** Français : **Prunier noir**

Kasım : **Kanyəŋə;** Ninkare : **Āarga;** Moore : **Adga**



Tıttı lilwe : **Yi-bri** na jıgı nəŋnu yı n ba nal tıttı nı, n tan mu kanyəŋa mu sı kuú zəni.

- Mode d'emploi:
Fruits à sucer.

Yi-bri

Bwəm yawlu

Avitaminose (2),

manque de vitamine C :
scorbut

Plante: **Detarium microcarpum** et **Mangifera indica**

Kasım : **Kalankulu** dt **mango**; Ninkarɛ : **Kēnkagrɛga**;

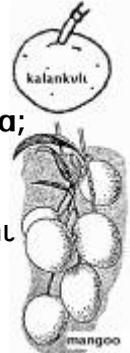
Moore : **Kagedga**

Bwəm yawlu : Bwəm yawlu na jɛgɛ-m yɛ n ba daanɛ
n bwəni n wɛɛ, n na dunt kalankula naa mangooru
maɲa maama, nɛ na dam dt yazurɛ.

- Mode d'emploi:
Fruits à sucer.



Recette 5



Kwi yawlu

Avitaminose (3),

manque de vitamine D et vitamine C :

Plante: **Moringa oleifera**

Kasım : **Arzana tiu**; Ninkarɛ : **Arzana tiɔ**;

Moore : **Arzana tiiga**

Kwi yawlu : N kwi na wɛɛ yɛ n ba dana, n na puuru arzana
tiu vɔɔru n sɛni na wunt dɛ dɛɔua n lwe n nyɔ, yazurɛ wú
ba.

- Mode d'emploi:
Feuilles trempées dans l'eau froide une nuit,
boire l'eau.

Recette 6



Mim ɲwam

Brûlures



Recette 7

Plante: **Saba (Landolphia) senegalensis** Français : liane saba ; Kasum : **Loo**; Ninkarɛ : **Sakmūlja**; Moore : **Wedga**

Mim ɲwam : Mim ɲwam na maɲɔ dɛ yɛ tɛ, n na kɛ loo bunnu n bwe n pa tɛ ku, n na kɛ n zizi ɲwanɛ dɛm nɛ, n vɔ. Tɛga na puuru maama n na yɛni n bwɛli n daa n kɛ, ɲwanɛ dɛm wú je mu.

- Mode d'emploi:
Ecorce de racines sèches, pilées en poudre fine, mettre sur la plaie et couvrir d'un pansement sec, renouveler toutes les 24 heures.



Wɛ-minə

Boutons



Recette 8

Plante: **Lanea microcarpa** Français : Raisinier
Kasum : **Kacugu**; Ninkarɛ : **Sɛnsāabga**; Moore : **Sābga**

Wɛ-minə : Wɛ-minə na jɛgɛ nɔɔnu, n na kɛ kacugu vɔɔ-lɛɛru n sɛm silmiə nayɛla wuntɛ, n ma n lɛ ɲwanɛ dɛm zɛzɛɲa maama, kuú yagɛ.

- Mode d'emploi:
Feuilles fraîches trempées dans du lait et appliquées sur la plaie, pansement renouvelé tous les matins, lait frais (recette Peul).



Yi-wɛɛra yawlu



Recette 9

Conjonctivite simple

(inflammation de la muqueuse qui joint l'oeil aux paupières)

Plante: **Diospyros mespiliformis**

Kasɓm : **Ƙakɔŋɔ**; Ninkare : **Gēea**; Moore : **Gāaka**



Yi-wɛɛra yawlu : Yi-wɛɛra yawlu na jɓɓi-m, n na curɓi ƙakɔŋɔ wɔ-bubwala n lwe na balu na zuri tun n ma di yiɔ yam, lurɔ bule zizɩŋa ni, lurɔ bule dɩdaani, yaá je.

- Mode d'emploi:
Jeunes feuilles bouillies (laisser refroidir), en instillation
2 gouttes matin et soir.

Yi-nyagɩla yawlu



Recette 10

Conjonctivite purulente

(qui contient du pus)

Plante: **Gardenia erubescens**

Kasɓm : **Ƙantɔŋɔ**; Ninkare : **Sēnsubrɩga**; Moore : **Sūbdga**

Yi-nyagɩla yawlu : Yi-nyagɩla yawlu na jɓɓi-m, n na curɓi ƙantɔŋɔ bunnu di ku puru n lwe na bam n ma di yiɔ yam, lurɔ bule zizɩŋa ni, lurɔ bule dɩdaani, yaá je.

- Mode d'emploi:
Racines et écorces bouillies
en instillation matin et soir.

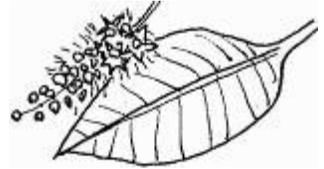


Wu-cla yawlu

Recette 11

Colique (1)

douleur ressentie au niveau des intestins



Plante: **Terminalia avicennioides**

Kasɓm : **Kog-kɔm**; Moore : **Kōodre**

Wu-cla yawlu : Wu-cla yawlu na juɗi-m, n na ki kog-kɔm wɔɔru tɩnu naa tɩrdu n curɩ n lwe n ki prɩntɩa wuni n furɩ maɗa maama de dim wuni, wu-cla kam wú zigi.

- Mode d'emploi:
Faire bouillir 5 ou 6 feuilles dans un litre d'eau et boire en petites quantités plusieurs fois dans la journée.



Bu-wuri yawlu

Recette 12

Colique (2)



Plante: **Sarcocephalus latifolius** Français : Pêcher africain
Kasɓm : **Kalɗoŋo**; Ninkare : **Kargōŋa** ; Moore : **Gulnga**

Bu-wuri yawlu : Bu-wuri yawlu na juɗi-m, n na gwaaru kalɗoŋo tuga ne n curɩ n lwe n pa nɔɔnu wum nyo ziziga di dɩdaani, o pu-wla kam wú yagi.

- Mode d'emploi:
Racines bouillies, filtrées, en boisson matin et soir.

Pulu yawlu

Recette 13

Constipation difficultés dans l'évacuation des selles.



Plante: **Tamarindus indica**

Kasım : **Sana**; Ninkare : **Pusga** ; Moore : **Pusga**

Pulu yawlu : Pulu yawlu na jɔɔ-m (n wu mu kuga), n na zɔɔ san-biə n zan na wuni n lwe n ki ye funfun n weli da, n nyo vɛɛɛ fan zizizɔ nɛ ku loori ni-cɛɛɛ guru, pulu kum wú yagi.

- Mode d'emploi:
Fruits: gousses et graines pilées, macérées dans l'eau froide une demi-journée avec une pincée de sel, boire un demi verre le matin à jeun.



Can-sɛtɔ sɛsagru

Recette 14

Coqueluche, maladie contagieuse caractérisée par une toux convulsive.



Plante: **Acacia albida (Faidherbia albida)**

Kasım : **Kazɔɔ** ; Ninkare : **Zāaŋa** ; Moore : **Zaanga**

Can-sɛtɔ sɛsagru : Can-sɛtɔ sɛsagru (koslɔ) na jɔɔ nɔɔɔ, n pwe kazɔɔ tɔga pur-lɛɛɛɛ tɔm mu n curɛ n ki sikili fun da, n tan nyo dɛ dɔm wuni maŋa maama taan taan, kuú zəni.

- Mode d'emploi:
Partie fraîche de l'écorce bouillie légèrement sucrée à boire en petites quantités plusieurs fois par jour.

Ylra maama na wɛ

Recette 15

Courbatures

suite de fatigue ou de fièvre

Plante: **Crossopteryx febrifuga**

Kasɓm : Ləribadiu ; Moore : Kumbrewanga



Ylra maama na wɛ: Nmu na bwənə yl n ylra maama na wɛ, n na pwe ləribadiu puru n curɩ n ma ku na bam n swe yl n yiyirgi n ylra yam, kuú zəni.

- Mode d'emploi:
Ecorces bouillies, en douche et friction le soir.

Yibiə puuna



Recette 16

Dartres

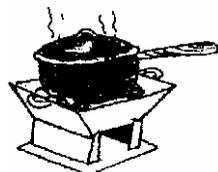
(des plaques sur la peau, desquamation ou durcissement de la peau dans certaines inflammations cutanées.)

Plante: **Lanea microcarpa**

Kasɓm : **Kacugu** ; Ninkarə : **sənsāabga** ; Moore : **Sābga**

Yibiə puuna : Kacugu bunnu puru dɩ ku vɔɔru na curɩ yl n ma n suə, puuna yam wú je.

- Mode d'emploi:
Feuilles et écorces de racines bouillies, en lotion sur les dartres.



Kalaa, nɛnua

Recette 17

Dermatoses (Maladie de peau)



Plante: **Lanea velutina**

Kasɓm : **Kacububɔɓɔ** ; Ninkare : **Sabtulga** ;

Moore : **Sabtulga**

N na curɓ kacububɔɓɔ bunnu n ma n titigi n yatana ziziga di didaanɓ, kaá joori ka ba ka je nɛ (ku na yɛ : kalaa, naa nɛnua, naa nankwɛn di wænu tɔdonnɛ).

- Mode d'emploi:
Racines bouillies en compresse matin et soir.

Cɔrɔ

Diarrhées



Recette 18

Plante: **Euphorbia hirta**

Kasɓm : **Kunkwɛn-yɛla** ; Moore : **Wallibiisum**



Cɔrɔ : Cɔrɔ, na wu-zuru, na pulu na jɛɓ-m, n na curɓ Kunkwɛn-yɛla n lwe n jɛɓ n nyɔa maɓa di maɓa, kuú je.

- Mode d'emploi:
Faire bouillir toute la plante, racines comprises, une grosse poignée dans un litre d'eau, arrêter quand c'est réduit de moitié, et boire peu à peu dans la journée (c'est aussi excellent contre les amibes).

Fla-zlgm yawlu

Recette 19

Diurétique Qui augmente le fait d'uriner

Plante: **Combrentum micranthum "Kinkeliba"**

Kasɓm : **Lampooni** ; Ninkarɛ : **Kōnkunka** ; Moore : **Rāndga**

Fla-zlgm yawlu : Lampooni vɔɔru tunu naa turdu na kwe ti curɓ, n pu ti ni n pa ti tɔn minitɛ fiinle, n lwe n jɔgi n nyɔa wudiu dim maɗa maama, kuú yagi.

- Mode d'emploi:
5 ou 6 feuilles pour un litre d'eau en infusion prolongée (mettre dans l'eau bouillante et couvrir pendant 20 minutes) décanter, et boire au moment des repas.



Paa

Fièvre Paludisme



Plante: **Crossopteryx febrifuga**

Recette 20

Kasɓm : **Laribadiu** ; Moore : **Kumbrewanga**

Paa : Paa na jɔgi-m, n na lɔɔru laribadiu bunnu tum puru n curɓ n wɛli ku vɔɔru n lwe n nyɔ, kuú zani di yawɛɛma di paa kalu na yaaru-m tun.

- Mode d'emploi:
Décoction d'écorce des racines contre la fièvre, infusion de feuilles ou de racines contre la fièvre.



Nankwɛn yawlu



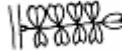
Recette 21

Gale

Maladie contagieuse de la peau produite par la présence sous la peau d'un parasite animal



Plante: **Detarium microcarpum**



Kasum : Kalankulu ; Ninkare : Kɛnkagrɛga ;

Moore : Kagedga

Nankwɛn yawlu: Nankwɛn yawlu na jɛgi-m, n na lu kalankulu bunnu puru di ku vɔɔru n curi, n ma n swɛ n yira, yi n ma n wɔ, nankwɛn sum wú je mu.

- Mode d'emploi:
Feuilles et écorces de racines bouillies en compresses sur les régions atteintes.

Jana nuɲi ka ba zɪga

Recette 22

Hémorragies

par blessure, perte de sang en quantité importante

Plante: **Diospyros mespiliformis**



Kasum : Kakɔɔ ; Ninkare : Gɛɛa ; Moore : Gāaka

Pogulum na yi nɔɔnu yi **jana nuɲi ka ba zɪga**, n na ku kakɔɔ vɔ-bubwala n zɔ (naa n yu di jɪa) n ma n fɛri n vɔ, kaá zɪgi mu.

- Mode d'emploi:
Feuilles fraîches en emplâtre sur la plaie et entourer d'une bande: (feuilles écrasées entre les mains).



Kuri- ḡwam (kooko)

Recette 23

Hémorroïdes (1)

Tumeur variqueuse formée par la dilatation des veines de l'anus ou du rectum

Plante: **Acacia nilotica**

Kasım : **Sunjra** ; Ninkare : Zizirga ; Moore : Pēngenga



Kuri- ḡwam (kooko) : Kuri-ḡwam (kooko) na jḡḡ nḡḡḡ, n ḡwəri sunjra biə n zḡ n zan n leeri, n ma n sai n tuti.

- Mode d'emploi:
Les coques des grains sont pile × es et déliées dans l'eau et on purge.

Hémorroïdes (2)

Tumeur variqueuse formée par la dilatation des veines de l'anus ou du rectum

Plante: **Mangifera indica**

Kasım : **Mangoo** ; Ninkare : Mango ; Moore : Mang-tuḡa

Kuri-ḡwam (kooko) : Kuri-ḡwam (kooko) na jḡḡ nḡḡḡ, o pwe mangoo puru o kḡ di ku vḡḡḡ ku yi grama fiinu o curi o pa tu tḡn o lwe o kḡ zuḡ-zarḡa wunḡ o jəni ba wunḡ.

- Mode d'emploi:
Faire bouillir 50 grammes d'écorce ou de feuilles dans 5 litres d'eau pendant 20 minutes. Filtrer, utiliser la décoction en bain de siège.



Dəən-muru yawlu



Recette 25

Insomnies

Absence anormale du sommeil.

Plante: **Guiera senegalensis**

Kasım : **Cirə lua** ; Ninkarə : **Yāa** ; Moore : **Wilenwiga**

Dəən-muru yawlu : Dəən-muru yawlu na jɔgi-nɔɔnu yɛ dɔɔm ba tui lanyranɛ, n na kɛ cirə lua bunnu n sɛm dɛ na-luna n nyɔ n pwɛgɛ mɛmɛnɛ nɛ, dɔɔm wú kwe-m lɛla.

- Mode d'emploi:
Racine: quelques centimètres en infusion dans une tasse d'eau bouillante (comme le thé) boire au moment du coucher.



Bɛnaflan yawlu



Recette 26

Jaunisse (1)

Hépatite / ictère maladie de foie se traduisant par une coloration jaune de la peau et des yeux, causée par des pigments de la bile

Plante: **Cymbopogon giganteus** (voir page 33)

Kasım : **Badirə** ; Moore : **Kuweese (kuware), Mopoko**

Bɛnaflan yawlu : Bɛnaflan na jɔgi-m, n na kɛ badirə yuu punnu n curɛ n nyɔ na bam lanyranɛ, nɛ na yazurɛ.

- Mode d'emploi:
Sommités fleuries à faire bouillir, et boire abondamment.



Bɩnaɕan yawɩ

Recette 27

Jaunisse (2)

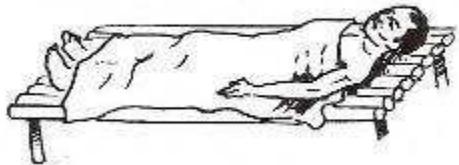
Hépatite / ictère maladie de foie se traduisant par une coloration jaune de la peau et des yeux, causée par des pigments de la bile

Plante: **Carica papayer**

Kasɩm : **Borɕuɩɩ** ; Ninkare : **Boorɕe** ; Moore : **Bogɕe**

Bɩnaɕan yawɩ : Bɩnaɕan na jɩgɩ-m, n nan wu maɕɩ sɩ n nyɔ sa-dɩa. N maɕɩ sɩ n tan di tweeru biɛ lanyɩranɩ. Bɩnaɕan tiu yɩ borɕuɩɩ mu. N na kɩ borɕuɩɩ vɔɔɩ na borɕuɩɩ-bɩa punnu n curɩ n lwe n nyɔ maɕa maama, bɩnaɕan kam wú yagɩ.

- Mode d'emploi:
Il faut s'abstenir de toute consommation d'alcool.
Manger beaucoup de fruits. Boire de temps en temps une infusion faite d'une poignée de fleurs de papayer mâle avec un litre d'eau.



Kaguvara yuu

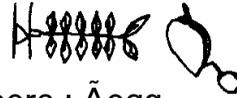


Recette 28

Migraine Douleur intense qui affecte un seul côté de la tête, parfois accompagnée d'un malaise général ou de nausées et vomissements.

Plante: **Daniella oliveri**

Kasɓm : **Kacolo** ; Ninkare : **Kalyie** ; Moore : **Ãoga**



N yuu na wɛɛ daa dudu, n pwe kacolo puru n curɓ n nyo zizɓa di duduani, kuú yaɓi.

- Mode d'emploi:
Ecorces bouillies en boisson matin et soir.

Yuu-wlu di tutwanna

Nausées et vomissements

Plante: **Acacia albida**

Kasɓm : **Kazɔɔ** ;

Ninkare : **Zãanga** ;

Moore : **Zaanga**



Recette 29

Yuu-wlu di tutwanna na jigi-m, n na pwe kazɔɔ puru n curɓ n lwe n nyo, kuú zɛni.

- Mode d'emploi:
Ecorces bouillies, eau à boire.

Zwan yawlu

Recette 30

Otite externe

Inflammation de l'oreille

Plante: **Diospyros mespiliformis**



Kasɓm : **Kakəŋə** ; Ninkarɛ : **Gēea** ; Moore : **Gāaka**

Zwan yawlu : Zwan yawlu na jɛgɛ-m, n na ki kakəŋə vɔ-bubwala n curɛ n lwe n ma n dɛ, zɛzɛŋa dɛ dɛdaani, wɛɛm dɛm wú yagi.

- Mode d'emploi: Jeunes feuilles bouillies, gouttes dans les oreilles, matin et soir.

Ŋwan-dongo

Recette 31

Plaies atones

- Ulcère phagédénique, Affection caractérisée par la formation d'une ulcération sur les membres inférieurs ou sur le tronc.

Plante: **Piliostigma thonningii**

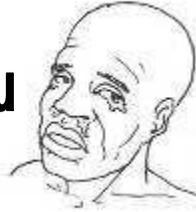


Kasɓm : **Pɛɛli-vɔɔ** ; Ninkarɛ : **Bagne** ; Moore : **Bāgende**

Ŋwan-dongo : Ŋwan-dongo na jɛgɛ-m, nń yu pɛɛli vɔ-kuru mu, n ma mum dɛm n ma zizi ŋwam dɛm n vɔ, yɛ n joori n ki zɛzɛŋa maama. Dɛ na suuri, n laan mai kakəŋə puru na zɔgɛ tun dɛ kasɓna nugə n ma n lɛa dɛ maama.

- Mode d'emploi:
Feuilles séchées en poudre. Mettre sur la plaie couverte d'un pansement ; renouveler tous les jours.
Quand la plaie bourgeonne, au bout de 5 à 6 jours, traiter avec une pommade composée de poudre d'écorce de Diospyros et beurre de karité, pansement à renouveler tous les jours.

Sisaguru di kukweeru



Recette 32

Rhume et toux (1)

Inflammation générale des fosses nasales et toux

Plante: **Eucalyptus**



Kasım : **Fwələ tupono** ; Ninkarə : **Nasaara tɔwoko** ;

Moore : Nasaar tɔ-wok-peelee

Sisaguru na jɔgɔ-m yɛ n mumwa cuurə, n na curɪ fwələ tɔ-pono vɔɔru n ma n lwəri n tɪtɪ, n daaru n lwe n nyɔ, mumwa yam cuurim wú yagɔ mu. N na curɪ vɔɔru tɪm di sikli n nyɔ, kuú sooni **kukweeru** tɪm lanyɪranɪ.

- Mode d'emploi:
Faire bouillir des feuilles dans l'eau, se couvrir la tête, face aØ la vapeur, et aspirer.
Boire la de × coction des feuilles.
Faire bouillir des feuilles et du sucre dans l'eau pour obtenir un bon sirop contre la toux.



Sisaguru di kukweeru

Recette 33

Rhume et toux (2)

Plante: **Acacia albida**

Kasım : **Kazɔnɔ** ; Ninkarə : **Zāaŋa** ; Moore : Zaanga

Sisaguru tɪlɔ na kwe tɪn na jɔgɔ-m, pwe kazɔnɔ puru n curɪ n lwe n nyɔ, kuú zɪgɪ.

- Mode d'emploi:
Faire bouillir l'écorce - boire.



Sɩsagɩru tɩɩ na kwe tɩn Recette 34

Toux



Plante: **Ficus sycomorus**

Kasɩm : **Kapur-nɔɔnu** ; Ninkare : **Kēnkāŋa** ;

Moore : **Kānkāŋa**

Sɩsagɩru tɩɩ na kwe tɩn na jɩɩ-m, pwe kapur-nɔɔnu puru n curɩ n lwe n nyɔ, kúú zɩɩ.

- Mode d'emploi:
Décoction d'écorces à boire.



Wu kanzwan

Recette 35

Vers intestinaux (1)



Plante: **Citrouille cucurbita pepo, ou papaye**

Kasɩm : **Gaanɩ dɩ borfuuru** ; Ninkare : **Yɔka (yɔgrɛ)** ;

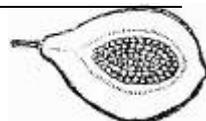
Moore : **Yogre biisi**

Wu kanzwan : Wu kanzwan na jɩɩ-m, n na lɩ gaanɩ wu-biɛ bana na banu n dunɩ zɩzɩŋa nɩ ku loori ni-cɛɛɩ guru, yaá tɩ ya daaru-m.

Borfuuru biɛ dɩ ta soone kuntu mu.

- Mode d'emploi:
Graines crues de la courge: 4 ou 5 à croquer le matin à jeun.

On peut aussi croquer les graines de papaye.



Wu kanzwan

Recette 36

Vers intestinaux (2)



Plante: **Mangifera indica**

Kasım : **Mangoo** ; Ninkare : **Mango** ; Moore : **Mang-tulga**

Wu kanzwan : Wu kanzwan na juɓi-m, n na lwe mango-bu n zo n curi n lwe n nyɔ, kanzwan yam wú ti. N nan ta wal n dunt mango-bu wum ni gwe te, yi ku yaga.

- Mode d'emploi:
Piler un noyau de mangue, ensuite faire bouillir la poudre dans 1 litre d'eau. Boire la décoction en 2 fois en l'espace d'une journée.



Tiu didua wal ku zuri yawlru zanzan.



Tweeru zanzan di wal ti zuri yawlu didua.



pusu

kawalo

sunjira

Nii-na nyinyugu : **Cirə** lua wal ku je sisagiru, paa, cɔrɔ, ku pal kaani yulu dɔlu na lana o bu ŋwaani.

Evidemment une plante peut être utilisée pour guérir plusieurs maladies. Et une maladie peut être guérie par plusieurs plantes.



Exemple:

Guiera senegalensis, kasum: Cirè lua

Cette plante est utilisée dans beaucoup de cas



⇒ **Contre la toux** : - 20 grammes de feuilles fraîches pour 1 litre d'eau venant de bouillir, laisser infuser (comme pour le thé).

En prendre 1 litre par jour (chez l'adulte) en 5 prises.

- ou faire une décoction avec 5 feuilles de Cirè lua (Guiera senegalensis) et 5 feuilles de tawi-nanyɔŋa (Combretum glutinosum). Bouillir 4 à 5 minutes.



⇒ **Contre le paludisme** : (mais il faut prendre aussi de la chloroquine).

Prévention : 10 feuilles par jour en décoction.

Cure : décoction de 10 à 12 feuilles avec 5 à 7 feuilles de **tawi-nanyɔŋa** (Combretum glutinosum) et de kinkéliba (Combretum micranthum = lamponi). Boire 3 fois par jour.



⇒ **Contre la fièvre** : (infusion des feuilles = tisane).



⇒ **Contre la diarrhée** : en tisane, 15 feuilles par jour avec du kinkéliba (= lamponi)



⇒ **Pour une bonne lactation chez la femme** qui allaite : boire régulièrement des tisanes de < Cirè lua > .

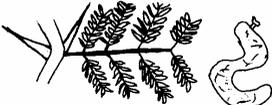
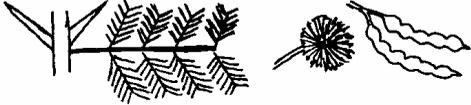


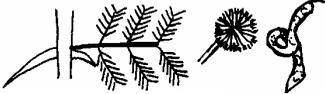
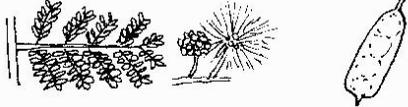
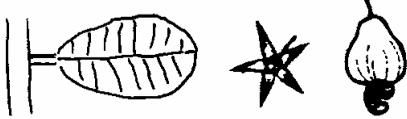
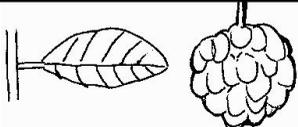
Index des noms botaniques pour le chapitre «Remèdes» :

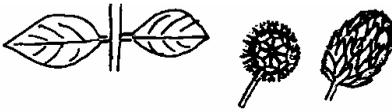
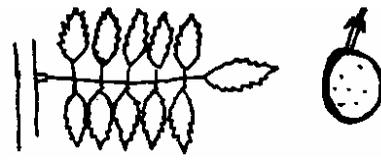
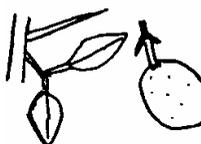
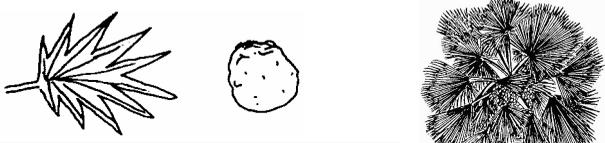
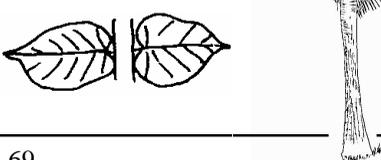
<i>Nom botanique:</i>	<i>Nom en kasım:</i>	<i>Recette Nr.</i>
Acacia albida	Kazəno	14, 29, 33
Acacia nilotica	Sunjıra	23
Adansonia digitata	Tiu	2
Carica papaya	Borfuurl	27, 35
Combrentum micranthum	Lampooni	19
Crossopteryx febrifuga	Ləribadiu	15, 20
Cucurbita Pepo (courge)	Gaanı	35
Cymbopogon giganteus	Badirə	26
Daniellia oliveri	Kacolo	28
Detarium microcarpum	kalankulu	5, 21
Diospyros mespiliformis	Kankəno	9, 22, 30
Eucalyptus	Fwələ tu-pono	32
Euphorbia hirta	Kunkwən-yıla	18
Ficus sycomorus	Kapur-nəno	34
Ficus thonningii	Kapur-ciñə	3
Gardenia erubescens	Kantəno	10
Guiera senegalensis	Cirə lua	25
Ipomea batatas	Nanlugurə	1
Lannea microcarpa	Kacugu	8, 16
Lannea velutina	Kacububəlo	17
Mangifera indica	Mangoo tiu	24, 36
Moringa oleifera	Arzana tiu	6
Pilostigma thonningi (Bauhinia)	Pəelı-vəo	31
Saba senegalensis (Landolphia)	Loo	7
Sarcocephalus latifolius (Nauclea)	Kalugonjo	12
Tamarindus indica	Sana	13
Terminalia avicennioides	Kog-kom	11
Vitex doniana	Kanyəno	4

Tweeru di twe-mwan di vwaanu

Arbres, arbustes et lianes en kasım (ordre alphabétique)

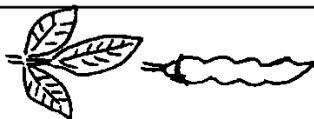
<p>A Acacia albida (faidherbia) <u>Kazɔnɔ</u></p>	
<p>Acacia amythethophylla <u>Bursunɔ</u></p>	
<p>Acacia gourmaensis <u>Sabar-mangwɛlɛ</u></p>	
<p>Acacia hockii <u>Sabar-gandɔ</u></p>	
<p>Acacia macrostachya <u>Paa</u></p>	
<p>Acacia mellifera <u>Sabar-mangwɛl-zwɛnɛ</u></p>	
<p>Acacia nilotica <u>Sunɔlɔ</u></p>	
<p>Acacia senegal (gommier du Sénégal) <u>Maaru sabarɔ</u></p>	
<p>Acacia seyal <u>Sabar-sɔŋa</u></p>	
<p>Acacia siberiana <u>Sabar-ponɔ</u></p>	

<p>Acacia tortilis raddiana Sabar-gandu-poŋo</p>	
<p>Adansonia digitata (baobab) Tiu</p>	
<p>Azefelia africana Kolo (fruits: kol-kampwa)</p>	
<p>Agave sisalana Sizaalu</p>	
<p>Albizia chevalieri Bur-suju</p>	
<p>Albizia coriaria Pu-suju</p>	
<p>Albizia lebbeck Gənoyaga lenleənə</p>	
<p>Anacardium occidentale (pommier cajou, anacardier) Tangwala tiu</p>	
<p>Annona senegalensis (pomme cannelle Sénégal, annone) Kawələ (fruits: kurələwə)</p>	
<p>Annona squamosa (pomme cannelle) Nasara kawələ (fruit: nasara lwe)</p>	

<p>Anogeissus leiocarpus (bouleau d'Afrique) Lua</p>	
<p>Azadirachta indica (neem, nim, margousier) Plawaa (nɛmɛ)</p>	
<p>B Balanites aegyptiaca (dattier du désert) Gulsaa</p>	
<p>Bauhinia rufescens Tabayərə</p>	
<p>Berlinia grandiflora Tɔvɔvɔ (fruit: napara)</p>	
<p>Blighia sapida Kasɩga</p>	
<p>Bombax costatum (kapokier rouge ou faux kapokier) Kafuru</p>	
<p>Borassus sp. (palmer rônier) Kuru</p>	
<p>C Calotropis procera (arbre à soie du Sénégal) Polo</p>	

Cajanus cajan (pois pigeon)

Soonə tiu



Carica papaya

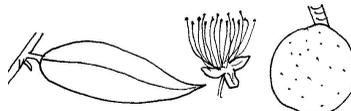
(papayer)

Borfuurl



Capparis tomentosa

Səəl



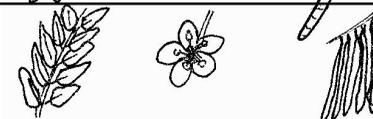
Cassia arereh

Sunliḡ



Cassia siberiana

Piu-lua



Ceiba pentandra

(fromager, kapokier)

Gunḡ (fruits: gungunə)



Cissus populnea

Jankukələ



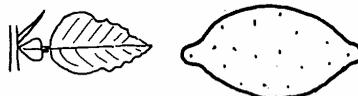
Cissus quadrangularis

Sur-blə (= kalaa)



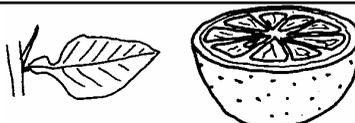
Citrus limon (citronnier)

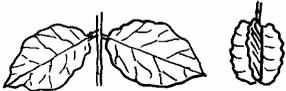
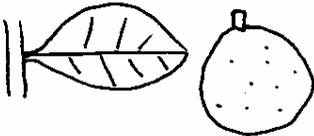
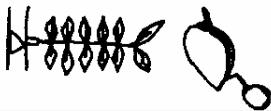
Kunkajua



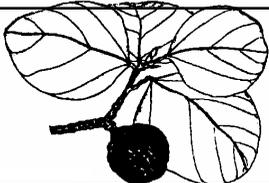
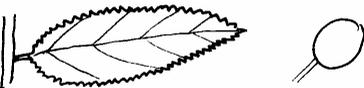
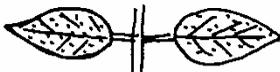
Citrus paradisi (oranger)

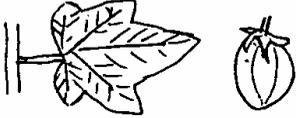
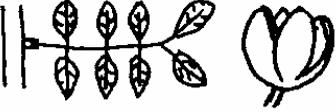
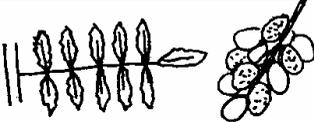
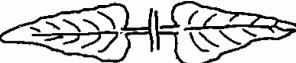
Kutuu

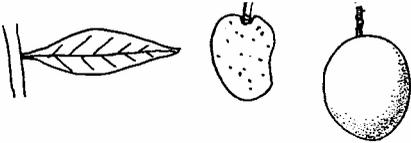
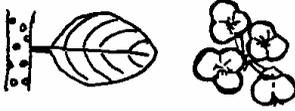


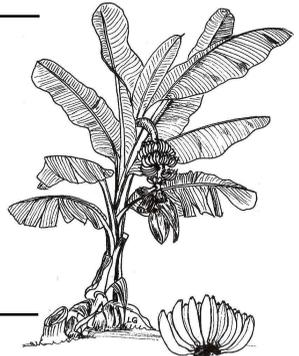
<p>Combretum fragrans Kogo</p>	
<p>Combretum glutinosum Tawi-nanyɔŋa</p>	
<p>Combretum lecardii Tawiu</p>	
<p>Combretum micranthum (kinkeliba) Lampooni</p>	
<p>Combretum niroense Pələzwən</p>	
<p>Crataeva adansonii Kayalgɔŋə</p>	
<p>Crescentia cujete (calebassier) Daa-zuŋa tiu</p>	
<p>Crossopteryx febrifuga Ləribadiu</p>	
<p>D Daniellia oliveri Kacolo</p>	
<p>Delonix regia (flamboyant) Sɔŋsɔŋtiu</p>	

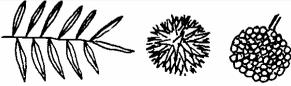
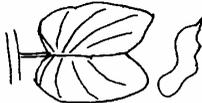
F	Ficus sp. <u>Kapuru</u>	
Ficus abutilifolia <u>Kapur-poro</u>		
Ficus capreaefolia <u>Bugeni-kaciḡ</u>		
Ficus cordata <u>Kapur-kaciḡ-nasliḡ</u>		
Ficus dicranostyla <u>Kantlu</u> (fruits: kantwen)		
Ficus exasperata <u>Takara</u>		
Ficus sur <u>Kapur-kalərə</u> (fruits: kapura)		
Ficus sycamorus <u>Kapur-nəḡnu</u> (fruits: məḡla)		
Ficus thonningii <u>Kapur-kaciḡ</u>		
Ficus trichopoda et glumosa <u>Kapur-suḡu</u>		

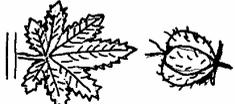
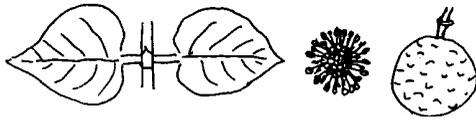
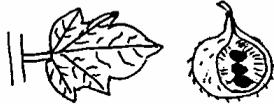
<p>Ficus vallis-choudae <u>Kapur-məɔla tiu</u> (fruits: məɔla)</p>	
<p>Flueggea virosa <u>Sɯnyabu</u></p>	
<p>G Gardenia aqualla <u>Kantəŋ-bla</u></p>	
<p>Gardenia erubescens <u>Kantəŋ</u> (fruits: kantwanɯ)</p>	
<p>Gardenia ternifolia <u>Kantəŋ-kana</u></p>	
<p>Gmelina arborea (peuplier d'Afrique, gmelina) <u>Fwələ kapur-poŋo</u></p>	
<p>Grewia bicolor / flavescens <u>Zooni twe</u></p>	
<p>Grewia lasiodiscus <u>Kayaladolo</u></p>	
<p>Guiera senegalensis <u>Cirə lua</u></p>	
<p>H Hoslundia opposita <u>Gaa cawaa</u></p>	

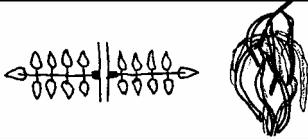
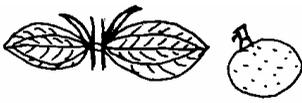
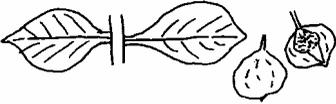
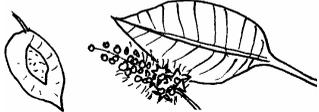
I	<p><i>Ipomoea carnea</i> <u>Gweeru nabili</u></p>	
J	<p><i>Jatropha curcas</i> (Pourguère) <u>Gwalkapɫ-r-poŋo</u></p>	
	<p><i>Jatropha gossypifolia</i> <u>Gwalkapɫ-r-suŋu</u></p>	
K	<p><i>Keetia venosa</i> <u>Pɛsoonɛ</u></p>	
	<p><i>Khaya senegalensis</i> (caillédrat) <u>Punu (pɫna)</u></p>	
L	<p><i>Lanea acida / velutina</i> <u>Kacububɔɔ</u></p>	
	<p><i>Lanea barteri / microcarpa</i> <u>Kacugu</u></p>	
	<p><i>Lawsonia inermis</i> <u>Cɫlacɫga</u></p>	
	<p><i>Leptadenia hastata</i> (liane) <u>Bɫnayɫɫu</u></p>	
	<p><i>Lonchocarpus laxiflorus</i> <u>Kog-dərə</u></p>	

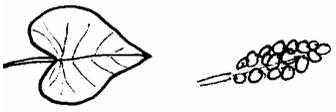
M	Maerua angolensis Jijir-poŋo	
Mangifera indica (manguier) Mangoo tiu		
Manilkara multinervis Kalwe swan		
Margaritaria discoidea Tolo		
Maytenus senegalensis Lɔɔ		
Mimosa pigra Saanɔ		
Mitragyna inermis Tɔrɔ		
Moringa oleifera Arzana tiu		
Musa sp. (bananier) Kodugu tiu		
O Ormocarpum bibracteatum Jantamure		



<p>Oxytenanthera abyssinica (bambou) Miu</p>	
<p>P Parkia biglobosa (nééré) Sunju (fruits: sunnu)</p>	
<p>Paullinia pinnata Bulojo</p>	
<p>Phoenix dactylifera (Palmier - dattier) Zanwa-nangure</p>	
<p>Piliostigma reticulatum Kavlanyan-bla</p>	
<p>Piliostigma thonningii Pεεlu-vəə</p>	
<p>Prosopis africana/ juliflora Fwələ sabara</p>	
<p>Pseudocedrela kotschyi (cure dents) Nyabogo</p>	
<p>Psidium guajava Goyaka</p>	
<p>Pteleopsis suberosa Vlantue</p>	
<p>Pterocarpus erinaceus (palissandre du Sénégal) Tuntəje</p>	

<p>Punica granatum (grenadier) Kunkupɔ (Grɛnaadɔ)</p>	
<p>Ricinus communis (ricin) Kunkwiuliri tiu</p>	
<p>§ Saba senegalensis Loo (fruits: lwe/lwə)</p>	
<p>Sarcocephalus latifolius (pêcher africain) Kalgogo</p>	
<p>Sclerocarya birrea Kansɔɔ (fruits: kanswala)</p>	
<p>Senna alata (dartistier) Kukuə</p>	
<p>Senna siamea (casse du Siam, bois perdrix) Kasɔ</p>	
<p>Senna singueana Gaa kasɔ</p>	
<p>Sesbania sesban Tabie</p>	
<p>Sterculia setigera Kapolo</p>	

<p><i>Stereospermum kunthianum</i> <u>Sise-luru</u></p>	
<p><i>Strychnos innocua</i> <u>Ciciri-kampua</u></p>	
<p><i>Strychnos spinosa</i> (oranger de brousse) <u>Kampokure</u> (fruit: kampua)</p>	
<p><i>Strophanthus sarmentosus</i> <u>Vaa</u></p>	
<p><i>Syzygium guineense</i> <u>Bugə-səŋə</u></p>	
<p>T <i>Tamarindus indica</i> (tamarinier) <u>Sana</u></p>	
<p><i>Tapinanthus voltensis</i> (plante parasitique) <u>Koro</u></p>	
<p><i>Tectona grandis</i> (teck) <u>Fwələ kapuru</u></p>	
<p><i>Terminalia albida</i> <u>Sankurvəə</u></p>	
<p><i>Terminalia laxiflora</i> <u>Kog-poŋo</u></p>	

<p>Terminalia mantaly Yitaazu tiu</p>	
<p>Terminalia mollis Kog-sunju</p>	
<p>Tinospora bakis Tuu-luga</p>	
<p>Trichilia emetica Nadua</p>	
<p>Vernonia amygdalina, colorata Cawaka / Cawaa</p>	
<p>V Vitellaria paradoxa (karité) (Butyrospermum paradoxum) Sɔŋɔ</p>	
<p>Vitex doniana (prunier noir) Kanyɔna (fruits: kanyɔna)</p>	
<p>X Ximenia americana Miə tiu (fruits: miə)</p>	
<p>Z Ziziphus abyssinica Gweeru-sɔŋɔ naponɔ</p>	
<p>Ziziphus mauritiana (jujubier) Gweeru-sɔŋɔ nasɩŋa</p>	