



République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la
Recherche Scientifique
- Université Ziane Achour - Djelfa
Faculté des Sciences de la Nature et de la Vie
Département Biologie



Mémoire de Fin d'étude
En vue de l'obtention du diplôme de Master Académique en Écologie et
Environnement
Spécialité: Écologie Végétale et Environnement

Thème

Etude ethnobotanique de la région de Médéa Communes de Médéa, Beni Slimane, Berrouaghia, Bouaïche, Ksar El Boukhari et Soualah (Bougezoul)

Préparé par l'étudiante:
- BOUKOUFA Rachida

Devant le Jury:

President :Mr. DAHIA Mostapha	Prof	Univ ZAIANE Achour Djelfa
Encadreur : Mr. KHADER M'hammed	MCA	Univ ZAIANE Achour Djelfa
Examineur : Mr. KACIMI Mohamed	MAA	Univ ZAIANE Achour Djelfa
Examineur : M ^{me} . ZAOUI Aïcha	MAA	Univ ZAIANE Achour Djelfa

Année Universitaire: 2023/2024

Dédicaces

A la mémoire de mon père, que Dieu Tout-Puissant l'accueille dans Son vaste paradis.

A ma mère, pour son sacrifice et son soutien tout au long de mes études. Que Dieu la protège.

A ma famille, mes sœurs et leurs maries (Fatma, Yamina, Bakhta, Naïma et zoubeyda) et mes frères et leurs femmes (Lakhdar, Abd Elhadi, Ibrahim et Yassine) ainsi leurs enfants.

A Safia, Abd Elhadi, Aya et Hadil pour leurs amours et leur support continu. Je suis très heureuse et très fière de votre présence à mes côtés.

A Ali Messahel, Hamida Ismail Aimen Chihab Eddine et leurs parents à Djelfa. Je tiens à les remercier pour leur accueil chaleureux et leur générosité.

A tous mes amis, notamment Abd Elkader, Fethia et Asma.

A tous ceux qui me sont chers, à mes collègues,

A tous les universitaires

A mon pays

Je dédie ce modeste travail

Remerciement

Je remercié tout d'abord ALLAH tout puissant qui nous a donné la santé, le courage et la patience afin de pouvoir accomplir ce modeste travail.

Je tiens à présenter mes profondes gratitudees à mon promoteur Mr. KHADER M'hammed Maître de Conférences A à la faculté SNV Université ZAIANE Achour de Djelfa pour son aide, son encouragement, son regard critique et bienveillant, ainsi que ses observations, enrichiront certainement cette recherche et qui m'a fait bénéficier de son savoir, de son expérience et de ses précieux conseils afin de perfectionner ce travail et d'avoir accepté l'encadrement de ce mémoire, je le remercie vivement pour sa rigueur scientifique ont façonné chaque étape de cette recherche, et je lui en suis profondément reconnaissants.

J' adressons également mes remerciements les plus sincères aux éminents membres du jury Monsieur le Président : DAHIA Mostapha Professeur à la faculté SNV l'université ZAIANE Achour de Djelfa, qui a accepté de présider notre travail, Madame ZAOUI Aicha Maître Assistante à la faculté SNV université ZAIANE Achour de Djelfa et Monsieur KACIMI Mohamed Maître Assistant à la faculté SNV l'université ZAIANE Achour de Djelfa d'avoir acceptés et consacrer leurs précieux temps à l'évaluation de ce travail

Je remercie également Mr BOUKERCHE Mohamed le Conservateur des forêts de la wilaya de Médéa et l'ensemble du personnel du département SNV de je remercié également tous les cadres et employés des institutions administratives suivantes Conservation des forêts de la wilaya de Médéa, Parc national de Chréa, centre de formation des agents techniques spécialisé en forêt, Beni Slimane Médéa et Aussi au membre du conseil national des PM de Médéa, Herboriste et président d'association Mr. Hamza MEKKID.

En fin, à tous ceux qui ont de près ou de loin participé à la réalisation de ce travail.

Merci à tous.

Liste des abréviations

AIMS : Association internationale de morphologie des semences

ANDI : Agence nationale du développement des investissements

ANIREF : Agence Nationale d'Intermédiation et de Régulation Foncière

BTPH : Bâtiments, Travaux Public et Hydraulique

CRSTRA : Centre de recherche scientifique et technique sur les régions arides

DPSB : Direction de la Programmation et du Suivi Budgétaires

ETP : Evapotranspiration.

HPAE : Hiver- Printemps- Automne –Eté

INPN : Inventaire national du patrimoine naturel

ITCMI : Institut technique des cultures maraichères et industrielles

O.N.M : Office National de Météorologie

OMS : Organisation mondiale de la santé

P NC: Parc National de Chréa

PAM : Plantes médicinales et aromatiques

PM : plantes médicinales

UICN : Union internationale pour la conservation de la nature

Liste des tableaux

Tableau n° 01 : Moyennes mensuelles des températures maximales, minimales (1991–2021)	34
Tableau n° 02 : Moyennes mensuelles des précipitations (1991 – 2021)	35
Tableau n°03 : Régime pluviométrique par saison	36
Tableau n°04 : Humidité relative moyenne mensuelle (1991-2021)	39
Tableau n°05 : Quotient pluviothermique d'Emberger et l'amplitude thermique moyenne	41
Tableau n° 06: Répartition des enquêtés par rapport aux communes étudiées	46
Tableau n° 07: Répartition des enquêtes selon le sexe	48
Tableau n° 08: Répartition des informateurs selon l'âge	49
Tableau n° 09 : Répartition des enquêtés selon niveau d'instruction	51
Tableau n° 10 : Répartition des enquêtés selon l'utilisation des PM	52
Tableau n° 11 : Résultats obtenus à la suite du traitement par les PM	53
Tableau n° 12 : Répartition des enquêtés selon l'origine de l'information	54
Tableau n° 13 : Répartition des enquêtés selon le traitement préféré	55
Tableau n° 14 : Répartition des plantes par famille	56
Tableau n° 15 : Répartition des plantes par famille et par genre	59
Tableau n° 16 : Répartition des plantes selon l'origine de la plante	67
Tableau n° 17 : Répartition des plantes selon le type de plante collectée	68
Tableau n° 18 : Répartition de la récolte en fonction des saisons	69
Tableau n° 19 : Répartition des enquêtés en fonction de la partie utilisée	70
Tableau n° 20 : Formes d'utilisations des PM	72
Tableau n° 21 : Utilisations des PM en fonction des maladies traitées	74
Tableau n° 22 : Utilisations des PM selon durée d'utilisation	77
Tableau n° 23 : Nombre de prise par jour	78
Tableau n° 24 : Formes d'utilisations des PM (fraîche et/ou desséché)	79
Tableau n° 25 : Forme de stockage des PM	79
Tableau n° 26 : Effet secondaire des PM au cours du traitement	80

Liste des figures

Figure n°01 : forme d'extraits (d'huiles, de poudres et de jus exprimés sous pression...)	15
Figure n°02 : forêt Incendiée en 2021 à Zoubiria – Berouguia, Wilaya de Médéa	20
Figure n°03 : forêt Incendiée au de Mai 2023 à Ouezra Wilaya de Médéa	20
Figure n°04 : herboristes dans les marchés populaires Médéa (non agréés)	21
Figure n°05 : herboristerie El Ghali (agréée)- Médéa	21
Figure n°06 :herboristes Hamza MEKKID (agréée) - Beni Slimane	21
Figure n°07 : coupe élicite des arbres (collecte des feuilles, branches et tronc de l'eucalyptus) pour l'utilisation en artisanat et comme plante médicinales	21
Figure n°08 : l'utilisation d'herbicides et des pesticides	21
Figure n°09 : surpâturage (Hamдания-Médéa)	21
Figure n°10 : Cartes de localisation de la ville et les communes de la wilaya Médéa en Algérie	26
Figure n°11 : Carte des accès à la wilaya de Médéa	26
Figure n°12 : Carte de situation géographique de la wilaya de Médéa	27
Figure n°13 : Tell montagneux Tablat (A et B).	28
Figure n°14 : La zone Tellienne de Médéa	28
Figure n°15 : Plaines de Beni Slimane	28
Figure n°16 : Zone du sud	28
Figure n°17 :Principales essences forestières de la wilaya de Médéa.	30
Figure n°18 : Carte des grands bassins versants de la wilaya de Médéa	31
Figure n°19 : Barrage de Boughezoul de la Wilaya de Médéa	31
Figure n°20 : Diagramme ombrothermique de Bagnouls et Gausсен	35
Figure n°21 : Régime pluviométrique saisonnier	37
Figure n°22 : Humidité relative moyenne mensuelle	40
Fig. 23 : Le climagramme d'Emberger de la région étudiée	42
Figure n° 24 : Démarche méthodologique dans l'étude ethnobotanique	45
Figure n° 25 : Répartition des enquêtés par rapport aux communes étudiées	46
Figure n° 26 : Taux d'utilisation des PM selon le sexe	48
Figure n° 27 : Taux d'utilisation des PM selon différents âge	50
Figure n°28 : Taux d'utilisation des PM selon niveau d'instruction	51
Figure n°29 : fréquence des enquêtés selon l'utilisation des PM	52
Figure n°30 : Fréquence d'utilisation obtenue à la suite du traitement par les PM	53
Figure n°31 : Taux d'utilisation des PM selon l'origine de l'information	54
Figure n°32 : Choix entre les PM et la médecine moderne	55
Figure n°33 : Fréquence d'utilisation des plantes par famille	57
Figure n°34 : Répartition des plantes par espèce	65

Figure n°35 : Répartition des plantes selon l'origine de la plante	67
Figure n°36 : Répartition des plantes selon le type de plante collectée	68
Figure n°37 : Répartition des plantes selon la période de récolte.	69
Figure n°38 : Fréquence d'utilisation des différentes parties des PM (aérienne, graine et fruit)	70
Figure n°39 : Fréquence d'utilisation des différentes parties des plantes médicinales	71
Figure n° 40 : Formes d'utilisation des plantes	72
Figure n° 41 : Fréquence des PM en fonction de la forme d'utilisation	73
Figure n° 42 : Fréquences d'utilisations des PM en fonction des maladies traitées	76
Figure n° 43 : Utilisations des PM selon la durée du traitement	77
Figure n° 44 : Nombre de prise par jour	78
Figure n° 45 : Formes d'utilisations des PM (fraîche et/ou desséché)	79
Figure n° 46 : Forme de stockage des PM	80
Figure n° 47 : Fréquence de l'effet secondaire des PM au cours du traitement	81
Figure n° 48 : <i>Glycyrrhiza glabra</i> (Réglisse glabre- عرق السوس)	83
Figure n° 49 : <i>Bryoniadioica Jacq.</i> (Bryone dioïque- برسطم عروق الجان،)	85
Figure n° 50 : <i>Matricariachamomilla</i> (Camomille- البابونج)	87
Figure n° 51 : <i>Thymus vulgaris</i> (thym commun- الزعتر البري), feuilles	89
Figure n° 52 : <i>Thymus satureioides</i> (Thym serpolet- زعيترة)	91
Figure n° 53 : <i>Menthaspicata</i> (Menthe verte- النعناع الأخضر)	92
Figure n° 54 : <i>Verbenaofficinalis L.</i> (Verveine officinale- لويظة تيزانة،)	94
Figure n° 55 : <i>Lavandulastoechas</i> (Lavande- الخزامى، الحلال).	95
Figure n°56 : <i>Pistacialentiscus L.</i> (Pistachier lentisque- الضرو)	96
Figure n°57 : <i>Origanummajorana</i> (Marjolaine, organ- البردقوش، المردقوش)	98
Figure n°58 : <i>Juniperusoxycedrus L.</i> (Genévrier- العرعر، العرار)	99
Figure n°59 : <i>Olea europae</i> (Olivier- الزيتون)	101
Figure n° 60 : <i>Biota Orientalis</i> (Biota d'Orient, Thuya- العفص الشرقي، الثويا الشرقية)	102
Figure n° 61 : <i>Rhamnusalaternus</i> (Nerprun alaterne, alaterne- مليسا، مليسا)	103
Figure n° 62 : <i>Globulariaaalpum L.</i> (Globulaire- تسلغة)	104
Figure n° 63 : <i>Tiliaeuropaea L.</i> (Tilleul commun - الزيزفون)	105
Figure n° 64 : <i>CentauriumerythraeaRafn</i> (Petite centauree commune - مرارة الحنش)	106
Figure n° 65 : <i>Marrubiumvulgare</i> (Marrube blanc - مريوت)	108
Figure n° 66 : <i>Artemisia herba-alba</i> (Armoise blanche- الشيح)	110
Figure n° 67 : <i>Ecballium elaterium L.</i> (Cornichon d'âne - ققاء الحمار، فقوص الحمير)	112
Figure n° 68 : <i>Peganumharmala L.</i> (Harmel- الحرمل)	114
Figure n° 69 : <i>Moringa oleifera</i> (Moringa- المورينغا، اللبان الزيتي، الشوع)	115
Figure n° 70 : <i>Paronychiaargentea.L</i> (Paronyque argenté- فتات الحجر)	116

Figure n° 71 : <i>Rutachalepensis L.</i> (Rue de Chalep- الفيجن، الفيجل)	117
Figure n° 72 : <i>Stipa tenacissima</i> (Alfa- الحلفاء)	118
Figure n° 73 : <i>Artemisia capestris L.</i> (Armoise rouge- تقفت)	120
Figure n° 74 : <i>Artemisia absinthium L.</i> (Absinthe- الشيبية- شجرة مريم، الشيبية)	122
Figure n° 75 : <i>Buniumincrassatum</i> (Bunium, gland de terre- تالغودة)	124
Figure n° 76 : <i>Ulmuscampestris</i> (Orme champetre, Petit orme- النشم)	125
Figure n° 77 : <i>Apium nodiflorum L.</i> (Faux Cresson- الزياتة)	127
Figure n° 78 : <i>Malvasylvestris L.</i> (Mauve sylvestre- الخبيزة، الخباز، الخباز)	129
Figure n° 79 : <i>Ammoidesverticillata</i> (Faux Ammi fluet, Ammi- النوخة، النوخة)	131
Figure n° 80 : <i>Silene vulgaris</i> (Silène commun- تاغيششت، القويلية، سطورنيون، تيغيغت)	133
Figure n° 81 : <i>Papaver rhoeas L.</i> (Coquelicot- بنعمان، شقائق النعمان)	136
Figure n° 82 : <i>Telephium imperati L.</i> (Telephium d'imperato- بخور الأمازيغي)	138
Figure n° 83 : <i>Scrophulariacanina L.</i> (Scrofulaire- فوزية- العُذب، عُذب الكلب، فوزية)	140
Figure n° 84: <i>Teucrium poliumL.</i> (Germandréepolium- الخياطة، الجعدة، خياطة الجراح)	142
Figure n° 85: <i>Urticamembranacea</i> (Ortie douteuse- الحرايق، القراص)	144
Figure n° 86: <i>Scorzoneraciniata L.</i> (Scorsonère en lanières- تالمة، سلسفي المفتوق الأوراق)	146
Figure n° 87: <i>Anacycluspyrethrum L.</i> (Pyrèthre d'Afrique- قنطس، عاقر قرحا، تيقنطس)	148
Figure n° 88 : <i>Ziziphus Lotus</i> (Jujubier Berbère- السدر، السدر)	151
Figure n° 89 : <i>Ricinuscommuis L.</i> (Ricin- الخروع)	154
Figure n° 90 : <i>Crataegus monogyna Jacq.</i> (Aubépine- الزعرور)	156
Figure n° 91 : <i>Eucalyptus globulus L.</i> (Eucalyptus globules - الكاليتوس)	157
Figure n° 92: <i>Petroselinum sativum (Mill.) Fuss</i> (Persil- البقدونس، المعدنوس)	158
Figure n° 93: <i>Zingiber officinale</i> (Gingembre- زنجبيل)	160
Figure n° 94: <i>Pimpinellaanisum L.</i> (Anis vert- حبة الحلاوة)	162
Figure n° 95: <i>Trigonellafoenum-graecum L.</i> (Fenugrec- الحلبة)	164
Figure n° 96: <i>Sesamumindicum L.</i> (Sésame- جلجلان، السمسم)	167
Figure n° 97: <i>Citrus sinensis</i> (Oranger- البرتقال)	170
Figure n° 98: <i>Thapsiagarganica</i> (Thapsie- درياس، بونافع)	172
Figure n° 99: <i>Berbérishispanica</i> (Berbérus vulgaire- عود غريس) : feuilles, fleurs et écorces	174
Figure n° 100: <i>Nasturtium officinale</i> (Cresson officinal- الجرجير)	177
Figure n° 101: <i>Inulaviscosa</i> (Inule Visqueuse- مكرمان، مكرمان، الطيون)	179
Figure n° 102: <i>Rubiaperegrina L.</i> (Garance- الفوة، الفوة المتجولة، العرق الأحمر)	181
Figure n° 103: <i>Linumusatissimum L.</i> (Graine de lin- بذور الكتان، زريعة الكتان)	183
Figure n° 104: <i>Ajuga iva L.</i> (Ivette musquée- شندقورة، مسك القبور)	185
Figure n° 105: <i>Lepidium sativum. L.</i> (Cresson alénois- حب الرشاد، الحرف)	187
Figure n° 106: <i>Phoenix dactylifera L.</i> (Palmier dattier- التمر)	189

Figure n°107: <i>Verbascumsinuatum L.</i> (Molène à feuilles sinuées- مصلح لنظار ، بوصير،)	191
Figure n°108 : <i>Salvia officinalis L.</i> (Sauge officinale- سالمة ، سواك النبي، مريمية،)	193
Figure n°109 : <i>Cinnamomumzeylancium</i> (Cannelle- القرفة)	196
Figure n°110 : <i>Silicium verum.</i> (Anis étoilé- اليانسون النجمي -نجمة الأرض،)	197
Figure n°111 : <i>Foeniculum vulgare</i> (Fenouil- البسباس، الشمر)	200
Figure n°112 : <i>Allium cepa L.</i> (Oignon- البصل)	202
Figure n°113: <i>Allium sativum.</i> (Ail commun- الثوم، الفوم)	205
Figure n°114 : <i>Apiumgraveolens L.</i> (Céleri- الكرفس)	207
Figure n°115 : <i>Brassicaoleacera</i> (Chou blanc- الكرم -الملفوف، الكرنب،)	209
Figure n°116 : <i>Beta vulgaris subsp. Vulgaris</i> (Bettrave commune- شمندر)	211
Figure n°117 : <i>Cucurbitapepo L.</i> (Citrouille- اليقطين)	213
Figure n°118 : <i>Cuminum cyminum L.</i> (Cumin- الكمون)	223
Figure n°119: <i>Syzygium aromaticum L.</i> (Giroflier- القرنفل)	225
Figure n°120 : <i>Arbutusunedo</i> (Arbousier commun- اللنج، ساسنو)	227
Figure n°121 : <i>Laurus nobilis</i> (Laurier noble- الرند، ورق الغار)	229
Figure n°122 : <i>Opuntia ficus-indica</i> (Figuier de Barbarie- التين الشوكي)	231
Figure n°123: <i>Triticumturgidum L.</i> (Blé dur- القمح الصلب، القمح)	232
Figure n°124: <i>Citrus limon</i> (Citronnier- الليمون)	233
Figure n°125 : <i>Punicagranatum</i> (Grenadier- الرمان)	234
Figure n°126: <i>Malus domestica</i> Borkh (Pommier commun- التفاح)	236
Figure n°127: <i>Prunus persica</i> (L.) Batsch (Pêcher commun- الخوخ)	239



SOMMAIRE



S O M M A I R E	
Dédicaces	I
Remerciements	II
Liste des abréviations	III
Liste des tableaux	IV
Liste des figures	V- VIII
Sommaire	X- XIII
Introduction	2-3
Chapitre I: Synthèse Bibliographique	
I. L'ethnobotanique	
1. Historique	05
2. Définition	06
3. L'objectif des études Ethnobotaniques	06
4. Sources de l'ethnobotanique	07
5. Les types des plantes ethnobotaniques	07
5.1.Plantes médicinales et aromatiques	08
5.2.Plantes alimentaires	08
5.3.Plantes toxiques	08
5.4.Plantes industrielles	08
6. Les études ethnobotaniques en Algérie	08-10
II. L'ethnopharmacologie	
1. Définition	11
2. Méthodologie de l'ethnopharmacologie	11-12
III. La phytothérapie	
1 Historique	13
2 Définition	13
3 Différents types de la Phytothérapie	14
3.1.Aromathérapie	14
3.2.Gemmothérapie	14
3.3.Herboristerie	14
3.4.Homéopathie	14
3.5.Phytothérapie pharmaceutique	14
4 Drogues Végétales	15
4.1. Le qualificatif entier/entière	15
4.2. Le qualificatif fragmenté(e)	15
4.3. Le qualificatif brisé(e)	15
5 Avantage de la phytothérapie	15
6 Risques liés à la phytothérapie	16
7 Précaution d'emploi de la phytothérapie	16
8 La phytothérapie En Algérie	17
IV. Les Plantes Médicinales	
1. Histoire des plantes médicinales	18
2. Définition	18
3. Origine des plantes médicinales	18
3.1. Les plantes spontanées (sauvage ou de cueillette)	18

3.2. Les plantes cultivées	19
4. Importance des plantes médicinales	19
5. Domaines d'application des plantes médicinales	19
5.1. En médecine	19
5.2. En alimentation	19
5.3. En cosmétique	19
5.4. En agriculture	19
6. Les plantes médicinales en Algérie	19
7. Causes de dégradation des plantes médicinales en Algérie	20
7.1. La sécheresse	20
7.2. Les incendies et les défrichements des forêts	20
7.3. Herboristes ambulants non agréés	20
7.4. Prospection et collecte non incontrôlable du matériel végétal local	20
7.5. Utilisation d'herbicides et de pesticides	21
7.6. Le surpâturage	21
8. Loi n° 23-21, relative aux forêts et aux richesses forestières	21
9. Le rôle des plantes médicinales dans la médecine traditionnelle	22
10. Préparations des plantes médicinales	22
10.1. La cueillette	22
10.2. Précautions à prendre lors de la cueillette	22
10.3. Le séchage	23
10.4. Conservation et stockage	23
11. Différents modes de préparation	23
11.1. Infusion	23
11.2. Décoction	23
11.3. Macérations	24
11.4. Cataplasme	24
12. Différentes formes d'emploi	24
12.1. Tisane	24
12.2. Poudres	24
12.3. Teinture	24
12.4. Huile	24
12.5. Sirop	24
12.6. Lotion	24
12.7. Pommade (Onguent)	24
12.8. Crème	24
12.9. Fumigations et inhalations	24
12.10. Gargarisme	24
Chapitre II: Présentation de la zone d'étude	
1. Situation géographique	26
2. Aspect Administratif et Structure de la Population	27
3. Le relief	28
3.1. Le tell montagneux	28
3.2. Le tell collinien	28
3.3. Les plaines du tell	28

3.4. Le piémont méridional du tell	28
4. Géologie et pédologie	29
5. La biodiversité (La faune et la flore)	29
5.1. La Faune	29
5.2. La Flore	29
6. Principales essences forestières de la wilaya de Médéa	30
7. Potentialités et gestion des ressources en eau de la wilaya de Médéa	30
7.1. Ressources en eaux superficielles	30
7.2. Barrages et Prises	31
7.3. Ressources en eaux souterraines	31
8. Les zones humides et l'écosystème steppique	32
9. Le climat	32
9.1. Les facteurs climatiques	32
9.1.1. Les températures	33
9.1.2. Les précipitations	34
• Régime pluviométrique saisonnier	36
9.2. Autres facteurs climatiques	37
9.2.1. La neige	37
9.2.2. La gelée	37
9.2.3. Les vents	38
9.2.4. L'humidité	39
• Climat gramme d'Emberger appliqué au niveau de région d'étude	40
Chapitre III: Partie Expérimentale	
I. Matériels et méthodes	
1. Introduction	44
2. Matériel	44
3. Enquêtes ethnobotanique et collecte de données	44
II. Résultats et discussions	
1. Profil de la personne enquêtée	46
1.1 Nombre des enquêtés	46
1.2 Utilisation des PM selon le sexe	48
1.3 Utilisation des PM selon l'âge	49
1.4 Utilisation des PM selon le niveau d'instruction	50
1.5 Utilisation des PM	52
1.6 Résultats obtenus à la suite du traitement par les PM	53
1.7 Utilisation des PM selon l'origine de l'information	53
1.8 Choix entre les PM et la médecine moderne	55
1.9 Répartition des plantes par espèce, famille et genre	56
❖ Plantes médicinales les plus utilisées	66
1.10 Répartition selon l'origine de la plante	67
1.11 Répartition selon le type de plante collectée	68
1.12 Répartition selon la période de récolte	68
1.13 Répartition de la récolte en fonction des saisons	69
1.14 Répartition selon la partie utilisée	70
1.15 Forme d'utilisation	71

1.16 Répartition des plantes recensées en fonction des maladies traitées	74
1.17 Répartition des plantes recensées selon les durées d'utilisation.	76
1.18 Répartition des plantes recensées en fonction de la Posologie	77
1.19 Répartition des PM selon leurs formes d'utilisations (fraîche et/ou desséché)	78
1.20 Possibilité de stockage des PM (fraîche et/ou desséché)	79
1.21 Effet secondaire des PM au cours du traitement	80
2. Diversité des plantes médicinales utilisées	82
Conclusion	242
Références bibliographiques	245
Annexes	264
Résumé	317



Introduction



Introduction

L'être humain connaissait par son exploitation de la nature et l'utilisation de son environnement, dans tous les domaines, soit pour la nourriture, la cosmétique, abris, vêtement, et également pour ces besoins médicaux avec lui, et la nature à lui tout donné, parmi les exemples de la générosité de la nature, nous trouvons les plantes médicinales qui sont caractérisées par une différenciation en usage, ces plantes médicinales demeurent une source inépuisable de substances biologiquement active (Chikhoun, 2007).

L'Algérie par sa position biogéographique méditerranéenne, offre une très grande diversité écologique et floristique. Par ailleurs, nul ne soupçonne la richesse du savoir ethno-médicinal accumulé durant des siècles et qui, de plus en plus risque de ne plus être transmis, en cas ou aucune sauvegarde n'est entreprise (Kabahoum Marwa et Ladjal Loubna, 2021).

La flore algérienne est représentée par 3139 espèces (Quezel et Santa, 1962). Ce nombre a été récemment revu à la hausse, estimé actuellement autour de 4000 espèces (Dobignard et Chatelain, 2010-2013 In Yah-Guenafdi, 2018). Selon Ozenda (1977), la flore Saharienne apparaît pauvre si nous comparons le petit nombre d'espèces rencontrées dans le désert, avec la grande surface qu'elle couvre. Environ 1000 espèces présentent des vertus médicinales (60 autres espèces seraient encore inconnues). Prés de 700 espèces sont endémiques et 226 espèces sont menacées d'extinction et bénéficient d'une protection légale (Abdelguerfi. A, Chehat. F, Ferrah. A, Yahiaoui. S, 2009). (Décret n° 12-03 du 10 4 janvier 2012 fixant la liste des espèces végétales non cultivées protégées (annexe 01)

Face à ce savoir qui est le nôtre, plusieurs volontés s'attachent actuellement à le préserver et à le mettre en valeur. Par ailleurs, des enquêtes ethnobotaniques contribuent, de leurs parts, à rassembler et constituer une source d'information très précieuse, prête à être exploitée sur le plan scientifique.

Dans cet objectif, nous avons mené une étude ethnobotanique dans la région de Médéa, communes de Médéa, Beni Slimane, Berrouaghia, Bouaïche, Ksar El Boukhari et Soualah (Bougazoul)), qui présentent une diversité lithologique, structurale et floristique assez importante.

Cette étude consiste à l'élaboration et au dépouillement d'une série d'enquêtes ethnobotaniques à fin :

- D'inventorier les plantes médicinales.

- Collecter le maximum d'informations concernant les usages thérapeutiques pratiqués dans cette région.

- Analyser les résultats concernant les relations existantes entre les espèces médicinales et les types de maladies soignées.

Suivant les principaux axes de cette étude, ce manuscrit a été structuré comme suit:

➤ Une introduction permettant de faire ressortir la problématique et l'objectif de cette étude.

➤ Une Synthèse bibliographique détaillée sur l'étude ethnobotanique.

➤ Une description du cadre physique de la zone d'étude;

➤ Suivie d'une partie expérimentale comprenant la méthode adoptée au cours de cette recherche, l'analyse des résultats et leur discussion, en fin une conclusion accompagnée des perspectives.



I. L'ETHNOBOTANIQUE

1. Historique

D'après Schultes et Von Reis, (1995) le terme « Ethnobotanique », employé par Harshberger en 1896, se définissait comme l'étude des « plantes utilisées par les populations primitives et autochtones ». Des années plus tard, Jones, (1941) en propose une définition plus concise :

«L'étude de l'interaction entre les hommes primitifs et les plantes». Schultes (1967) élargit cette définition pour y inclure *«les relations entre l'homme et la végétation de son environnement».* L'ethnobotanique et l'ethnopharmacologie sont des domaines de recherche interdisciplinaires qui s'intéressent spécifiquement aux connaissances empiriques des populations autochtones à l'égard des substances médicinales, de leurs bénéfiques potentiels pour la santé et des risques qu'elles induisent.

L'ethnobotanique a émergé en France dans les années 1960 sous l'impulsion d'Andre-Georges Haudricourt (Haudricourt & Hedin 1943, Haudricourt 1962) et de Roland Porteres (Porteres 1961, 1969). Décidé à en faire une discipline à part entière, Roland Porteres expliquait en 1969 que l'ethnobotanique: «n'est inféodée ni à la botanique ni à l'ethnologie (...), elle représente une explication nouvelle de l'une et de l'autre, en ce sens qu'elle explique l'une par l'autre, tout en gardant son unité, son autonomie et son originalité, pour rester créatrice».

A l'ethnopôle de Salagon, cette définition a été largement débattue lors du premier séminaire d'ethnobotanique, qui a eu lieu en 2001. Deux visions différentes de l'ethnobotanique y étaient alors exprimées. Pour certains intervenants, l'ethnobotanique devait être considérée comme un champ de l'ethnologie. Au contraire, pour les autres, c'était sur son aspect naturaliste qu'elle devait être amenée à susciter des développements majeurs. Depuis 2001, 205 interventions ont été présentées dans le cadre de ce séminaire annuel (Carole Brousse, 2015).

Parfois fondées sur des enquêtes ethnographiques, parfois davantage consacrées aux aspects botaniques du végétal, les deux démarches continuent de coexister. Néanmoins, l'ethnobotanique y est dans l'ensemble davantage pratiquée comme un champ de l'ethnologie la majeure partie des conférenciers est d'ailleurs anthropologue. Retracer la généalogie de ce séminaire et caractériser «l'école» qu'il a créée est donc une porte d'entrée pertinente pour comprendre l'histoire de l'ethnobotanique et son difficile positionnement, au carrefour des Sciences naturelles et des Sciences Humaines, l'Ethnobotanique, son appartenance, son affiliation aux unes et aux autres ne pouvaient que susciter un tel débat qu'il est bien inutile de réouvrir ici. Ce qui compte, c'est de définir son domaine original qui, pour reprendre l'expression du Professeur Porteres (1961: 102), est « l'étude des interrelations entre les sociétés humaines et les plantes en vue

de comprendre et d'expliquer la naissance et le progrès des civilisations » Il s'agit de faire apparaître la trame végétale de l'histoire humaine (Barrau, 1971).

2. Définition

L'ethnobotanique, une des branches de l'ethnobiologie, science de l'homme étudiant les interrelations des sociétés humaines avec leur environnement, se concentre sur les plantes connues, nommées et utilisées par les hommes (Musée National d'Histoire de la Nature, 2015).

D'après Henderson (Junius) et Harrington (J. Peabody), 1914, l'ethnobotanique est une discipline interprétative et associative qui recherche, utilise, lie et interprète les faits d'interrelations entre les sociétés humaines et les plantes en vue de comprendre et d'expliquer la naissance et le progrès des civilisations, depuis leurs débuts végétaliens jusqu'à l'utilisation et la transformation des végétaux eux-mêmes dans les sociétés primitives ou évoluées. Elle n'étudie, en eux-mêmes, ni les plantes, ni les sociétés humaines, ni les hommes. Elle est une des deux branches de l'ethnobiologie, l'autre étant l'ethnozoologie (Porteres Roland, 1961).

3. Objectif des études Ethnobotaniques

L'ethnobotanique est pluridisciplinaire et englobe plusieurs axes de recherche :

1. Documentation de base sur les connaissances botaniques traditionnelles;
2. Evaluation quantitative de l'usage de la gestion des ressources végétales ;
3. Estimation expérimentale de l'apport des plantes aussi bien en termes de subsistance qu'en termes de ressources financières ;
4. Développement de projets appliqués visant à optimiser l'apport des ressources locales.
5. L'identification et la Recherche des noms vernaculaires des plantes et de leur nomenclature Populaire et leur aspect et leur utilité :
 - L'origine de la plante.
 - La disponibilité, l'habitat et l'écologie.
 - La saison de cueillette ou de récolte des plantes.
 - Les parties utilisées et les motifs d'utilisation des végétaux.
 - La façon d'utiliser, de cultiver et de traiter la plante.
 - L'importance de chaque plante dans l'économie du groupe humain.
 - L'impact des activités humaines sur les plantes et sur l'environnement végétal (Malaisse, 2004).

Le but de l'ethnobotanique est d'éviter la perte des savoirs traditionnels. Grâce au contexte

international du sommet de Rio et aux recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et de l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN), tous les pays d'Afrique du Sud développent des stratégies de conservation des plantes médicinales. Nord, diverses actions ont été initiées (Sadoudi et Latreche, 2017).

L'enquête ethnobotanique est le premier maillon d'un processus scientifique (Belbali C., Abdallah Z., 2019), elle permet l'évaluation et la valorisation de savoir-faire des populations locales et compléter les informations manquantes (information ethnographie) comme le nom vernaculaire, la culture, l'utilisation possible et les modes de préparation. Elle consiste donc à l'élaboration et le dépouillement d'une enquête qui concerne l'usage traditionnel des plantes dans la région. Elles comprennent la réalisation d'un herbier des plantes médicinales les plus utilisées traditionnellement (Abdiche S. et Guergour H., 2011):

Selon Boumediou et Addoun 2017, l'ethnobotanique et l'ethnopharmacologie sont essentielles pour conserver une trace écrite au sein des pharmacopées des médecines traditionnelles.

4. Sources de l'ethnobotanique

- **L'enquête ethnobotanique** : d'après Ait Ouarkouche (2017), l'enquête ethnobotanique des plantes médicinales est un travail de terrain, qui consiste à aller à la rencontre des citoyens entre autres les praticiens traditionnels, pour s'enquérir de leur savoir théorique et savoir-faire concernant l'usage des végétaux pour le traitement des maladies. L'outil de travail est élaboré en une série de questionnaires ou par des entretiens oraux. Les études ethnobotaniques des plantes médicinales s'intègrent dans la compréhension d'un système de soin, permettant de définir quelles plantes sont utilisées, moment de récolte, sous quelle forme, partie utilisée, pour quel mal et dans quelle circonstance (Malki *et al.*, 2021).

- **Sources bibliographiques** : des Historiens, Climatologues, Archéologues, Géographes, Voyageurs et Explorateurs, Linguistes...etc.

- **Documents archéologiques** : d'après Porteres (1961), l'archéologie apporte des données de très grande valeur sur les périodes antiques d'utilisation des plantes, sur leurs anciennes distributions suivant les sites et les civilisations (Kabahoum Marwa et Ladjal Loubna, 2021).

5. Types des plantes ethnobotaniques

On peut citer : plantes à usages médicinales, plantes alimentaire, plantes toxiques, plantes aromatiques et condimentaire, les plantes à usages industrielles.

5.1. Plantes médicinales et aromatiques (PAM) :

- **Les plantes médicinales** : une plante médicinale est une plante utilisée pour ses propriétés thérapeutiques. Cela signifie qu'au moins une de ses parties (feuille, tige, racine etc.) peut être employée dans le but de se soigner (Futura-sciences, 2022).

Plusieurs définitions ont été données aux PAM. Nous adoptons les définitions données par l'OMS:

- **Une plante médicinale** : toute plante renfermant un ou plusieurs principes actifs, capable de prévenir, soulager ou guérir des maladies (Schauenberg Paul, 1977).

- **Les plantes aromatiques** : sont des végétaux qui contiennent suffisamment de molécules aromatiques dans un ou plusieurs organes producteurs : feuilles, fleurs, tiges, fruits, écorces, racines... etc (Ait Amar Amal, 2020).

5.2. Plantes alimentaires : une plante alimentaire, ou une plante vivrière, est un végétal comestible qui peut être généralement être consommé crue sans avoir besoin de cuisson et peut être cultivé dans un potager ou un jardin individuel. Les plantes médicinales, les plantes aromatiques, les plantes potagères, sont des plantes alimentaires (aquaportail.com, 2006).

5.3. Plantes toxiques : une plante toxique est une espèce végétale dont les parties (parfois toutes) contiennent des substances qui sont principalement toxiques pour l'homme ou les animaux. Les substances toxiques contenues dans les plantes sont généralement des composés organiques, plus rarement minéraux. La toxicité se manifeste le plus souvent par ingestion de certains organes, mais aussi par contact. La toxicité d'une plante dépend de nombreux facteurs, tels que la partie incriminée, la façon dont l'organisme est entré en contact avec la plante, la dose de l'organisme à laquelle il a été exposé, l'état général de cet organisme, etc. (Bruneton J., 2005).

5.4. Plantes industrielles : (plantes textiles, tinctoriales, oléagineuses etc.) qui servent comme matières premières (coton hydrophile, fibres, essences, résines, huiles, latex...) à de nombreux produits pharmaceutiques, cosmétiques et alimentaires (Baba Aissa F., 1999).

6. Les études ethnobotaniques en Algérie

Plusieurs enquêtes ethnobotaniques ont été initiées à travers des mémoires de magistère, master ou thèses de doctorat et articles de différentes universités sur de nombreuses espèces médicinales dont :

- Etude ethnobotanique des plantes médicinales utilisée dans le traitement de la lithiase rénale dans le Nord- Est Algérien, réalisé par Rim Mecheri, Dalila Smati, Abdelatif

Boutefnouchet, Michel Daudon (2023).

- Inventaire des plantes cicatrisantes utilisées en médecine traditionnelle dans la région de la Kabylie (Algérie), réalisé Par: Khalfa Achewak, Laboukhi Rougaida & Moustefaoui Khadidja (2023).
- Etude ethnobotanique de quelques plantes médicinales antidiabétiques de la pharmacopée traditionnelle de la région d'El Oued (Sahara septentrional), master, réalisée par Boubekour Nadia, Boussaha Salima, Miloudi Chadia et Miloudi Meriem (2023).
- Etude ethnobotanique des plantes médicinales utilisées contre la polyarthrite rhumatoïde, réalisée par Achouche Kaouthar, Aichaoui Meyyada et Aichaoui Romaiassa (2023).
- Etude ethnobotanique des plantes médicinales dans la région d'el Berrouaghia, wilaya de Médéa, réalisée par Dilmi Khouloud (2022).
- Etude des plantes médicinales et aromatiques du sous-bois de chêne liège, dans la région d'El Berouaguia wilaya de Médéa, réalisée par Chekhchoukh Zhou et Skendar Yasmine (2022).
- Enquête épidémiologique sur les plantes médicinales utilisées dans le traitement traditionnelle du diabète type 2 à Médéa, réalisée par Chaïma Ghazi et Narimane Slamani (2022).
- Enquête ethnobotanique sur les plantes médicinales utilisées dans le traitement des maladies infectieuses dans la région de M'sila (Algérie), réalisé par Boukhors Amira (2021).
- Etude floristique et ethnobotanique des plantes médicinales utilisées pour le traitement de diabète dans la région de M'sila (Algérie), réalisé par Mendjhi Fatma Zahra, Chadi Edawya et Khaneuf Mariam (2022).
- Contribution à l'étude ethnobotanique des plantes médicinales sur un transect M'Sila-Djelfa, réalisée par Latri Naima et Latri Zahia (2019).
- Etude ethnobotanique et floristique de la steppe à Remth (*Hammada scoparia*) dans la région de Naâma (Algérie occidentale), réalisée par Boucherit Hafida (2018).
- Inventaire et étude ethnobotanique de la flore médicinale du massif forestier d'Oum Ali (Zitouna, wilaya d'El Taref, Algérie), réalisé par Lamia Boutabia, Salah Telailia, Rebh Cheloufi et Azzedine Chefrour;
- Diversité et utilisation des plantes spontanées du Sahara septentrional Algérien dans la pharmacopée saharienne, cas de la région du Souf, réalisée par Bouallala. M, Bradai. L et Abid. M (2020).

- Etude ethnobotanique de plantes médicinales de la région de Jijel: étude anatomique, phytochimique, et recherche d'activités biologiques de certaines espèces, réalisée par Aribi Ibtissem (Magister 2013).
- Enquête ethnobotanique des plantes médicinales auprès de la population périphérique de Tala-Guilef (Djurdjura Nord-Ouest) âgée de plus de 50 ans, réalisée Tamimount Khaled (2018).
- Les espèces médicinales spontanées du Sahara septentrional algérien: distribution spatio-temporelle et étude ethnobotanique (2008), réalisée par Abdelmadjid Chehma et Mohammed Réda Djebar.
- Recherche et identification de quelques plantes médicinales à caractère hypoglycémiant de pharmacopée traditionnelle des communautés de la vallée du M'Zab (Sahara septentrional, Est Algérien), réalisée par Kemassi Abdellah (2014).
- Etudes floristique et ethnobotanique des plantes médicinales de la région de M'Sila (Algérie), réalisée par K. Rebbas & R. Bounar (2014).
- Etude ethnobotanique de plantes médicinales de la région de méridionale des Aurès (magistère), réalisée par Adouane Selma (2016).

II. ETHNOPHARMACOLOGIE

L'ethnopharmacologie est les études scientifiques interdisciplinaires de l'ensemble des matières d'origine animale, végétale ou minérale, et des savoirs ou des pratiques s'y rattachant, que les cultures vernaculaires mettent en œuvre pour modifier les états des organismes vivants à des fins thérapeutiques, préventives, curatives ou diagnostiques (Société Française d'Ethnopharmacologie Plantes Médicinales et Pharmacopées Traditionnelles, 2023).

L'ethnopharmacologie a pour objet de recenser partout dans le monde les savoirs traditionnels, notamment là où la tradition est orale, car la transmission de la connaissance est entravée à la fois par la perte d'intérêt du métier de guérisseur et par la non-reconnaissance du métier, voire son interdiction pour exercice illégal de la médecine (Fleurentin Jacques Dans Hegel, 2012).

L'ethnopharmacologie arabe à cette époque trouve son origine dans « le Coran », livre sacré de tous les Musulmans et dans « les Hadith » (propos du Prophète) sans pour autant ignorer la place des médecins non Musulmans : Juifs, Chrétiens et Sassanides, et la participation de divers peuples qui adhèrent à l'Islam : Iranien, Indien, Turc, Kurde, Berbère et Africain.

L'ethnopharmacologie arabe, au milieu de ces temps que naquit le prophète Mahomed (570-632), trouve son origine dans « le Coran », livre sacré de tous les Musulmans et dans « les Hadith » sans pour autant ignorer la place des médecins non Musulmans : Juifs et Chrétiens ..., et la participation de divers peuples qui adhèrent à l'Islam : Iranien, Indien, Turc, Kurde, Berbère et Africain (Oueida Fathi, 2002).

Parmi les plantes mentionnées dans le Coran et El hadiths nous en citons certaines telles que :

- **Le Coran :** (tableau n°01 jointe en annexe) Tamaris, Ail, Oignons, Gingembre, Céréales (blé, orge...), Figues et Olives, Bananier, Citrouille, Lentilles, Moutarde, Palmier, Grenade, Raisins ou Vigne ce que les animaux et le bétail mangent des fruits, Dattes, Sidr (Jujubier), Eucalyptus (mawdoo3.com, 2021).
- **Les El hadiths:** (tableau n°02 jointe en annexe) Riz, Cyprès, Bois d'agar (bois d'aigle de Malacca), Blé tendre, Froment, Pastèque, Pommier, Armoise, Henné, Sésame, séné, Cumin, Poireau et Terfesse (The Qur'anic Botanic Garden, 2023).

1. Méthodologie de l'ethnopharmacologie

Un programme d'ethnopharmacologie mis en œuvre dans une région particulière se déroule en 3 étapes:

1. Un travail de terrain destiné à recenser les savoirs thérapeutiques.
2. Un travail en laboratoire visant à évaluer l'efficacité thérapeutique des remèdes traditionnels.
3. Un programme de développement de médicaments traditionnels préparés avec des plantes cultivées ou récoltées localement (Fleurentin Jacques *et al.*, 1993).

III. LA PHYTOTHERAPIE

1. Historique

Depuis la création, les hommes se sont tournés vers la nature pour chercher et découvrir empiriquement les moyens de sauvegarder leur santé. Le premier texte sur la médecine par les plantes a été gravé sur des plaques d'argile par les Sumériens, environ 3000 ans avant Jésus-Christ. Ils utilisaient des plantes telles que le myrte, le chanvre et le thym. L'histoire de la phytothérapie est liée à celle de l'humanité, car dans toutes les cultures on a toujours compté sur les valeurs curatives des plantes pour soigner et guérir les hommes. Certaines cultures – notamment en Chine et en Inde – perpétuent depuis des siècles une longue tradition d'herboristerie, tandis qu'en Europe et Amérique du Nord, sa popularité fut plus fluctuante face à la médecine conventionnelle. Il est vraisemblable que la première médecine par les plantes, hormis une utilisation presque instinctive des propriétés thérapeutiques des plantes qui existe depuis la nuit des temps et est toujours pratiquée dans certaines tribus, soit née en Inde, il y a plus de 4000 ans. Ce savoir se propagea également vers l'ouest, au Moyen-Orient, et la tradition égyptienne eut une influence significative sur l'herboristerie européenne. Des papyrus datant de 3500 ans indiquent que les Égyptiens employaient plusieurs centaines de plantes tant pour leurs valeurs culinaires que thérapeutiques. Ces deux usages demeurèrent inextricablement liés pendant des siècles, comme l'écrivait un médecin grec : « que votre nourriture soit votre médecine, et votre médecine votre nourriture ». (Sebia M. et Boudali M., 2012)

2. Définition

Le mot phytothérapie se compose étymologiquement de deux racines grecques : "photon" et "therapeia" qui signifient respectivement "plante" et "traitement" (Mansour S., 2015).

Selon l'OMS, la phytothérapie est le traitement médical le plus utilisé au monde, dont il existe plus de 33000 plantes (certaines sources parlent même d'environ 60000 espèces avec 26000 qui sont bien documentées) utilisées dans le monde pour ses propriétés médicinales, seulement 2000 à 3000 plantes médicinales ont été étudiées sérieusement au niveau scientifique. Environ 3000 plantes médicinales font l'objet d'un commerce mondial. Il faut savoir que seulement environ 1000 plantes sont cultivées, les autres sont intégralement prélevées dans la nature, ce qui ne va pas sans des problèmes écologiques sérieux.

En 2021, on estimait qu'il y a environ 370000 espèces végétales dans le monde. D'un point de vue étymologique, le terme "phyto" de phytothérapie provient du grec ancien avec le terme plus précis de "phyton" et signifie "végétal". La phytothérapie est donc la "thérapie par le végétal ou par le monde végétal", aujourd'hui nous considérons davantage la phytothérapie comme

la “thérapie par les plantes” ou plus exactement la méthode thérapeutique utilisant des plantes médicinales dans le traitement de maladies (Pharmacien Xavier Gruffat, 2023).

Il existe deux concepts relatifs à cette thérapeutique:

2.1. La phytothérapie traditionnelle : C'est une thérapie de substitution qui a pour but de traiter les symptômes d'une infection. Elle concerne notamment les pathologies saisonnières depuis les troubles psychosomatiques légers jusqu'aux symptômes hépatobiliaires (Prescrire, 2007).

2.2. La phytothérapie clinique : C'est une approche globale du patient et de son environnement qui est nécessaire pour déterminer le traitement. Son mode d'action est basé sur un traitement à long terme. Dans ce type les indications sont liées à une thérapie de complémentarité (Moreau B., 2003).

3. Différents types de la Phytothérapie

On distingue différents types de phytothérapies :

3.1. Aromathérapie : est une thérapie qui utilise les essences des plantes, ou huiles essentielles, substances aromatiques secrétées par de nombreuses familles de plantes, ces huiles sont des produits complexes à utiliser souvent à travers la peau.

3.2. Gemmothérapie : se fonde sur l'utilisation d'extrait alcoolique de tissus jeunes de végétaux tels que les bourgeons et les radicules.

3.3. Herboristerie: correspond à la méthode de phytothérapie la plus classique et la plus ancienne. L'herboristerie se sert de la plante fraîche ou séchée; elle utilise soit la plante entière, soit une partie de celle-ci (écorce, fruits, fleurs). La préparation repose sur des méthodes simples, le plus souvent à base d'eau: décoction, infusion, macération. Ces préparations existent aussi sous forme plus moderne de gélule de poudre de plante sèche que le sujet avale.

3.4. Homéopathie: a recours aux plantes d'une façon prépondérante, mais non exclusive; les trois quarts des souches sont d'origine végétale, le reste étant d'origine animale et minérale.

3.5. Phytothérapie pharmaceutique: utilise des produits d'origines végétales obtenus par extraction et qui sont dilués dans de l'alcool éthylique ou un autre solvant. Ces extraits sont dosés en quantités suffisantes pour avoir une action soutenue et rapide. Ils sont présentés sous forme de sirop, de gouttes, de gélules, de lyophilisats (Strang C., 2006).

4. Drogues Végétales

La drogue végétale est la substance de plante fraîche ou desséchée, utilisée en phytothérapie. On retrouve parfois la plante entière, mais le plus souvent ce sont des parties de plantes (fleurs, fruits, feuilles, racine et écorce). On retrouve également les exsudats comme le latex, baume et gomme, mais qui ne doivent avoir subi aucun traitement. Leur qualité est garantie si les conditions de culture, récolte, séchage et stockage sont respectées (Bailleul F., 2009).

Les outils à base de plantes médicinales se présentent sous forme d'extraits : d'huiles, de poudres et de jus exprimés sous pression (Figure n°01). Leur production met en œuvre des opérations de fractionnement, de purification ou de concentration. Cependant, les constituants isolés chimiquement définis ou leurs mélanges ne sont pas considérés comme des préparations à base de drogues végétales. Des substances telles que des solvants, des diluants et des conservateurs peuvent entrer dans la composition des préparations à base de drogue végétale et la présence de ces substances doit être indiquée (Hélène Lehmann, 2013).

Fig. n°01 : forme d'extraits (d'huiles, de poudres et de jus exprimés sous pression...), source : [https://www.salon-des-solidarites.org/plantes-medicinales-vertus-et-bienfaits-pour-la-sante % E2%80%89/](https://www.salon-des-solidarites.org/plantes-medicinales-vertus-et-bienfaits-pour-la-sante-%E2%80%89/). (Salon des solidarites.org, 2018).



- 4.1. Le qualificatif entier/entière** : s'applique aux drogues végétales n'ayant pas subi de réduction de taille et présentées, séchées ou non, telles que récoltées. Par exemple : réceptacle floral de cynorrhodon, graine de fenouil, fleur de camomille romaine.
- 4.2. Le qualificatif fragmenté(e)** : s'applique aux drogues végétales ayant subi, après récolte, une opération de réduction de taille visant à en faciliter la manutention, le séchage et/ou le conditionnement. Par exemple : écorce de quinquina, rhubarbe, passiflore.
- 4.3. Le qualificatif brisé(e)** : s'applique aux drogues végétales lorsque certaines parties de la plante, particulièrement fragiles, se cassent au cours du séchage, du conditionnement et du transport. Par exemple : feuille de belladone, fleur de matricaire, cône de houblon.

5. Avantage de la phytothérapie

La phytothérapie utilise les extraits de plantes à des fins thérapeutiques et peut

offrir plusieurs bienfaits pour la santé, tels que :

- Les plantes utilisées en phytothérapie peuvent avoir des propriétés anti-inflammatoires, anti-oxydantes, analgésiques, antispasmodiques, etc. qui peuvent soulager les douleurs et les symptômes de différentes affections.
- Certaines plantes ont des propriétés antivirales, antibactériennes et antifongiques, qui peuvent aider à lutter contre les infections.
- Les extraits de plantes peuvent aider à réguler les fonctions du système immunitaire, contribuant ainsi à renforcer les défenses naturelles de l'organisme.
- Certaines plantes ont des propriétés adaptogènes, qui aident à améliorer la résistance de l'organisme au stress et à l'anxiété.
- Les extraits de plantes peuvent aider à améliorer la digestion et à soulager les troubles digestifs, tels que les ballonnements, la constipation et la diarrhée.
- Les extraits de plantes peuvent aider à réguler les fonctions hormonales et à soulager les symptômes associés à certains troubles hormonaux, tels que la ménopause.
- Certaines plantes ont des propriétés diurétiques, qui peuvent aider à éliminer les toxines de l'organisme et à améliorer la fonction rénale.

NB : Avant d'utiliser des extraits de plantes à des fins thérapeutiques, il peut être nécessaire de consulter un professionnel pour vous guider (Centre-européen-formation, 2023).

6. Risques liés à la phytothérapie

Le manque de preuves scientifiques n'est pas en faveur de l'efficacité de phytothérapie, la plupart des déclarations concernant les effets thérapeutiques sont faits par des praticiens eux-mêmes. Beaucoup d'entre eux n'ont pas été vérifiés scientifiquement. Le diagnostic souvent imprécis, le moyen de diagnostic connu est l'odorat, apparition des symptômes, testes d'efficacité non connus, interrogation des esprits et ancêtres chez certaines religions. Ainsi que, le dosage des produits est arbitraire et imprécis. De même les méthodes de préparation sont non hygiéniques (Sofowora A., 2010).

Certaines plantes peuvent s'avérer dangereuses (allant jusqu'à provoquer la mort) mais elles ne vous seront jamais prescrites, rassurez-vous, ou à dose minimale. De plus, ce sont des traitements qui conviennent rarement aux enfants; ils seront donc rarement prescrits (Aude Berlencourt, 2023).

7. Précaution d'emploi de la phytothérapie

D'après Iserin (2001), Comme tous les médicaments, certaines plantes médicinales provoquent des effets secondaires. Pour cette raison, ces plantes doivent être employées avec

précaution. L'utilisation des plantes médicinales nécessite l'avis d'un spécialiste. En effet, l'éphédra (*Ephedra sinica*) mal dosée est très toxique. La consoude (*Symphytum officinale*) peut avoir des effets fatals dans certaines circonstances. Toutefois, lorsqu'un traitement à base de plantes est suivi correctement, les risques d'effets secondaires sont fort limités (Kabahoum Marwa et Ladjal Loubna, 2021).

8. La phytothérapie En Algérie

La phytothérapie, ou, plus exactement, l'herboristerie a, toujours, existe en Algérie. En 2003, une filiale des laboratoires Magpharm a créé une ligne de phytothérapie «phytopharm », qui est l'une des premières entreprises à avoir introduit la phytothérapie, en Algérie, avec des produits naturels, au service du bien-être, de la beauté et de la sante de tout un chacun. Cette gamme sollicite les laboratoires les plus modernes et les mieux équipés, pour la fabrication des produits pharmaceutiques, à base de plantes (Mohammedi S., 2013).

IV. LES PLANTES MÉDICINALES

1. Histoire des plantes médicinales

Selon l'histoire des peuples, les plantes aromatiques et médicinales sont utilisées depuis l'Antiquité pour la santé, la nourriture, et les rituels religieux. Dans des civilisations anciennes comme la Chine, l'Inde, le Moyen-Orient, l'Égypte et la Grèce, les plantes étaient essentielles en médecine et en cosmétique. Des personnages influents comme l'empereur Chen-Nong en Chine et Hippocrate en Grèce ont documenté leurs connaissances des plantes, influençant la phytothérapie pendant des siècles (Bruneton J., 1999 ; Chevallier S., 2001).

En Algérie et dans d'autres régions d'Afrique, les connaissances des plantes médicinales se transmettent de génération en génération, restant importantes, surtout dans les régions rurales. Les premières traces écrites sur les plantes médicinales en Algérie et au Maghreb datent du 9^{ème} siècle avec les traités d'Ishâ-Ben-Amran (Baba Aissa F., 2000). Durant la colonisation française (1830-1962), des botanistes ont catalogué de nombreuses espèces, et en 1942, un livre recense 200 espèces médicinales du nord de l'Algérie et 6 du Sahara. Aujourd'hui, la phytothérapie y est largement utilisée pour traiter diverses maladies, dont le diabète, les rhumatismes, minceur et même les maladies incurables (Belkhodja H., 2016).

Dans le Hoggar, les Touaregs des zones isolées utilisent des plantes médicinales et aromatiques, un savoir transmis de génération en génération. En Kabylie, les montagnards recourent à des plantes comme l'eucalyptus pour soigner la grippe durant les périodes enneigées. Dans la steppe, les nomades utilisent l'armoise blanche contre les indigestions (Sahi L., 2016).

2. Définition

Les plantes médicinales sont des végétaux dont certains organes (feuilles, écorce) ont des propriétés thérapeutiques et peuvent être toxiques selon la dose. Elles sont utilisées en phytothérapie pour prévenir, traiter ou soulager diverses maladies, et peuvent être vendues en herboristerie ou en pharmacie, avec ou sans ordonnance, selon la législation du pays. Environ 35 000 espèces végétales sont utilisées en médecine, faisant des plantes médicinales l'une des plus grandes sources de remèdes dans le monde (Farnsworth *et al.*, 1986). Malgré l'influence du système de santé moderne, elles continuent de répondre à un besoin important (Zeghad N., 2009).

3. Origine des plantes médicinales

3.1. Les plantes spontanées (sauvage ou de cueillette) : les plantes médicinales spontanées, ou sauvages, restent largement présentes dans la nature et représentent une part notable du marché. Leur distribution dépend du sol et biotope (humidité, vent, température,

lumière, etc.). Dans certains cas, des plantes s'adaptent à des conditions éloignées de leur habitat naturel, ce qui peut affecter leur développement et leur teneur en principes actifs (Jean-Yves Chabrier, 2010; Boulahia *et al.*, 2020).

3.2. Les plantes cultivées: la culture des plantes médicinales surmonte les inconvénients des plantes spontanées, garantissant une production suffisante et homogène en apparence et composition (Bezanger, 1974). Elle présente plusieurs avantages : elle préserve les espèces en évitant la collecte sauvage, contribue aux revenus agricoles, assure une disponibilité régulière des plantes, permet la conservation d'espèces rares ou menacées, et facilite le contrôle de leur qualité et sécurité (Bouacherine Razika et Benrabia Hafidha, 2017).

4. Importance des plantes médicinales

L'utilisation des plantes médicinales connaît un succès croissant. Environ 30 % des médicaments prescrits et 50 % de ceux en vente libre sont d'origine naturelle (Anthoula A., 2003). Plus de 80 % de la population mondiale recourt à la médecine traditionnelle et aux plantes pour ses soins de santé primaire (Litim A., 2012).

5. Domaines d'application des plantes médicinales

5.1. En médecine : une grande partie des médicaments utilisés en pharmacie sont d'origine végétale, et les plantes sont toujours explorées pour de nouvelles molécules actives (Bahorun, 1997).

5.2. En alimentation : les plantes médicinales sont utilisées pour assaisonner les boissons, ainsi que pour leurs propriétés colorantes et aromatiques (Delaveau, 1987).

5.3. En cosmétique : d'après Porter (2001), des produits de beauté, parfums et articles de toilette, produits d'hygiène...etc (Bensmira Wafa Nouzha et Meribai Hafida, 2019).

5.4. En agriculture : d'après Amjad (2005), Les huiles de certains arbres tels que l'arbre *Azadirachta indica* (se développe au subcontinent indien atteint 12 à 18 m de hauteur) ont des utilisations agricoles dans le contrôle d'un large éventail d'insectes et nématodes (Bensmira Wafa Nouzha et Meribai Hafida, 2019).

6. Les plantes médicinales en Algérie

L'Algérie, riche en biodiversité, possède une flore variée d'environ 3000 espèces, dont 15% sont endémiques. Ce potentiel floristique, comprenant des plantes médicinales, toxiques et condimentaires, reste peu exploré d'un point de vue chimique et pharmacologique, représentant ainsi une source importante non négligeable de recherche (Quezel *et al.*, 1962-1963).

La phytothérapie était couramment utilisée dans les plus anciennes civilisations, où

l'homme cherchait à comprendre et à exploiter les vertus curatives des plantes (Bossardet et Rivolier, 1977).

L'Algérie abrite plus de 600 espèces de plantes médicinales et aromatiques. Dans l'Hoggar, 300 espèces sont recensées, dont un quart ont une utilisation médicinale traditionnelle. Cependant, ces ressources sont menacées par la sécheresse et les activités humaines mal gérées. Les plantes médicinales sont une ressource naturelle renouvelable, mais subissent des dégradations irréversibles, comme le constate Mokkadem (1999), qui note la perte de nombreuses espèces ces dix dernières années.

7. Causes de dégradation des plantes médicinales en Algérie

Les principales causes de la dégradation des plantes médicinales en Algérie, selon Mokkadem (1999), incluent :

7.1. La sécheresse : Les précipitations irrégulières, les températures élevées, et le manque de pluie en automne et au printemps perturbent le cycle de croissance des plantes, entraînant la dégradation de certaines espèces comme *Erytharasse centaunum* et *Globularia alypum*.

7.2. Les incendies et les défrichements des forêts : Des incendies, ainsi que le défrichement des forêts, endommagent de nombreuses espèces de plantes médicinales et aromatiques, telles que *Pistacia lentiscus*, *Pinus sylvestris*, et *Myrtus communis*.



Fig. n°02 : Forêt Incendiée en 2021 à Zoubiria –Berouguia, Wilaya de Médéa (source originale sortie Mai 2023).



Fig. n°03 : forêt Incendiée au de Mai 2023 à Ouezra Wilaya de Médéa (source originale Mai 2023).

7.3. Prospection et collecte non contrôlées du matériel végétal local : La collecte par des organismes étrangers constitue un risque pour l'avenir alimentaire du pays, car ces organismes maîtrisent les techniques d'amélioration génétique.

7.4. Utilisation d'herbicides et de pesticides : Les herbicides, utilisés pour éliminer les mauvaises herbes, ont causé la destruction de certaines plantes médicinales, comme *Papaver rhoeas* (coquelicot). De même, bien que les pesticides soient efficaces contre les criquets, ils ont un impact

toxique sur la flore.

7.5. Le surpâturage : Le pâturage excessif par les moutons, chèvres, et chameaux entraîne la dégradation d'espèces comme *Quercus ilex*, *Pinus halepensis*, *Olea europaea*, *Pistacia lentiscus*, *Juniperus oxycedrus*, et *Artemisia herba alba* dans diverses régions.



Fig. n°04 : Herboristes non agréés ; marchés populaires de Médéa (source originale juillet 2023).



Fig. n°05 : Herboristerie El Ghali (agréée)- Médéa, source originale (juillet 2023)



Fig. n°06 : Herboristes Hamza MEKKID (agréée)- Beni Slimane, source originale (juillet 2023).



Fig. n°07 : Coupe élicite des arbres (collecte des feuilles, branches et tronc de l'eucalyptus) pour l'utilisation en artisanat et comme plante médicinales. (Source : conservation des forêts de Médéa, 2023).



Fig. n°08 : L'utilisation d'herbicides et des pesticides (source :A:<https://www.aujardin.info/fiches/pesticides-informations-produits.php>. B:<https://agronomie.info/fr/utilisation-des-produits-phytosanitaires-en-Algérie/>)



Fig. n°09 : surpâturage (Hamdania-Médéa), source originale, mars 2023

8. Loi n° 23-21, relative aux forêts et aux richesses forestières

La loi n° 23-21 qui a été publiée au journal officiel n°83 du 24 décembre 2023, modifie et complète les dispositions de la loi n 84-12 du 23 juin 1984, portant régime général des forêts. Elle vise à encadrer la gestion, la protection, l'expansion et le développement durable du patrimoine

forestier en Algérie. Cette loi régule l'exploitation des forêts et des terres forestières pour lutter contre la déforestation et l'érosion, protège la flore et la faune sauvages, préserve les sols et la biodiversité, et promeut l'adaptation aux changements climatiques et la lutte contre la désertification, en collaboration avec les secteurs concernés.

Cette loi stipule également que la flore et la faune sauvages en Algérie sont protégées par l'administration des forêts en collaboration avec celle de l'environnement. Elles définissent les règles pour leur préservation, multiplication, présentation publique, régulation et prélèvement, ainsi que la conservation de leurs habitats naturels. Elle autorise la création d'établissements pour la reproduction des espèces menacées et le baguage des oiseaux. Toute manipulation d'animaux sauvages (transport, import, export) requiert une autorisation préalable. Enfin, les espèces introduites sans justificatif ou présentant un risque sanitaire doivent être réexportées, détruites ou mises en quarantaine, aux frais de l'importateur. Aussi, elle stipule sur la protection contre les feux de forêt établit des mesures pour la prévention et la lutte contre les incendies dans les zones forestières de l'État et autres terrains boisés.

9. Rôle des plantes médicinales dans la médecine traditionnelle

Selon l'OMS, la médecine traditionnelle existe depuis toujours et englobe l'ensemble des connaissances, compétences et pratiques, fondées sur des théories et croyances culturelles, utilisées pour maintenir la santé et traiter les maladies physiques et mentales. Dans certains pays, les termes médecine parallèle, alternative ou douce désignent également la médecine traditionnelle (Litim A., 2012).

10. Préparations des plantes médicinales

10.1. La cueillette : selon Paris et Hurabielle (1981), la valeur des drogues végétales dépend des soins apportés à leur récolte, notamment de l'époque de cueillette. La composition chimique peut varier selon le cycle végétatif de la plante :

- **Variations qualitatives :** apparition ou disparition de principes actifs.
- **Variations quantitatives :** la teneur en principes actifs peut atteindre un maximum puis diminuer rapidement.

10.2. Précautions à prendre lors de la cueillette

- **Récolte des feuilles :** Selon Lucienne (2010), les feuilles doivent être cueillies quand elles sont jeunes mais complètement développées, au plus tard juste avant l'épanouissement des fleurs.

- **Récolte de la plante entière** : Ne cueillir que les plantes matures, c'est-à-dire après floraison. Les tiges doivent être coupées à ras du sol, sauf pour les plantes mucilagineuses, où les tiges doivent être récoltées avant leur développement entier, car les principes actifs dominant dans les premiers temps de la végétation.
- **Récolte des fleurs** : Cueillir juste avant l'épanouissement complet et avant la fécondation.
- **Récolte des fruits** : Les fruits doivent être bien mûrs pour une consommation immédiate, mais un peu avant leur maturité pour le séchage.
- **Récolte de l'écorce** : L'écorce est récoltée lorsqu'elle devient épaisse et se sépare facilement du tronc.

10.3. Le séchage : le séchage est la méthode la plus couramment utilisée pour conserver les produits végétaux et doit être effectué rapidement après la récolte. Il se fait en principe à l'ombre ou dans un endroit protégé des rayons trop forts du soleil. Selon Tatai (1993), les procédés de séchage incluent :

- Séchage à l'air libre et au soleil.
- Séchage à l'air chaud et sec.
- Séchage à l'ombre et sous abri.
- Séchage par infrarouge.

10.4. Conservation et stockage : les parties des plantes, triées par espèce, doivent être conservées dans des sacs en papier bien fermés ou des boîtes hermétiques (Thurzova L., 1978). Les plantes médicinales, rarement utilisées fraîches, doivent être conservées dans de bonnes conditions. Une fois récoltées, elles se fanent et meurent, entraînant des dégradations qui affectent leurs propriétés thérapeutiques. Les principes actifs peuvent subir des hydrolyses, des oxydations, des polymérisations, des isomérisations ou des racémisations, entraînant une perte d'activité. Ces dégradations, dues à des processus enzymatiques nécessitant de l'eau, peuvent être évitées par des méthodes comme la dessiccation (pour inhiber les enzymes en éliminant l'eau) ou la stabilisation (pour détruire les enzymes) (Hensel W., 2008).

11. Différents modes de préparation

11.1. Infusion : c'est un remède préparé en versant de l'eau bouillante sur la plante et en filtrant après quelques minutes (Iserin P., 1997).

11.2. Décoction : cette méthode s'applique essentiellement aux parties souterraines de plante et écorces, qui libèrent difficilement leurs principes actifs lors d'une infusion. Elle consiste à faire bouillir les plantes dans l'eau, puis laisser refroidir et filtrer (Nogaret, 2003).

11.3. Macérations : ces préparations s'obtiennent en mettant à tremper des herbes sèches ou fraîches dans un liquide (eau, vin, alcool) à froid.

11.4. Cataplasme : Appliqué sur la peau, il calme douleurs musculaires, névralgies, entorses, fractures et aide à extraire le pus des plaies infectées, des ulcères et des furoncles (Iserin P., 1997).

12. Différentes formes d'emploi

12.1. Tisane : préparation buvable obtenue par macération, infusion ou décoction d'herbes dans de l'eau (Pharmacopée Française, 2013).

12.2. Poudres : plantes pulvérisées pour usage interne ou externe (Delille L., 2007).

12.3. Teinture : les teintures, obtenues par macération de plantes sèches dans de l'alcool ou un mélange alcool-eau, offrent deux avantages : une conservation jusqu'à trois ans et une absorption rapide des principes actifs. Certaines plantes fraîches peuvent être toxiques (Nogaret, 2003).

12.4. Huile : On obtient une huile végétale en mélangeant une poignée d'herbes séchées dans de l'huile d'olive, d'amande ou de noix, puis en laissant macérer pendant 2 à 3 semaines (Delille L., 2007). Les huiles essentielles, quant à elles, sont obtenues par distillation à la vapeur (Nogaret, 2003).

12.5. Sirop : dissolution de 180 g de sucre dans 100g d'eau à laquelle est incorporé le principe thérapeutique voulu.

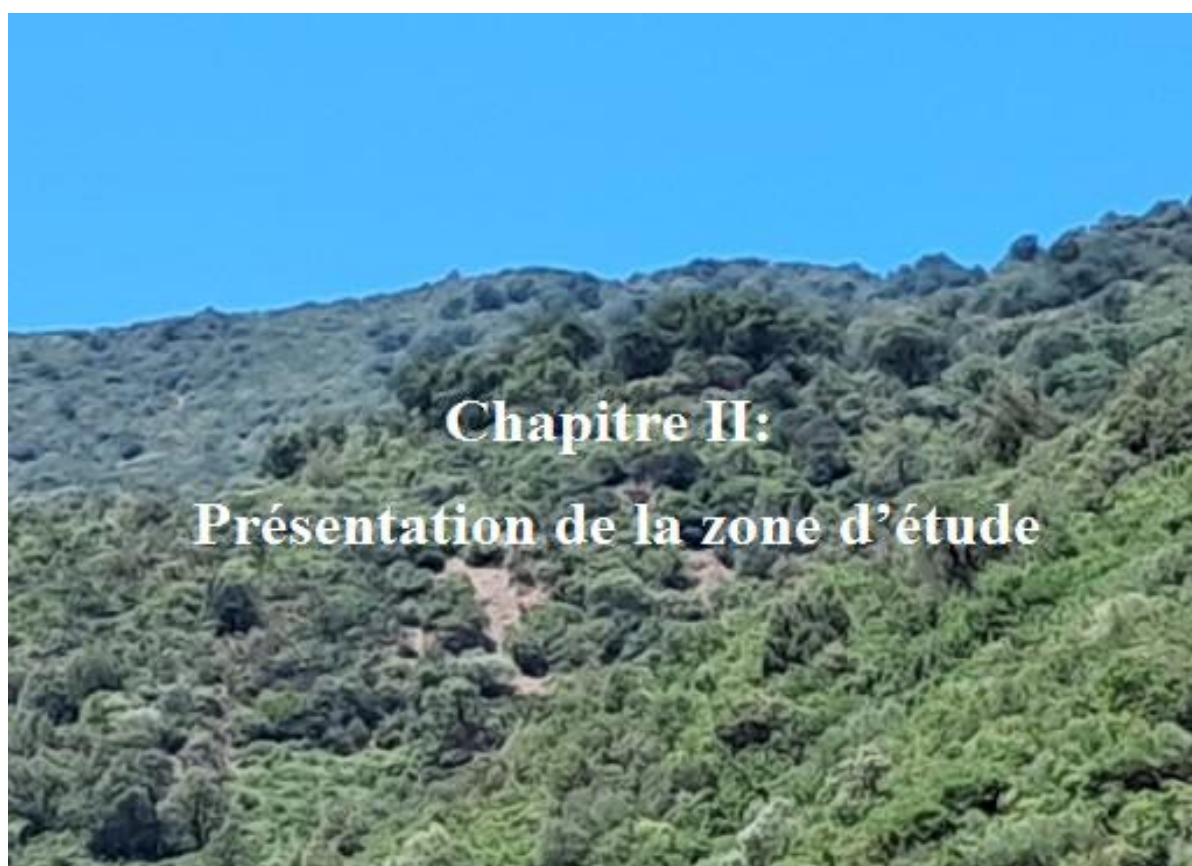
12.6. Lotion : un liquide obtenu par infusion ou décoction d'herbes émollientes ou vulnérables, utilisé sur la peau avec un coton ou linge imbibé.

12.7. Pommade (Onguent) : Mélange de plantes en poudre ou suc avec une substance grasse comme la vaseline ou huiles (Delille L., 2007).

12.8. Crème : préparée comme la pommade, mais avec l'ajout d'eau (Nogaret, 2003).

12.9. Fumigations et inhalations : utilisées pour les affections respiratoires et la zone ORL, elles consistent à inhaler de la vapeur d'herbes plongées dans de l'eau bouillante.

12.10. Gargarisme : Préparation par infusion ou décoction, utilisé pour rincer la bouche et éliminer les toxines et germes (Delille L., 2007).



II. PRESENTATION DE LA ZONE D'ETUDE

1. Situation géographique

La wilaya est située Au Nord de l'Algérie, Le Chef-lieu de la wilaya est située à 88 km à l'Ouest de la capitale, Alger (figure n°10). Elle s'étend sur une superficie de 8775.65 Km².

Situé au cœur de l'Atlas Tellien, la wilaya de Médéa est caractérisée par une altitude élevée et un relief mouvementé enserrant quelques plaines assez fertiles mais de faible extension pour s'estomper ensuite aux confins des hautes plaines steppiques, en une série de collines mollement ondulées (ANDI, 2013).

Une telle position stratégique a fait de Médéa une zone de transit principale et un trait d'union entre le Tel et le Sahara, d'une part, et entre les Hauts Plateaux de l'Est et ceux de l'Ouest, d'autre part. Ceci grâce à l'important réseau de routes nationales principales (figure n°11). (Office de Tourisme de Médéa, 2023).



Fig n°10 : Cartes de localisation de la zone d'étude ; source : <https://gifex.com/fr/fichier/ou-se-trouve-medea> (modifiée).

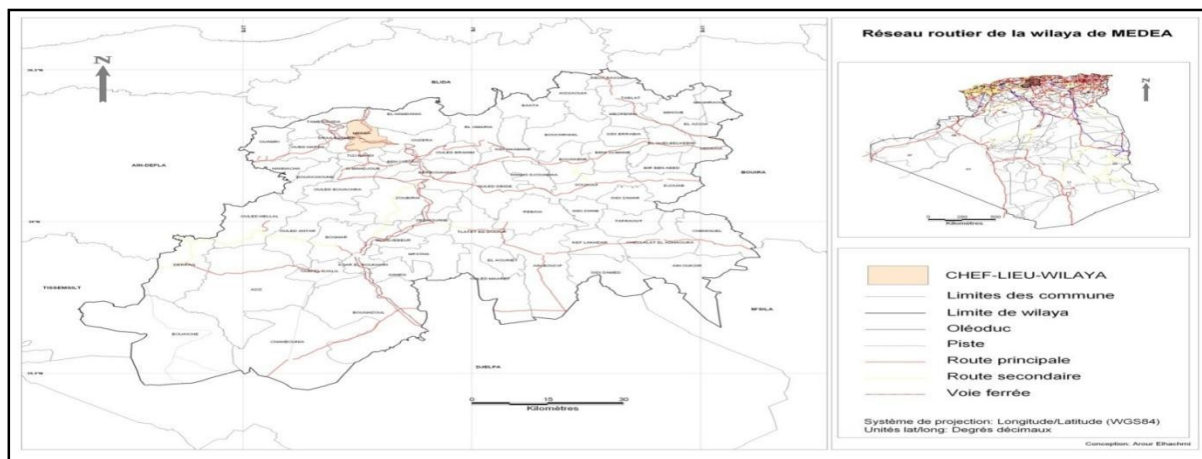


Fig. n°11 : Carte des accès à la wilaya de Médéa (source: https://app.box.com/s/3l6f97_w1_bqcq_6f94_xua3).

Situation géographique:

- Longitude: $x_1 = 2,139888003^\circ$, $x_2 = 3,629967998^\circ$;
- Latitude: $y_1 = 35,44529000^\circ$, $y_2 = 36,50430300^\circ$;
- Périmètre total: 742.1 Km.

La wilaya de Médéa est limitée par les wilayas suivantes (figure n°12) :

- Au Nord La Wilaya de Blida.
- Au Sud La wilaya de Djelfa.
- A l'Ouest Les wilayas de Tissemsilt et Ain Defla.
- A l'Est Les Wilaya de M'sila et Bouira (ANIREF/Monographie de la wilaya de Médéa, 2023).



Fig. n°12 : Carte de situation géographique de la wilaya de Médéa, (source: Découpage administratif de l'Algérie & Monographie, 2014).

2. Aspect administratif et structure de la population

La wilaya de Médéa regroupe 64 communes et 19 daïras. La population totale de la wilaya est estimée à 1 002 329 habitants, soit une densité de 104.7 habitants par Km²

- Population active : 258 361 personnes
- Population occupée : 232 849 personnes

Répartition de la population occupée par secteur d'activité :

- Agriculture : 40.47% ;
- Commerce : 7.83% ;
- Administration : 22.67% ;
- BTPH : 54.74% ;
- Industrie et artisanat : 14.69% ;
- Services : 09.60%. (Source : (ANIREF/Monographie de la wilaya de Médéa, 2023 ; DPSB, 2020).

3. Le relief

La wilaya de Médéa présente un relief varié, avec des plaines fertiles, des hautes plaines steppiques et des collines ondulées. On distingue quatre zones naturelles :

3.1. Le tell montagneux : Zone montagneuse située à l'ouest et au nord (figure n°13), du massif de l'Ouarsenis à celui de Tablat. Cette région, au relief marqué et au climat rude, est peu peuplée et principalement forestière, avec des activités agricoles limitées aux dépressions alluviales (ANIREF/Monographie de la wilaya de Médéa, 2023).

3.2. Le tell collinien (La zone Tellienne) : située au centre, cette zone agricole est réputée pour la viticulture, notamment le cépage "H'mar Bou-amar", et la polyculture avec des cultures de vigne, arboriculture (figure n°14), céréales et fourrages.

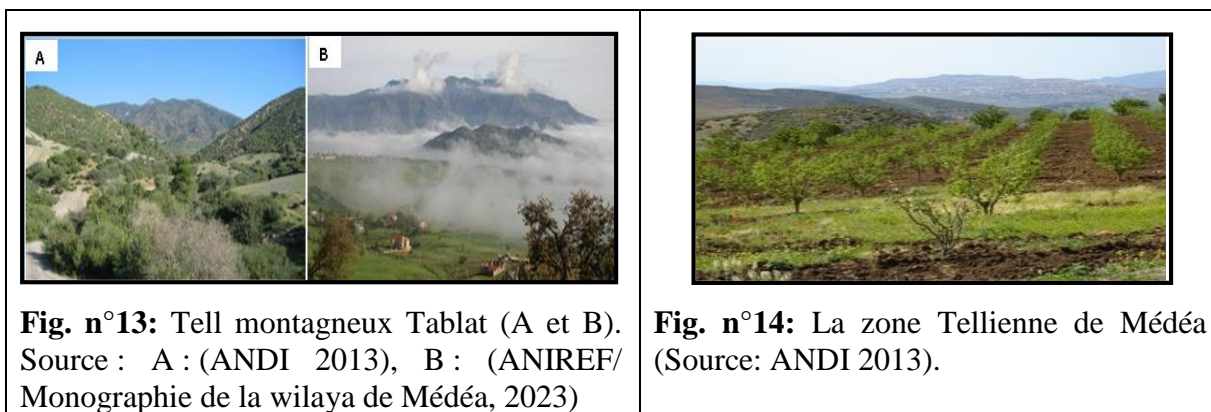


Fig. n°13: Tell montagneux Tablat (A et B).
Source : A : (ANDI 2013), B : (ANIREF/
Monographie de la wilaya de Médéa, 2023)

Fig. n°14: La zone Tellienne de Médéa
(Source: ANDI 2013).

3.3. Les plaines du tell (La zone des plaines): les plaines de Beni Slimane (figure n°15) et Merachda, situées à des altitudes moyennes, sont dédiées à la céréaliculture et à la polyculture, associant cultures irriguées et élevage.

3.4. Le piémont méridional du tell (La zone du sud): zone de transition vers les plaines steppiques, avec une pluviométrie irrégulière (300-400 mm) et une céréaliculture prédominante (figure n°16).

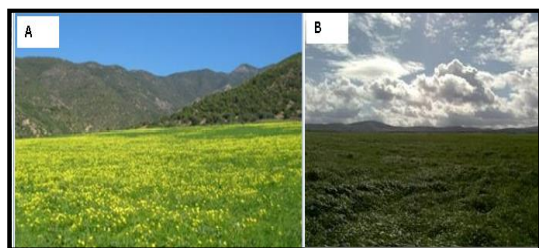


Fig. n°15: Plaines de Beni Slimane. (Source:
(A) ANDI 2013, (B) : ANIREF/ Monographie
de la wilaya de Médéa).



Fig. n°16: Zone du sud (source :
ANIREF/Monographie de la wilaya de
Médéa, 2023).

4. Géologie et pédologie :

La région de Médéa présente une diversité géologique, faisant partie de la chaîne tellienne. Elle est composée de plusieurs unités structurales, chacune ayant un faciès, un contexte sédimentaire et une évolution distincts :

- Le Trias : constituée de gypse, de dolomies et de cargneules, avec des intrusions notables à Harmela (Tletat Douair) et Malleg Rassoum (Ain Boucif).
- Le Crétacé inférieur : constitué de marnes, argiles, et, en moindre proportion, calcaires, schistes et quartzites au nord de la wilaya (Atlas Blidéen, chaîne des Bibans).
- L'unité Epi-tellienne : un faciès marneux dominant, couvrant notamment les collines de Berrouaghia et de Seghouane, ainsi que les monts de Ouled Hellal.
- Les unités gréseuses : forment les chaînes de montagnes orientales et méridionales ainsi que le plateau de Médéa.
- Les formations quaternaires : Composées de matériaux détritiques récents (argiles, limons, sables, graviers), elles recouvrent les plaines de la région.

Cette diversité géologique souligne la complexité de l'évolution de la région, marquée par des formations anciennes et récentes.

5. La biodiversité (La faune et la flore)

5.1. La Faune : La wilaya de Médéa, recèle de par la diversité des écosystèmes (montagne, steppe, forêts, zone humides, ...) une diversité faunistique d'environ 35 espèces qu'il y a lieu de protéger (Dhif Mokhtar et Dahmani Nacer, 2018). Parmi la faune recensée dans la wilaya de Médéa le singe Magot (*Macaca sylvanus*) constitue l'élément animalier le plus remarquable à Hamdania. Le sanglier, le lièvre, le lapin, le chacal, la perdrix gamba, le pigeon ramier, la mésange, le rouge gorge ainsi que de nombreux rapaces tels que le vautour fauve, l'aigle royal, le hibou grand-duc, constituent entre autres, l'essentiel du patrimoine faunistique du Parc National de Chréa (Parc National de Chréa, 2022).

5.2. La Flore : La wilaya de Médéa est classée parmi les premières wilayas du pays en matière de couvert végétal. Le patrimoine forestier de la wilaya couvre une superficie de 152.931 HA, soit 17,43% de la superficie totale de la wilaya. La couverture forestière est marquée par la prédominance des maquis qui occupent 55.14 % de la superficie totale. Les essences forestières représentent une grande richesse pour la wilaya sur le plan de la biodiversité, avec la dominance du Pin d'Alep soit environ $\frac{3}{4}$ de la superficie totale 76%, puis, Chêne Vert (19%) et un taux faible varie entre 2,9-0,11%, selon tableau n° 02 et figure n°17 ci-dessous, de Chêne Liège, Cyprès, Cèdre, Eucalyptus, Pin Pignon, Thuya et Acacia.

La wilaya de Médéa recèle une riche floristique ayant une valeur patrimoniale importante sur les plans écologiques et économique (Dhif Mokhtar et Dahmani Nacer, 2018).

6. Principales essences forestières de la wilaya de Médéa

La répartition des principales essences forestières dans la wilaya de Médéa, couvrant une superficie totale de 152 931 hectares. Les points saillants de cette répartition sont :

- Pin d'Alep : Il occupe la majorité de la surface forestière avec 116 228 hectares, soit 76% de la superficie totale, ce qui montre sa prédominance dans la région.
- Chêne Vert : Avec 29 057 hectares, il représente 19% de la surface forestière, constituant l'espèce forestière la plus significative après le Pin d'Alep.
- Autres essences : Le Chêne Liège (2,9%), le Cyprès (0,74%), et le Cèdre (0,38%) occupent des parts bien plus réduites (figure n°17).
- Essences et terrains secondaires : Certaines essences comme l'Eucalyptus (0,25%), le Pin Pignon (0,15%), le Thuya (0,12%), et les Acacias (0,11%) sont présents en faible quantité, de même que les "vides labourables" (0,35%), qui désignent des espaces non boisés (Conservation des forêts de Médéa, 2014).

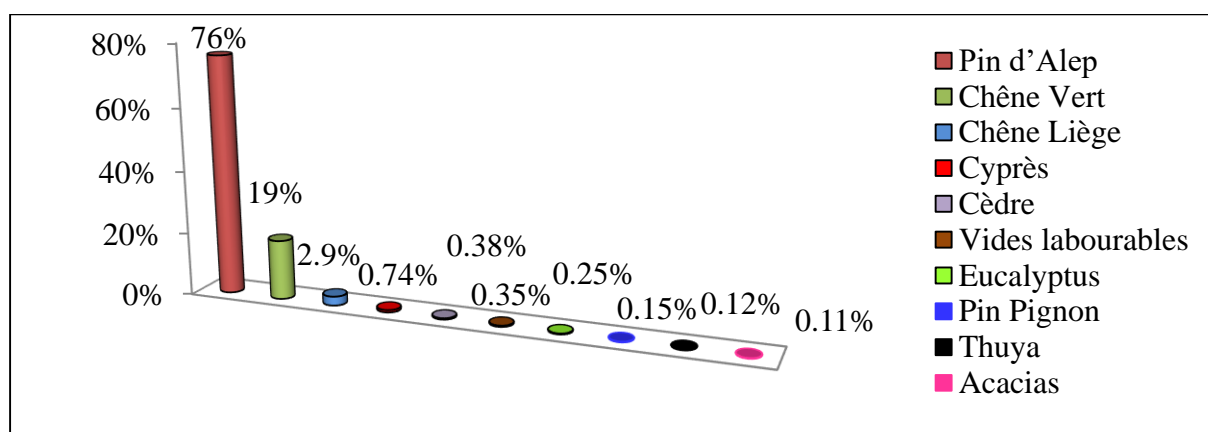


Fig. n°17: Principales essences forestières de la wilaya de Médéa.

7. Potentialités et gestion des ressources en eau de la wilaya de Médéa

7.1. Ressources en eaux superficielles

Du point de vue hydrologique, La wilaya de Médéa chevauche sur six (06) grands bassins versants (figure n°18), à savoir :

- Le bassin versant de l'Oued Chellif
- Le bassin versant de l'Oued Isser

- Le bassin versant des Cotiers Algerois
- Le bassin versant de Chott el Hodna
- Oued Chélif (Commune Ksar El Boukhari)
- Oued Isser (Commune Tablat) (Monographie de la wilaya de la wilaya de Médéa, 2012).



Fig. N°18: grands bassins versants de Médéa

7.2. Barrages et Prises

- Barrage de Ladrat
- Barrage de Boughezoul (figure n° 19)
- Barrage de Ghib
- Prises de la Chiffa et de Harbil (Conservation des forêts de Médéa, 2014)



Fig. n°19: Barrage de Boughezoul
(Conservation des forêts de Médéa, 2011)

7.3. Ressources en eaux souterraines

Les potentialités en eaux souterraines potentielles de la wilaya de Médéa sont estimées à environ 30 hm³, les principaux aquifères de la wilaya sont :

- Conglomérats miocènes de Médéa
- Calcaires de Berrouaghia
- Plaine de l'Oued Mellah (Plaine d'El Khemis)
- Plateau de Médéa
- Plaines des Beni Slimane et des Arib

- Grès Numidiens d'Ain Boucif

Les ressources en eaux souterraines de la wilaya de Médéa sont estimées à environ 30 hm³. Parmi les principaux aquifères de la région, on trouve les conglomérats miocènes de Médéa, les calcaires de Berrouaghia, ainsi que la plaine de l'Oued Mellah (plaine d'El Khemis). Le plateau de Médéa, les plaines des Beni Slimane et des Aribes, ainsi que les grès numidiens d'Ain Boucif sont également des sources majeures d'eau souterraine pour la région. Ces aquifères constituent une ressource précieuse pour l'approvisionnement en eau.

8. Les zones humides et l'écosystème steppique

Les zones humides de la région comprennent le lac de Boughezoul, le barrage de Ladrat situé dans la daïra de Sidi Naamane, et le lac de Tamezguida, tous reconnus pour leur importance écologique (Conservation des forêts de Médéa, 2014).

La zone steppique est concernée par les communes Sud de la wilaya : Bouaiche, Aziz, Chahbounia , Boughzoul, Saneg, Mfatha, El Aouinet, Ouled Maaref, Ain Boucif, Kef Lakhdar, Sidi Damed, Sidi Zahar, Cheniguel, Tafraout, Ain Ouksir, Chellalat El Adhaoura). La steppe constitue la principale ressource pour l'élevage. Le surpâturage et l'absence des opérations de préservation des steppes sont des facteurs potentiels de dégradation de cet écosystème fragile (ANDI, 2013).

9. Le climat

Le climat de Médéa se distingue par des caractéristiques dues à de nombreux facteurs qui sont entre autres :

- ❖ Son altitude qui atteint 1240 m au-dessus du niveau de la mer (sommet de Benchicao).
- ❖ Sa position sur les monts de l'Atlas tellien.
- ❖ Son exposition aux vents et aux vagues de courants venant de l'Ouest.

Tous ces facteurs ont fait que Médéa dispose d'un climat méditerranéen semi continental, froid et humide en hiver, tempéré au printemps et chaud et sec en été. Médéa reçoit une quantité considérable de pluie atteignant 500 mm par an, avec une moyenne de pluviométrie élevée, particulièrement en décembre, janvier et février. La neige quant à elle, recouvre régulièrement les hauteurs de Benchicao, situées à une altitude de 1 240 m (ANDI, 2013).

9.1. Les facteurs climatiques : Le climat en région méditerranéenne est un facteur déterminant en raison de son importance dans l'établissement, l'organisation et le maintien des écosystèmes. Ce climat est caractérisé par un été sec et un hiver doux (Aidoud, 1997).

D'autres auteurs, Emberger (1930, 1971) ; Sauvage (1960), considèrent que le climat méditerranéen est l'expression d'une concentration hivernale des précipitations, l'été étant sec et Daget en 1977 confirme qu'il y a toujours un contraste très net entre les saisons :

L'estivale longue et sèche, l'autre hivernale courte peu des précipitations violentes et de courtes durées.

La croissance des végétaux dépend de deux facteurs essentiels (Halimi A., 1980)

- ❖ L'intensité et la durée du froid (dormance hivernale).
- ❖ La durée de la sécheresse estivale (maturation).

Les données bioclimatiques influencent considérablement sur l'individualisation des peuplements végétaux. Deux principaux paramètres sont pris en considération, les précipitations et les températures (Emberger, 1939) dans le but de déterminer : l'étage bioclimatique du site d'étude à partir du climagramme pluviothermique d'Emberger (1952) et la période sèche par le biais du diagramme ombrothermique de Bagnouls et Gaussen (1953).

Les données climatiques utilisées, sur une période de 30 ans, concernant les moyennes mensuelles des températures maximales et minimales, des précipitations et de l'humidité, couvrent la période de 1991 à 2021 et proviennent du site Internet Climate-data.org (2024)

9.1.1. Les températures : est un facteur écologique fondamental et un élément vital pour les formations végétales. Ce facteur a été défini comme une qualité de l'atmosphère et non une grandeur physique mesurable (Peguy C. P., 1970) Elle intervient dans le déroulement de tous les processus, la croissance, la reproduction, la survie et par conséquent la répartition géographique générant les paysages les plus divers (Soltner., 1987).

Pour Dreux (1980), la température est le facteur climatique le plus important. En fait, la température intervient pour une grande part dans le développement des insectes.

Le tableau n°01, ci-dessous, nous révèle que pour notre zone d'étude, le mois le plus chaud de la période 1991-2021 est celui de Juillet avec une température de **37,1 C°** à Soualah (Boughezoul), 36,9 C° à Bouaïche, 35,9 C° à Ksar El Boukhari, 34,9 C° à Beni Slimane, 34,2 C° à Berrouaghia et 32,1 C° à Médéa, alors que deux mois les plus froids sont celui de Janvier et Février avec une température de **1,7 °C** à Médéa, 1,8 C° à Berrouaghia 2,3 C° à Beni Slimane et Bouaïche 2,2 C° à Ksar El Boukhari et Soualah. Tandis que la moyenne annuelle régnant dans cette zone est de l'ordre de **14,97 °C** à Médéa, 15,55 C° à Berrouaghia 16,25 C° à Beni Slimane, 16,44 C° à Ksar El Boukhari 17,03 C° à Bouaïche et 17,13 C° à Soualah.

Tab. N°01 : Moyennes mensuelles des températures maximales, minimales (1991–2021)

Communes	T (C°)	Janv	Fév	Mars	Av	Mai	J	Jui	A	Sept	Oct	Nov	Déc	T.moy annuelle (C°)
Médéa	T. Min	1,7	1,7	4,3	6,8	10,4	14,8	18,4	18,6	15,3	11,6	6,2	3,3	14,97
	T. Max	11	11,5	15	18,2	22,2	27,8	32,1	31,8	27	22,6	15	11,9	
	T. moy	6,35	6,6	9,65	12,5	16,3	21,3	25,25	25,2	21,15	17,1	10,6	7,6	
Berrouaghia	T. Min	1,8	1,9	4,7	7,5	11,2	15,7	19,5	19,5	15,8	11,9	6,3	3,1	15,55
	T. Max	10,7	11,5	15,4	19,1	23,6	29,7	34,2	33,4	27,7	22,7	14,9	11,5	
	T. moy	6,25	6,7	10,05	13,3	17,4	22,7	26,85	26,45	21,75	17,3	10,6	7,3	
Beni Slimane	T. Min	2,3	2,4	5,1	7,8	11,4	16	19,6	19,7	16,2	12,3	6,8	3,6	16,25
	T. Max	11,8	12,6	16,5	20,2	24,4	30,4	34,9	34,4	28,9	24,1	16,2	12,5	
	T. moy	7,05	7,5	10,8	14	17,9	23,2	27,25	27,05	22,55	18,2	11,5	8,05	
Bouaïche	T. Min	2,3	2,7	5,6	8,7	12,8	17,7	21,3	21,2	16,9	12,8	6,7	3,5	17,03
	T. Max	11,7	12,9	17,3	21,6	26,2	32,6	36,9	35,6	29,3	24,1	16	12,3	
	T. moy	7	7,8	11,45	15,15	19,5	25,15	29,1	28,4	23,1	18,45	11,35	7,9	
Ksar El Boukhari	T. Min	2,2	2,5	5,2	8,3	12,2	17	20,7	20,6	16,6	12,5	6,7	3,5	16,44
	T. Max	11,2	12,3	16,4	20,4	25,1	31,4	35,9	34,7	28,6	23,4	15,4	11,8	
	T. moy	6,7	7,4	10,8	14,35	18,65	24,2	28,3	27,65	22,6	17,95	11,05	7,65	
Soualah	T. Min	2,2	2,6	5,5	8,8	12,9	17,7	21,3	21,3	17	12,7	6,8	3,4	17,13
	T. Max	11,7	13,1	17,6	21,9	26,5	32,9	37,1	35,8	29,6	24,3	16,2	12,3	
	T. moy	6,95	7,85	11,55	15,35	19,7	25,3	29,2	28,55	23,3	18,5	11,5	7,85	

Source : Climate-data.org (2024)

9.1.2. Les précipitations : la pluviosité est définie comme étant le facteur primordial qui permet de déterminer le type du climat (Djebaili S., 1978).

Les zones recevant plus de 400 mm sont considérées comme semi-aride, subhumides ou humides, selon l'importance des précipitations (Emberger, 1930).

L'intensité des pluies et leurs fréquences jouent un rôle prépondérant sur la stabilité ou l'instabilité des sols, combinés au facteur physique du sol, elles peuvent favoriser ou défavoriser la stabilité structurale du sol. Aussi elles agissent sur la solubilité et la migration des nutriments dans le sol. En conséquence elles participent à la répartition spatiale des espèces. Et en fin elles accélèrent ou elles bloquent l'évolution des matériaux organiques et minéraux, et elles interviennent dans la formation des sols (Belgat S., 2001).

L'analyse du tableau 02, ci-dessous, illustre une irrégularité des précipitations tout au long de l'année; ainsi les mois de Janvier, Février et Avril sont les plus pluvieux de l'année et durant lesquels on enregistre **609 mm à Berrouaghia**, 603 mm à Beni Slimane, 545 mm à Médéa, 383 mm à Ksar El Boukhari, 323 mm à Soualah et 268 mm à Bouaïche alors que le minimum des

précipitations est enregistré en été au mois de juillet à Médéa (5 mm), Bouaïche et Ksar El Boukhari (7 mm) et Berrouaghia, Beni Slimane et Soualah (9 mm).

Tab. N°02 : Moyennes mensuelles des précipitations

P (mm)	Janv	Fév	Mars	Av	Mai	J	Jui	A	Sept	Oct	Nov	Déc	Total précipitations
Berrouaghia	68	63	71	72	64	21	9	19	44	54	63	61	609
Beni Slimane	63	59	69	74	69	23	9	19	48	55	59	56	603
Médéa	66	58	66	66	56	15	5	12	35	47	60	59	545
Ksar El Boukhari	43	39	45	46	39	14	7	11	28	34	39	38	383
Soualah	30	28	34	38	36	14	9	13	31	33	29	28	323
Bouaïche	25	26	31	33	27	12	7	9	22	25	27	24	268

Source : Climate-data.org (2024)

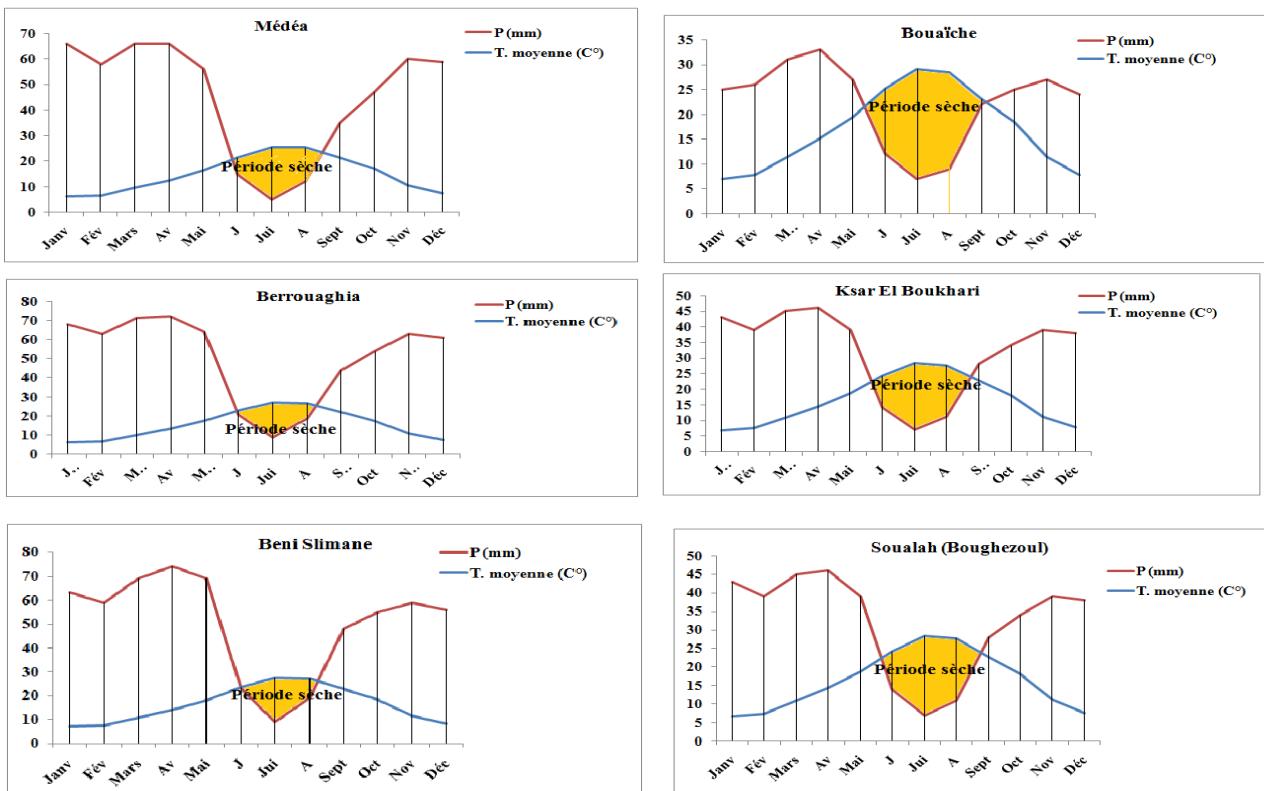


Fig. N°20: Diagramme ombrothermique de Bagnouls et Gausсен

Au simple examen de la figure n° 20, nous constatons une période sèche qui s'étend généralement de la fin septembre à la fin Mai coïncide avec la période estivale (biologiquement sèche de trois mois : fin Mai, Juin, Juillet, Août et début Septembre). Durant cette période on note une baisse brutale des précipitations et qui est l'une des caractéristiques principales du climat méditerranéen.

- **Régime pluviométrique saisonnier**

Selon le tableau n°03 et figure n°21, la répartition saisonnière des précipitations a une incidence sur le développement du végétal de la germination jusqu'à la maturation, mais également sur l'abondance et le taux de croissance végétale. Le régime pluviométrique est de type **PHAE** (Médéa, Berrouaghia, Beni Slimane, Bouaïche et Ksar El Boukhari) et **PAHE** (Soualah).

Tab. N° 03: Régime pluviométrique par saison

Commune	Saison	Hiver (H)			Printemps (P)			Été (E)			Automne (A)		
	Mois	Déc	Janv	Fév	Mar	Av	Mai	Ju	Jui	A	Sept	Oct	Nov
Médéa	P. moyenne (mm)	59	66	58	66	66	56	15	5	12	35	47	60
	Pluies saisonnières (mm)	183,0			188,0			32,0			142,0		
Berrouaghia	P. moyenne (mm)	61	68	63	71	72	64	21	9	19	44	54	63
	Pluies saisonnières (mm)	192,0			207,0			49,0			161,0		
Beni Slimane	P. moyenne (mm)	56	63	59	69	74	69	23	9	19	48	55	59
	Pluies saisonnières (mm)	178,0			212,0			51,0			162,0		
Bouaïche	P. moyenne (mm)	24	25	26	31	33	27	12	7	9	22	25	27
	Pluies saisonnières (mm)	75,0			91,0			28,0			74,0		
Ksar El Boukhari	P. moyenne (mm)	38	43	39	45	46	39	14	7	11	28	34	39
	Pluies saisonnières (mm)	120,0			130,0			32,0			101,0		
Soualah	P. moyenne (mm)	28	30	28	34	38	36	14	9	13	31	33	29
	Pluies saisonnières (mm)	86,0			108,0			36,0			93,0		

Source : Climate-data.org (2024).

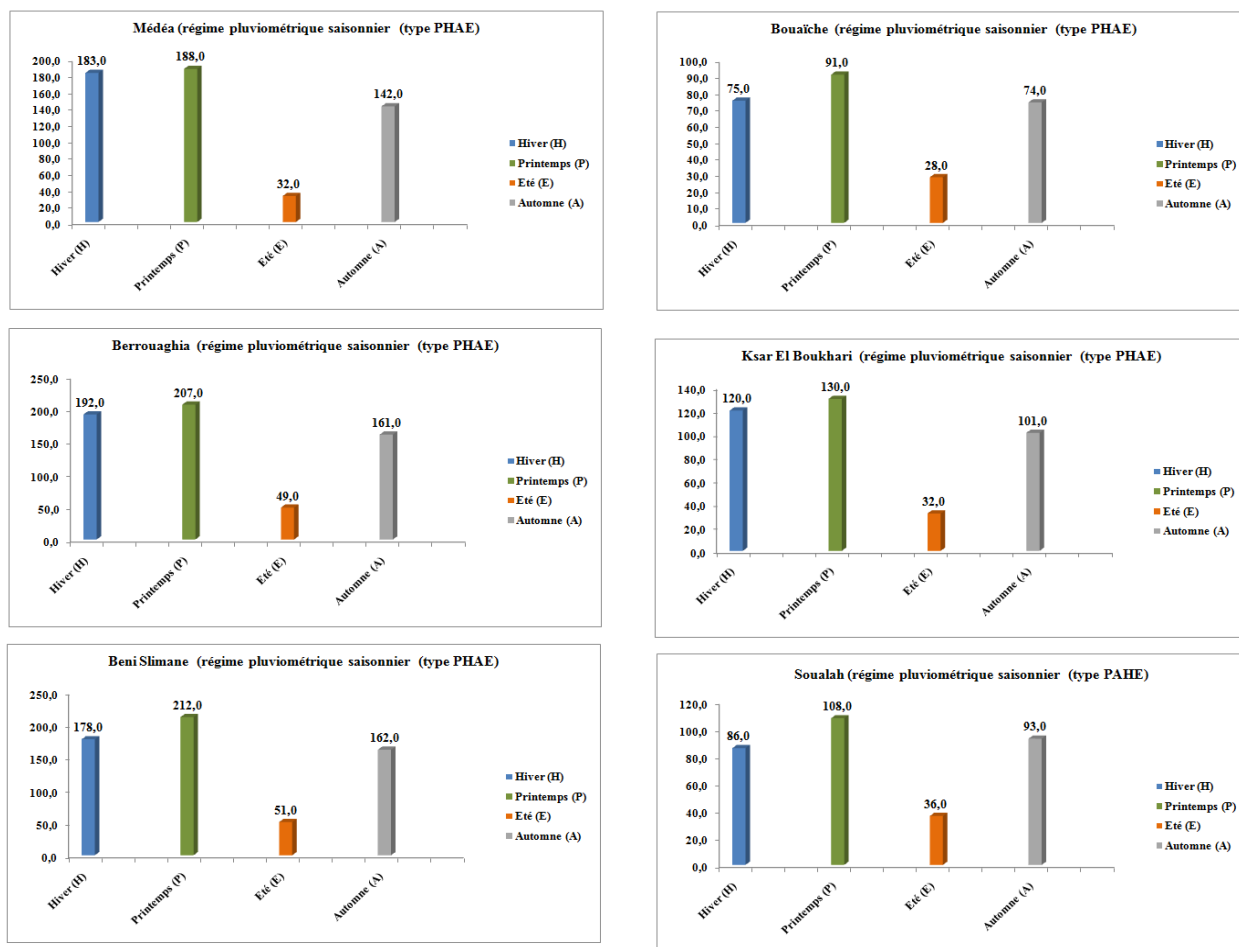


Fig. N°21 : Régime pluviométrique saisonnier

9.2. Autres facteurs climatiques

A côté des deux principaux facteurs climatiques, d'autres facteurs peuvent exercer une certaine influence sur les activités biologiques (humidité, vent, neige, gelée...).

9.2.1. La neige : la neige joue un rôle dans la régulation du ruissellement et a un effet positif sur l'approvisionnement en eau souterraine en raison de sa pénétration lente et profonde dans le sol. De plus, en raison de la durée considérable de l'enneigement, son importance est encore plus grande. Par contre, une neige épaisse peut faire casser des branches ou plier les semis. Et l'impact sur le trafic routier est très contraignant pour la circulation des personnes et gêne certaines activités. Cependant, il convient de noter que l'enneigement n'affecte que les zones situées à haute altitude. On sait aussi que la neige recouvre souvent Benchicao (1240 mètres d'altitude), Berrouguia, Ouled Hellal, Ain Diss, Ain Boucif ect...

9.2.2. La gelée : les gelées sont fréquentes tout au long de l'hiver (novembre - avril), mais Ain Boucif et Benchicao connaissent parfois des gelées précoces dès le début de l'automne.

Les jours de gel à Médéa sont peu élevés (12 à 20 jours/an).

9.2.3. Les vents : le vent est une composante particulière du climat, car c'est un facteur important à considérer en agriculture, il joue un rôle primordial dans le phénomène de pollinisation, car il peut provoquer le flétrissement de certaines espèces végétales sensibles (Berrah S., 2009).

Elle est déterminée par sa direction, sa vitesse et sa fréquence (Dubief J., 1953). Dans la région de la vallée, il souffle constamment et revêt une grande importance. Cependant, les statistiques montrent que la vitesse annuelle moyenne peut atteindre 3,7 m / s.

A savoir que le vent qui vient de l'Est s'appelle Bahri, on l'estime au printemps, et le vent venant de l'Ouest, ou de l'Ouest, est un vent froid et le vent du sud, dit Sheheli, est un vent chaud vent. Souffle deux semaines par an (Voisin P., 2004).

➤ **La force des vents :** la force des vents est estimée d'après une échelle dite télégraphique qui va de 0 à 9 ;

- < 1 calme
- 5 et 6 : vents assez forts
- 1 et 2 : vents faibles
- 7 et 8 : vents forts
- 3 et 4 : vents modérés
- 9 : vents violents

➤ **La direction des vents :** les directions dominantes des vents Pour la station de Médéa. Elles sont :

- Ouest et Sud –Est tôt dans la matinée ;
- Nord-Ouest Sud- Ouest dans le mi-journée ;
- Surtout Nord et Nord-Ouest dans la soirée ;

➤ **Le sirocco :** un vent chaud et sec qui souffle du sud et se produit souvent en été. Ce vent est très nocif pour la végétation car il augmente l'évapotranspiration et provoque donc un dessèchement et un flétrissement rapide des plantes. Ce vent sec se produit à Ksar El Boukhari en avril et n'apparaît ailleurs qu'en mai. Les vents chauds sont présents tout l'été jusqu'en septembre, avec une plus grande fréquence en août, lorsque le nombre maximum de jours enregistrés.

9.2.4. Humidité : l'humidité relative est le rapport entre la quantité de vapeur d'eau dans l'air et la quantité maximale possible de vapeur d'eau. Cette mesure nous permet de voir que c'est durant l'été que l'on enregistre des valeurs inférieures à 50% (Halfaoui F., 2017) dont :

- Bouaïche : juillet (**29%**) et août (**33%**).
- Soualah: juillet (**32%**) et août (**35%**).
- Ksar El Boukhari : juillet (**34%**) et août (**37%**).
- Berrouaghia : juillet (**38%**) et août (**41%**).
- Beni Slimane : juillet (**40%**) et août (**42%**).
- Médéa : juillet (**45%**) et août (**47%**) (tableau n°04 et figure n°22).

Ces valeurs indiquent la probabilité d'un incendie, il est donc nécessaire de surveiller la forêt pendant cette période afin de détecter l'apparition d'un incendie et de pouvoir intervenir rapidement.

Tab. N°04 : Humidité relative moyenne mensuelle

Mois Communes	Janv	Fév	Mars	Av	Mai	J	Jui	A	Sept	Oct	Nov	Déc
Médéa	76%	74%	70%	66%	63%	52%	45%	47%	57%	61%	72%	76%
Berrouaghia	76%	73%	67%	61%	56%	46%	38%	41%	53%	59%	72%	77%
Beni Slimane	78%	75%	69%	64%	60%	48%	40%	42%	55%	61%	74%	79%
Bouaïche	75%	70%	60%	51%	44%	34%	29%	33%	47%	54%	70%	77%
Ksar El Boukhari	76%	72%	64%	57%	51%	40%	34%	37%	51%	58%	72%	78%
Soualah	76%	70%	60%	51%	45%	35%	30%	33%	47%	55%	71%	78%

Source : Climate-data.org (2024).

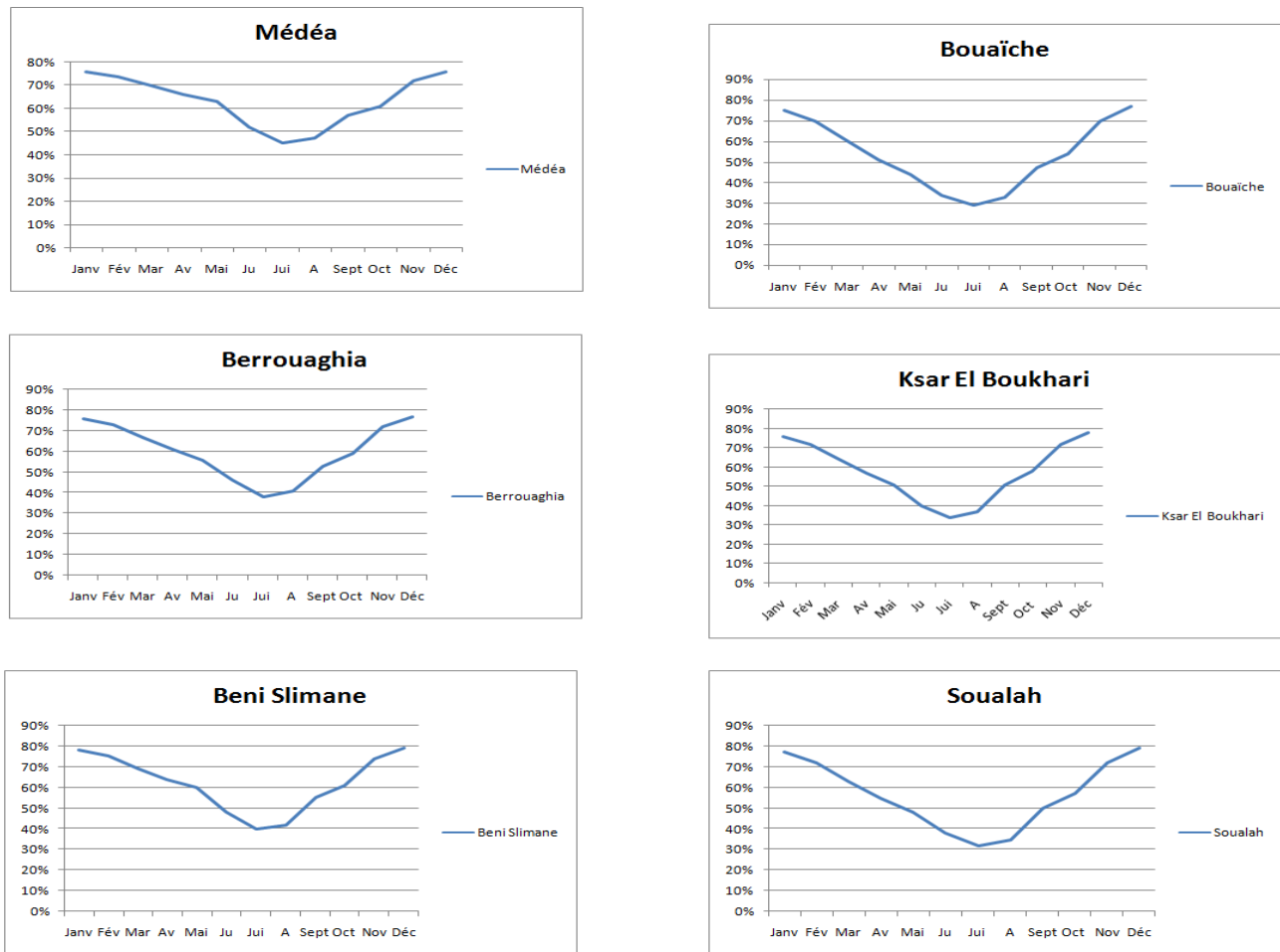


Fig. N°22: Humidité relative moyenne mensuelle

- **Climat gramme d'Emberger appliqué au niveau de région d'étude**

La formule est utilisée dans les études climatiques pour caractériser les types de climats, notamment dans les régions arides ou semi-arides en fonction des précipitations et des températures. La formule est une variation du quotient pluviothermique, similaire à d'autres méthodes comme celle d'Emberger (Steward, J. H., 1969)

Formule simplifiée de Steward :

$$Q_3 = 3.43 \times P / (M - m)$$

Définition des termes :

Q₃ : C'est un indice ou quotient pluviothermique qui permet de caractériser le climat d'une région.

P : Quantité moyenne annuelle des précipitations, en millimètres (mm).

M : Température moyenne du mois le plus chaud, exprimée en degrés Celsius (C°).

m : Température moyenne du mois le plus froid, exprimée en degrés Celsius (C°).

3,43 : Un facteur de pondération constant utilisé pour l'ajustement des unités et pour simplifier l'interprétation.

Tab. N° 05: Quotient pluviothermique d'Emberger et l'amplitude thermique moyenne

Communes	P (mm)	M (C°)	M (C°)	(M-m) (C°)	P*3,43	$Q_3 = \frac{P*3,43}{(M-m)}$
Berrouaghia	609	34,2	1,8	32,4	2 088,87	64,47
Beni Slimane	603	34,9	2,3	32,6	2 068,29	63,44
Médéa	545	32,1	1,7	30,4	1 869,35	61,49
Ksar El Boukhari	383	35,9	2,2	33,7	1 313,69	38,98
Soualah	323	37,1	2,2	34,9	1 107,89	31,74
Bouaïche	268	36,9	2,3	34,6	919,24	26,57

L'analyse et l'interprétation des résultats (Tableau n° 05 et figure n° 22) basés sur les valeurs du quotient pluviothermique Q_3 pour chaque commune est comme suit:

- Berrouaghia : présente un indice pluviothermique encore plus élevé ($Q_3 = 64,47$), a un climat semi-humide. Les précipitations sont plus importantes (609 mm), et malgré une amplitude thermique légèrement plus élevée (32,4 C°), cette région bénéficie également de conditions climatiques favorables pour l'agriculture. Le climat est plutôt stable et l'eau disponible en abondance.
- Beni Slimane : présente un climat similaire à Berrouaghia, avec un Q_3 élevé (**63,44**) indiquant des conditions semi-humides. Les précipitations abondantes, a un climat semi-humide. Les précipitations abondantes (603 mm) permettent un bon développement agricole, bien que l'amplitude thermique soit légèrement plus élevée (32,6 C°), ce qui pourrait introduire des périodes de stress thermique pour certaines cultures.
- Médéa : présente un indice pluviothermique élevé ($Q_3 = 61,49$), indiquant un climat relativement humide. Avec des précipitations moyennes annuelles de 545 mm et une amplitude thermique modérée de 30,40 C°, cela suggère des conditions favorables pour l'agriculture, où l'humidité est suffisante pour soutenir diverses cultures.
- Ksar El Boukhari : présente un climat semi-aride, mais avec un Q_3 de **38,98**, relativement meilleur que celui de Bouaïche. Les précipitations de 383 mm annuelles permettent une agriculture limitée, avec des cultures résistantes à la sécheresse ou nécessitant une gestion d'eau plus efficace. Toutefois, la forte amplitude thermique (33,7 K°) montre qu'il peut y avoir des périodes de stress pour les plantes, limitant les potentialités agricoles et ethnobotaniques par rapport aux zones avec un Q_3 plus élevé.
- Soualah : a un climat semi-aride, similaire à Ksar El Boukhari. Le Q_3 est de **32,30** indique des conditions sèches, avec des précipitations limitées et des variations thermiques importantes (34,3 C°). Les pratiques agricoles doivent y être adaptées à un manque d'eau, avec des cultures tolérantes à la sécheresse ou une gestion rigoureuse de l'irrigation.

- Bouaïche présente un Q_3 beaucoup plus faible que les autres régions, avec des précipitations annuelles très faibles (268 mm) et une amplitude thermique importante (34,6 C°). Cela indique un climat semi-aride à aride, où l'eau est une ressource rare et où les cultures nécessitent probablement une gestion intensive de l'irrigation. La sécheresse pourrait y être fréquente, limitant les options agricoles ainsi que la prolifération des plantes médicinales.

On conclut que :

- Médéa, Berrouaghia et Beni Slimane, bénéficient de climats semi-humides, avec des précipitations suffisantes et des amplitudes thermiques modérées. Elles sont bien adaptées à l'agriculture diversifiée, sans nécessiter de grandes interventions pour l'irrigation.
- Bouaïche, Ksar El Boukhari et Soualah, ont des climats semi-arides, avec des précipitations beaucoup plus faibles et des variations de température plus importantes. Les cultures dans ces zones sont limitées par la disponibilité en eau, nécessitant des stratégies de gestion hydrique et des cultures résistantes à la sécheresse.

Donc, les régions avec des Q_3 supérieurs à 60, comme Médéa, Berrouaghia, Beni Slimane, sont considérées comme semi-humides, tandis que celles ayant des Q_3 inférieurs à 40 (Bouaïche, Ksar El Boukhari et Soualah) sont semi-arides et plus difficiles pour l'agriculture.

Ces paramètres ont permis de localiser les six communes étudiées dans l'étage bioclimatique comme suit :

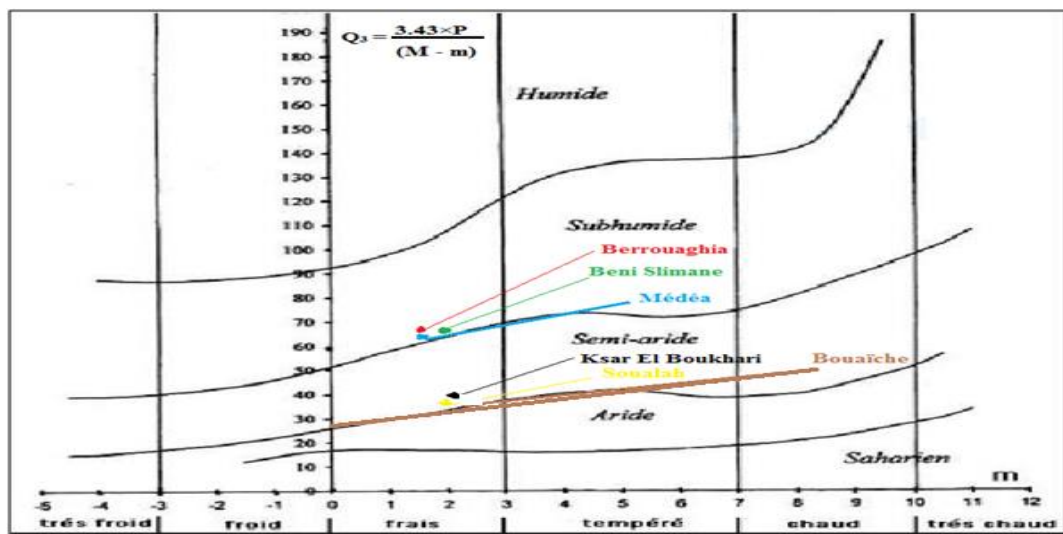


Fig. N°23: Le climagramme d'Emberger de la région étudiée



I. Matériels et méthodes

1. Introduction

Dans le but de recueillir autant d'informations sur les méthodes et utilisations thérapeutiques traditionnelles des plantes médicinales, nous avons réalisé une enquête ethnobotanique, par une série de déplacements sur terrain, auprès de la population des communes de Médéa dans divers quartiers (Tahtouh, centre ville...), Beni Slimane, Berrouaghia, Bouaïche, Ksar El Boukhari et Soualah.

Cette étude ethnobotanique a été menée afin de connaître :

- La Place de la médecine traditionnelle dans la région d'étude et quelle utilisation pour les plantes médicinales pour traiter les maladies ?
- Collecter le maximum d'information concernant l'usage thérapeutique traditionnel dans les communes étudiées.
- La fréquence d'utilisation des plantes médicinales par la population des communes étudiées.
- Les différentes parties utilisées dans cet usage thérapeutique et quelles sont les pathologies les plus traitées par ces plantes.
- La détermination des différentes étapes de cet usage.
- La détermination des autres usages de ces plantes à part la thérapie.

2. Matériels

- Questionnaire ethnobotanique.
- Appareil photo pour prise des photos des plantes.
- Sacs en papier ; pour mettre les échantillons.

Vu que notre travail est basé sur les PM, dont la cueillette est interdite pour les plantes protégées rares et rarissimes, aucun matériel d'échantillonnage n'a été pris (prises des photos uniquement).

3. Enquêtes ethnobotanique et collecte de données

Dans ce modeste travail, la fiche questionnaire ethnobotanique d'entretiens individuels présenté en langue nationale et française (Voir annexes n° : 04 et 05). Ce travail a permis d'interroger mille cinq cent (**1 500**) personnes (950 femmes et 550 hommes) de niveaux intellectuels différents et a duré presque douze (12) mois (février, avril, Mai, juillet, Octobre, Novembre et Décembre en 2023 et (janvier à Mai) en 2024 pendant lesquels nous avons réalisé des entretiens avec **30** herboristes et **1 470**

habitants, choisies au hasard, lors chaque entretien nous avons collecte des informations sur l'enquête et les PM utilisée pour traiter quelques maladies par celui-ci (figure n°25).

Ainsi, le profil de chaque enquête comprend : le sexe (femme ou homme) l'âge (moins de 20 ans, 21-30, 31-40, 41-50, 51-60 et plus de 60 ans) et le niveau d'étude (aucun niveau, primaire, moyen, secondaire et universitaire). Les données recueillies pour chaque plante comprennent le nom vernaculaire (nom commun), les usages, la partie utilisée et mode de préparation, l'identification taxonomiques des espèces a été réalisée ultérieurement à l'aide du littérateur et par comparaison avec les échantillons d'herbier.

Généralement, le temps de l'interrogatoire des enquêtés variait de 20 à 40 minutes.

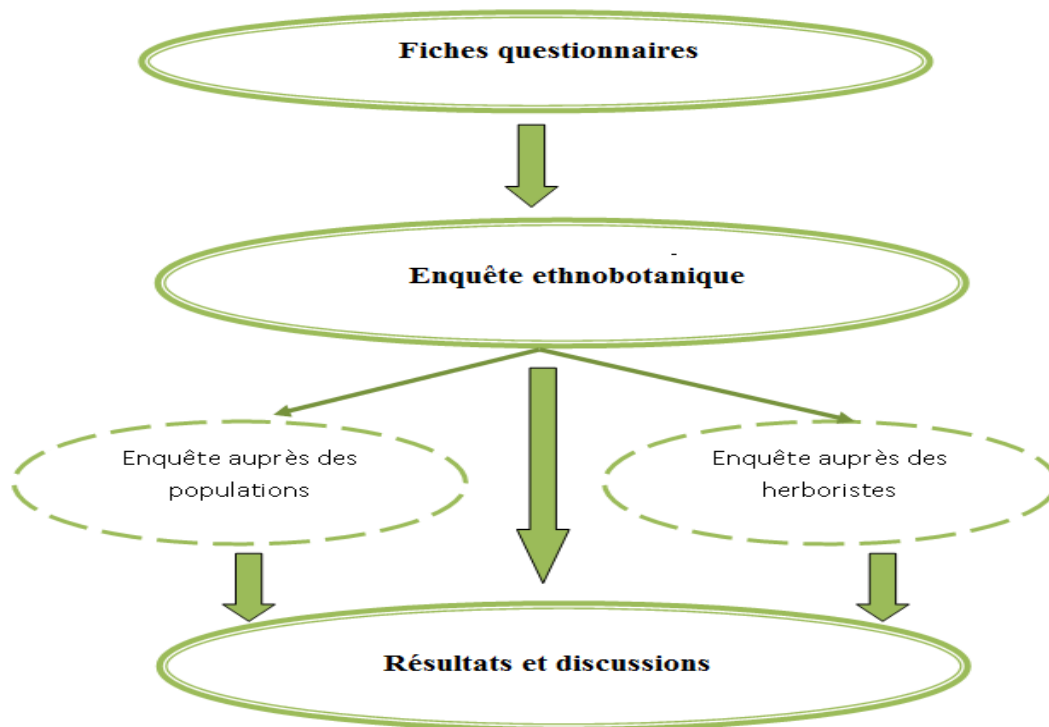


Fig. 24 : Démarche méthodologique dans l'étude ethnobotanique

II. Résultats et discussions

1. Profil de la personne enquêtée

1.1. Nombre des enquêtés

Tab. N° 06 : Répartition des enquêtés par rapport aux communes étudiées

Région	Nombre des enquêtés			Nombre d'espèces
	Herboristes	Citoyens	Total	
Médéa	8	242	250	42
Beni Slimane	5	245	250	47
Berrouaghia	4	246	250	42
Bouaïche	5	245	250	42
Ksar El Boukhari	6	244	250	37
Soualah	2	248	250	48
Total	30	1470	1 500	80

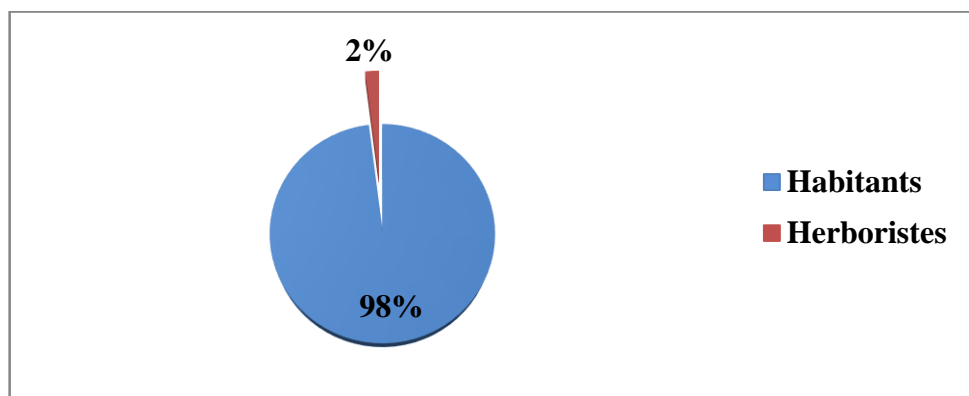


Fig. N° 25 : Répartition des enquêtés par rapport aux communes étudiées

Selon le Tableau 06 et Figure n°25, sur les 1 500 personnes interrogées, 30 sont des herboristes (2%) et 1 470 sont des citoyens (98%). Ce déséquilibre reflète que l'enquête a principalement ciblé la population générale, ce qui est représentatif d'une approche large pour comprendre l'usage des plantes dans la vie quotidienne. Bien que les herboristes représentent une minorité, leur contribution à la diversité des plantes identifiées pourrait être significative dans certaines régions comme Médéa (3%) et Ksar El Boukhari (2%). Cependant, dans d'autres régions comme Soualah (1%), la connaissance des citoyens semble être la principale source d'information ethnobotanique. Le fort pourcentage de citoyens interrogés (entre 97% et 99%) montre que la connaissance populaire des plantes médicinales est largement répandue et n'est pas seulement réservée aux spécialistes. Cela souligne l'importance des savoirs traditionnels dans la compréhension de la biodiversité végétale locale.

Les pourcentages révèlent que la majorité des informations recueillies provient des citoyens (98% en moyenne), ce qui reflète une bonne diffusion des connaissances ethnobotaniques au sein de la population générale. Malgré leur faible proportion, les herboristes jouent un rôle important dans certaines régions, mais leur absence ne semble pas limiter la diversité des plantes identifiées dans les régions où la population est bien informée (comme à Soualah).

Les régions avec une plus grande proportion d'herboristes, comme Médéa, ne montrent pas nécessairement une plus grande diversité végétale par rapport aux autres régions, suggérant que la connaissance ethnobotanique est également bien ancrée chez les citoyens ordinaires.

On distingue les résultats ci-dessous, pour chaque commune:

- 1) **Médéa** : 8 herboristes (3%) et 242 citoyens (97%) ont été interrogés, Le pourcentage relativement plus élevé d'herboristes (3%) par rapport aux autres régions peut refléter une plus grande disponibilité d'experts en plantes médicinales dans cette région. Le nombre d'espèces identifiées (42) est cependant similaire à celui de régions avec moins d'herboristes, comme Bouaïche ou Berrouaghia.
- 2) **Beni Slimane** : 5 herboristes (2%) et 245 citoyens (98%) ont été interrogés, bien que Beni Slimane ait un pourcentage faible d'herboristes, cette région a identifié un nombre relativement élevé d'espèces végétales (47). Cela pourrait indiquer une bonne connaissance des plantes médicinales parmi la population générale, ou des conditions environnementales favorables à la biodiversité.
- 3) **Berrouaghia** : 4 herboristes (2%) et 246 citoyens (98%), le nombre d'espèces identifiées (42) est similaire à celui de Médéa et Bouaïche. Le faible pourcentage d'herboristes (2%) n'a pas affecté la diversité des plantes identifiées, ce qui montre que les citoyens ont également une connaissance pratique des plantes médicinales.
- 4) **Bouaïche** : 5 herboristes (2%) et 245 citoyens (98%), la région de Bouaïche présente des caractéristiques similaires à Berrouaghia, avec le même pourcentage d'herboristes et un nombre d'espèces identifiées (42). Cela suggère que la connaissance des plantes dans cette région est probablement bien partagée entre herboristes et citoyens.
- 5) **Ksar El Boukhari** : 6 herboristes (2%) et 244 citoyens (98%), bien que cette région compte un nombre relativement plus élevé d'herboristes (6), elle a identifié le plus faible nombre d'espèces (37). Cela pourrait être lié à des conditions environnementales moins favorables ou à une biodiversité végétale moindre.

- 6) **Soualah** : 2 herboristes (1%) et 248 citoyens (99%), malgré le pourcentage très faible d'herboristes (1%), Soualah a identifié le plus grand nombre d'espèces (48). Cela montre que dans cette région, les citoyens possèdent un riche savoir ethnobotanique, ce qui compense le faible nombre de spécialistes.

1.2. Utilisation des PM selon le sexe

Tab. N° 07 : Répartition des enquêtés selon le sexe

Région	Femmes	Hommes
Médéa	166	84
Beni Slimane	150	100
Berrouaghia	155	95
Bouaïche	165	85
Ksar Boukhari	182	68
Soualah	132	118
Total	950	550

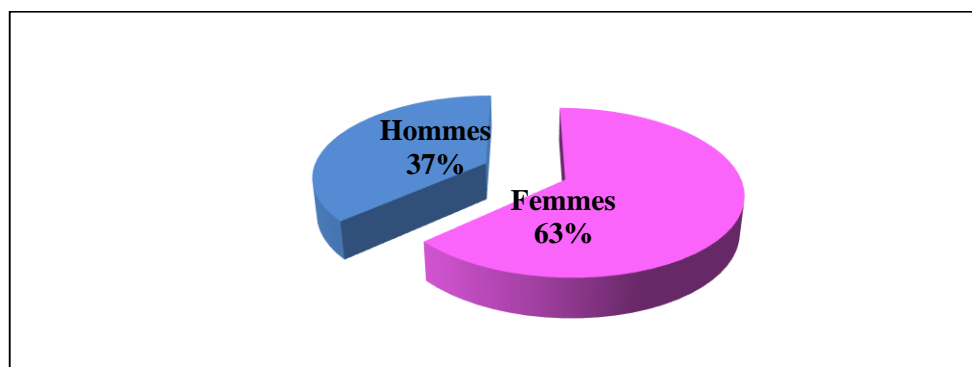


Fig. N° 26 : Taux d'utilisation des PM selon le sexe.

Dans la zone d'étude, les hommes comme les femmes sont intéressés par l'utilisation des PM (Tableau n°07). Cependant, les femmes connaissent légèrement mieux les espèces médicales (Figure26) que les hommes (63%contre37%).

Ces résultats confirment les conclusions d'autres études ethnobotaniques au niveau national, qui montraient que les femmes ont des connaissances plus traditionnelles en phytothérapie. Dans cette enquête, les femmes et les hommes sont responsables à parts égales de la collecte des PM, et les femmes sont responsables du séchage, du stockage et de la préparation des recettes pour les soins familiaux. Les hommes se voient confier la tâche de récolter les plantes dans des zones classées comme dangereuses. Cela signifie que même si la participation des femmes est devenue de plus en plus visible ces dernières années avec la création d'associations et de pharmacies spécialisées dans les

plantes médicinales, la vente des PM et de PM reste largement un domaine masculin (Bouziiane Zahira, 2017).

Les résultats obtenus par Mehdioui et Kahouadji, (2007) dans la province d'Essaouira (Maroc), Benkhniq *et al.*, (2011) dans la région de Mechraâ Bel Ksiri (Maroc), El Hafian *et al.*, (2014) au niveau de la préfecture d'Agadir- Ida- Outanane (Maroc), montrent que les femmes sont plus détentrices du savoir phytothérapeutique traditionnel que les hommes. Ainsi, Aribi, (2013) trouve aussi dans une étude ethnobotanique des PM dans la région de Jijel. En fin BenaliaYabrir, Brahim Guit, Sellaf Houari, Hajer Tenoum, Mostefa Touati, Benzian Adli, Elhadi Bezini & M'hamed Khader (2019) trouvent aussi dans l'Ethnobotanique de la flore spontanée médicinale d'un milieu extrême (rocher de sel) de la région de Djelfa que ce sont les femmes (68%) qui ont plus de connaissance et plus utilisées aux PM par rapport aux hommes (32%).

1.3. Utilisation des PM selon l'âge

L'interprétation des résultats indique que l'utilisation des PM (tableau 08 et figure 27) dans la zone d'étude répondue chez toutes les tranches d'âge dont on note :

- Une prédominance (35 %) chez les personnes âgées de 31- 50 ans qui ont des connaissances en PM par rapport aux autres classes d'âge.
- Un taux de 10% pour la tranche d'âge de moins de 30 ans, on note qu'il ne représente pas un grand intérêt thérapeutique. Cela peut s'expliquer par l'incertitude de certaines personnes, notamment les jeunes, qui ont tendance à ne plus croire en cette médecine traditionnelle.

Un taux de 55% pour la tranche d'âge de plus de 50 ans ; Cela peut s'expliquer par l'expérience acquise avec l'âge constitue la principale source d'information sur l'utilisation des plantes en médecine traditionnelle au niveau local.

Tab. N° 08 : Répartition des enquêtés selon l'âge

Age	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
<à 20 ans	32	8	8	19	14	6	87
21-30 ans	11	6	6	15	17	13	68
31-40 ans	79	29	29	41	34	65	277
41-50 ans	49	35	35	54	63	5	241
51-60 ans	34	45	46	37	26	55	243
> 60 ans	45	127	126	84	96	106	584
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

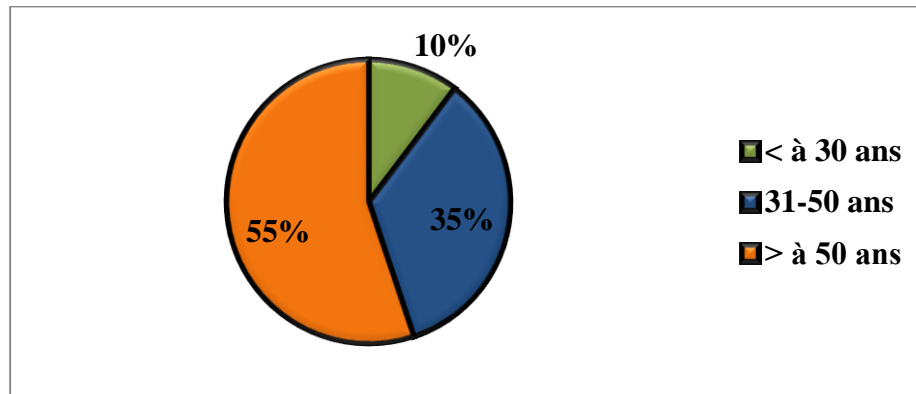


Fig. N° 27 : Taux d'utilisation des PM selon différents âge.

Ces valeurs confirment les résultats obtenus dans d'autres travaux sur l'utilisation des plantes médicinales ; Mehdioui et Kahouadji, (2007), Salhi *et al.*, (2010), Benkhniqne *et al.*, (2011) , Azzi, (2013), Benlamdini *et al.*, (2014), Aribi, (2013), El Hafian *et al.*, (2014), Bouallala *et al.*, (2014), qui montrent effectivement que les personnes âgées connaissent bien la phytothérapie traditionnelle par rapport aux autres classes d'âges, de même, le manque d'intérêt pour la phytothérapie chez les personnes de tranche d'âge de 21 à 30 ans s'explique par la méfiance particulièrement des jeunes qui ont tendance à ne plus trop croire en cette médecine traditionnelle.

1.4. Utilisation des PM selon le niveau d'instruction

Selon tableau 12 et Figure 28, on remarque que sur la totalité des usagers de la médecine traditionnelle, les personnes ayant un niveau d'étude secondaire dominant avec un taux de 36 %, puis les personnes à un niveau universitaires 21 %. Ainsi que les individus n'ayant aucun niveau d'étude avec un taux de 19 % et ayant un niveau d'étude moyen avec un taux de 14% et ayant un niveau primaire avec un taux de 10 %.

En concluant que la majorité des usagers des PM sont des personnes ayant de niveau d'étude secondaire.

Selon le tableau 09 et Figure 28 ci-dessous, on remarque que sur la totalité des usagers de la médecine traditionnelle, les personnes ayant un niveau d'étude secondaire dominant avec un taux de 36 %, puis les personnes à un niveau universitaires 21 %. Ainsi que les individus n'ayant aucun niveau d'étude avec un taux de 19 % et ayant un niveau d'étude moyen avec un taux de 14% et ayant un niveau primaire avec un taux de 10 %.En concluant que la majorité des usagers des PM sont des

personnes ayant de niveau d'étude secondaire.

On peut traduire que nos résultats ont une relation directe avec la faible scolarisation et le niveau d'étude limité de la population locale (aucun niveau, primaire et moyen) est non négligeable, il est de 43% en totalité et toujours élevés dans les régions rurales algériennes, une vérité que tout le monde la connaît.

Tab. N° 09 : Répartition des enquêtés selon niveau d'instruction

Niveau d'instruction	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Utilisation des PM	%
Aucun niveau	7	99	98	38	35	11	288	19%
Primaire	29	24	24	37	34	6	154	10%
Moyen	24	26	26	31	17	81	205	14%
Secondaire	116	60	61	73	86	141	537	36%
Universitaire	74	41	41	71	78	11	316	21%
Total	250	250	250	250	250	250	1 500	100%

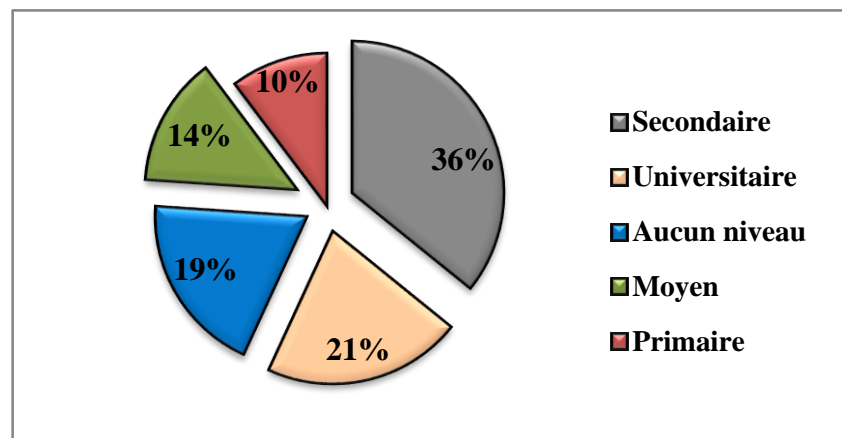


Fig. N°28 : Taux d'utilisation des PM selon niveau d'instruction.

D'après Mehdioui et Kahouadji, (2007) (Maroc), les PM peuvent être dangereuses lorsqu'elles sont utilisées inconsciemment, et cela s'affirme chez certaines personnes analphabètes qui utilisent les PM par une manière irrationnelle, autres analphabètes ne peuvent pas comprendre précisément les consignes verbales transmises par les herboristes et guérisseurs. Ce taux d'analphabétisme clairement élevé chez les utilisateurs des PM constitue un vrai obstacle au développement local. Les résultats obtenus par Fah *et al.*, (2013) au niveau de Cotonou et Abomey-Calavi (Bénin), Lahsissene *et al.*, (2009) dans la région de Zaër (Maroc occidental), prouvent que le savoir populaire est détenu actuellement par peu de personnes, parmi lesquelles on trouve un taux d'analphabétisme élevé. Benlamdini *et al.*, (2014) dans une étude au niveau de Haut Atlas oriental (Haute Moulouya, Maroc)

trouvent que 41% des personnes utilisent les PM sont analphabète, 26% ont un niveau primaire, 24% ont un niveau secondaire et 9% sont universitaires. De même, Orch *et al.*, (2015) dans une étude ethnobotanique des PM utilisées dans la région d'Izarène (Nord du Maroc), trouvent que 75 % des personnes enquêtées étaient analphabètes ou avaient un niveau scolaire primaire. Aribi, (2013) trouve que dans la région de Jijel que la majorité des usagers des PM sont analphabètes (52%).

1.5. Utilisation des PM

Selon le tableau 10 et la Figure 29 ci-dessous, la majorité des enquêtés utilisent les PM avec un taux de 97 % et 3% seulement ne les utilisent pas.

L'usage des plantes en médecine est très ancien. On a même découvert que les animaux sauvages utilisent instinctivement certaines plantes pour se soigner.

Aujourd'hui, pour que la médecine traditionnelle puisse porter ses fruits à une large échelle, et de manière encore plus efficace, il lui faut rencontrer la médecine dite « moderne » (Wren *et al.*, 2007).

Tab. N° 10 : Répartition des enquêtés selon l'utilisation des PM

Choix d'utilisation des PM	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total	%
Oui	241	245	240	236	244	242	1448	97%
Non	9	5	10	14	6	8	52	3%
Total	250	250	250	250	250	250	1 500	100%

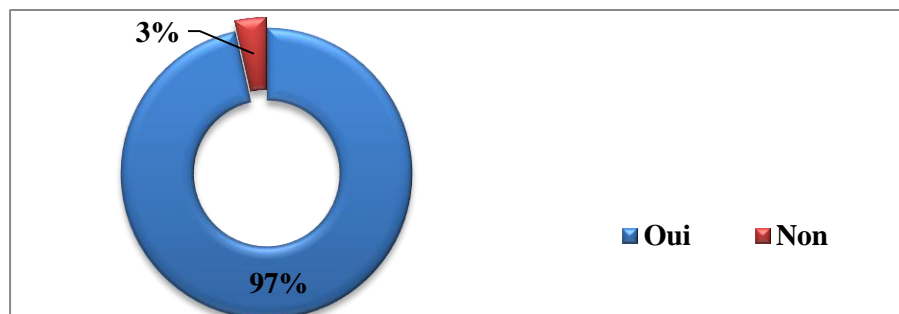


Fig. N°29 : fréquence des enquêtés selon l'utilisation des PM

Les herbes ont été utilisées dans plusieurs domaines y compris la médecine, la nutrition, l'assaisonnement, la teinture, les cosmétiques, ainsi que dans d'autres domaines d'industrie (Djeridane *et al.*, 2006).

1.6. Résultats obtenus à la suite du traitement par les PM

Quatre vingt treize pour-cent des gens de la zone d'étude juge que les PM permettent une guérison totale des maladies traitées contre 7% qui estiment que les PM permettent seulement un soulagement temporaire et une amélioration de l'état de santé (tableau 11 et figure 30).

Tab. N° 11 : Résultats obtenus à la suite du traitement par les PM

Résultats obtenus à la suite du traitement	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total	%
Positif	239	241	234	224	232	232	1 402	93%
Négatif	6	4	10	16	8	12	56	4%
Négatif; Positif	5	5	6	10	10	6	42	3%
Total	250	250	250	250	250	250	1 500	100%

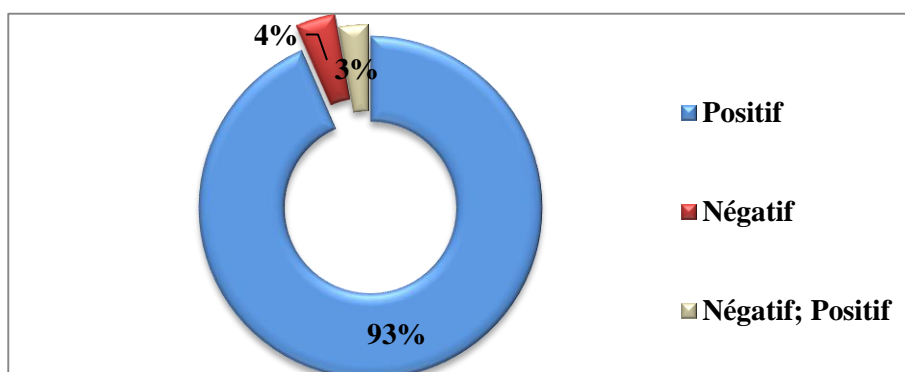


Fig. N°30 : Fréquence d'utilisation obtenue à la suite du traitement par les PM.

1.7. Utilisation des PM selon l'origine de l'information

Selon le tableau 12, la majorité des informations des enquêtés a pour origine l'expérience et héritage ancestral (grand-père, grande mère, père, mère, cousins et autres membres de famille), avec un taux de 63 %, dont 41% héritage et 22% expérience, ce qui indique que la population connaît les vertus thérapeutiques des plantes de façon traditionnelle et empirique.

Aussi, 37% obtiennent leurs informations de la recherche, formation académique, pharmacien et les conseils des herboristes 15% a pour origine recherche, 9% Herboristes et formation académique,

tandis que seulement 4% leur information a pour origine des pharmaciens (Figure 31). Ce qui explique le manque d'information.

Chez les herboristes concernant les effets indésirables et la toxicité potentielle des plantes d'où la nécessité de tenir compte de l'usage de ces plantes.

Tab. N° 12 : Répartition des enquêtés selon l'origine de l'information

Origine de l'information	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total	%
Expérience	66	59	60	73	65	12	335	22%
Formation académique	16	24	24	29	41	2	136	9%
Herboristes	20	5	4	9	14	57	109	7%
Héritage	60	134	135	82	41	158	610	41%
Métier Herboriste	8	5	4	5	6	2	30	2%
Pharmacien	32	5	4	5	6	10	62	4%
Recherche	48	18	19	47	77	9	218	15%
Total	250	250	250	250	250	250	1 500	100%

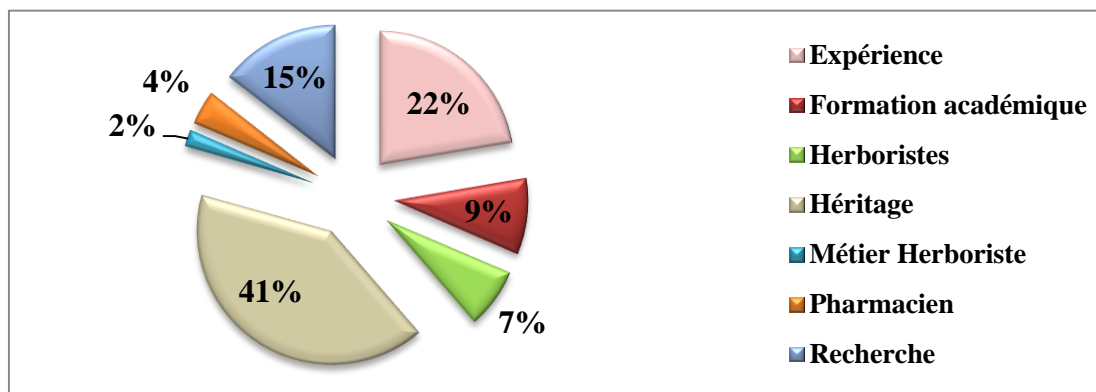


Fig. N°31 : Taux d'utilisation des PM selon l'origine de l'information.

Ces résultats rejoignent ceux de Benkhniue *et al.*, (2011) dans la région de Mechraâ Bel Ksiri (Région du Gharb du Maroc) qui indiquent que 63,53% de la population se référant aux expériences des autres, 12,7% se référant aux herboristes et 23,77% des personnes se référant à eux-mêmes pour l'utilisation des PM. El Yahyaoui *et al.*, (2015) dans une étude au niveau de la province de Laayoune (capitale du Sahara Marocain) trouvent que la plus grande partie des informations recueillies concernant l'utilisation thérapeutique des PM sont originaires des herboristes, avec un pourcentage de 54%. Les expériences transmises par d'autres personnes sont classées comme deuxième source

d'information (33%). La catégorie des guérisseurs vient en dernière position avec un pourcentage de 13%.

1.8. Choix entre les PM et la médecine moderne

Tab. N° 13 : Répartition des enquêtés selon le traitement préféré

Traitement préféré	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
La médecine moderne	46	42	38	35	31	50	242
Les plantes médicinales	35	26	22	22	28	20	153
Traitement mixte	169	182	190	193	191	180	1105
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

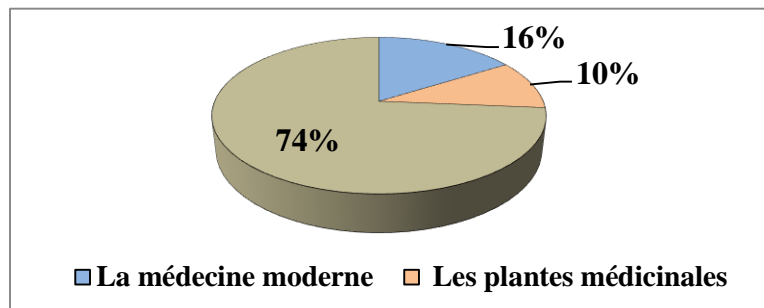


Fig. N°32 : Choix entre la médecine thérapeutiques (les PM) et la médecine moderne.

Concernant le choix du traitement entre la médecine thérapeutiques (les PM) et la médecine moderne, 74 % des personnes ont eu recours à un traitement mixte (en utilisant les PM et la médecine moderne en même temps), 16 % ont utilisé la médecine moderne et 10 % ont utilisé les PM (tableau 13 et Figure 32). La toxicité de certaines plantes rend la population très méfiante vis-à-vis de ces plantes.

Le résultat obtenu est presque similaire aux résultats obtenus par d'autres études ethnobotaniques au Maroc et en Tunisie. Pour El Hafian *et al.*, (2014) la population locale dans certains pays d'Afrique du Nord, utilisait la médecine traditionnelle seule ou les deux médecines à la fois (traditionnelle et moderne) avec un pourcentage de 92% pour les deux médecines ensemble (traditionnelle et moderne), contre 8% de la médecine moderne seule.

Le choix de la phytothérapie par la population locale est relié le plus souvent à l'enclavement des zones rurales, inexistence ou état rudimentaire des infrastructures sanitaires, coût élevé des produits pharmaceutiques et faible revenus (Guedje *et al.*, 2010).

Le résultat obtenu est complètement différent aux résultats obtenus par d'autres études ethnobotaniques. La raison primordiale pour laquelle les gens préfèrent le traitement traditionnel est due à son efficacité observée contre la douleur (55%), cela coïncide avec les résultats obtenus par Hmamouchi *et al.*, (2012) (Maroc), qui montrent que 62% des gens voient que la médecine traditionnelle est plus efficace contre la douleur. 21% d'autres enquêtés préfèrent le traitement traditionnel à cause de son acquisition facile, 15,67% le préfèrent parce qu'il est économique. Alors que 8,33% des personnes trouvent que les médicaments sont inefficaces et plus nocifs qu'utiles. Certains enquêtés préfèrent la médecine moderne pour plusieurs raisons. Pour son efficacité (74,67%) et 20,33% parce qu'elle est plus précise.

1.9. Répartition des plantes par espèce, par famille et par genre

Le tableau 14, ci-dessus, a permis de faire ressortir 40 familles différentes, dont les plus représentées les Lamiacées avec un taux de 12,13%, Astéracées avec un taux de 10,73%, Apiacées avec un taux de 10,53%, Fabacées et Brassicacées...etc. Cela reflète la domestication, la maîtrise et valorisation de la quasi-totalité de la flore médicinale de la région étudiée par la population locale.

Tab. N° 14 : Répartition des plantes par famille

Famille	Nombre enquêtés	%	Famille	Nombre enquêtés	%
Lamiacées	182	12,13%	Rubiacées	23	1,53%
Astéracées	161	10,73%	Rutacées	23	1,53%
Apiacées	158	10,53%	Ericacées	20	1,33%
Fabacées	78	5,20%	Cupressacées	19	1,27%
Brassicacées	76	5,07%	Illicacées	16	1,07%
Lauracées	62	4,13%	Verbenacées	16	1,07%
Caryophyllacées	59	3,93%	Euphorbiacées	15	1,00%
Rhamnacées	49	3,27%	Anacardiées	13	0,87%
Chenopodiées	42	2,80%	Oleacées	13	0,87%
Cucurbitacées	42	2,80%	Punicacées	13	0,87%
Liliacées	40	2,67%	Myrtacées	10	0,67%
Pédaliacées	38	2,53%	Zingiberacées	8	0,53%
Rosacées	38	2,53%	Gentianacées	7	0,47%
Urticacées	38	2,53%	Globulariacées	7	0,47%
Scrophulariacées	33	2,20%	Tiliacées	7	0,47%
Areacées (Palmacées)	31	2,07%	Papaveracées	6	0,40%
Berbridacées	30	2,00%	Zygophyllacées	5	0,33%
Malvacées	30	2,00%	Cactacées	4	0,27%
Linacées	29	1,93%	Moringacées	4	0,27%
Poacées	28	1,87%	Total	1 500	85%
Ulmacées	27	1,80%			

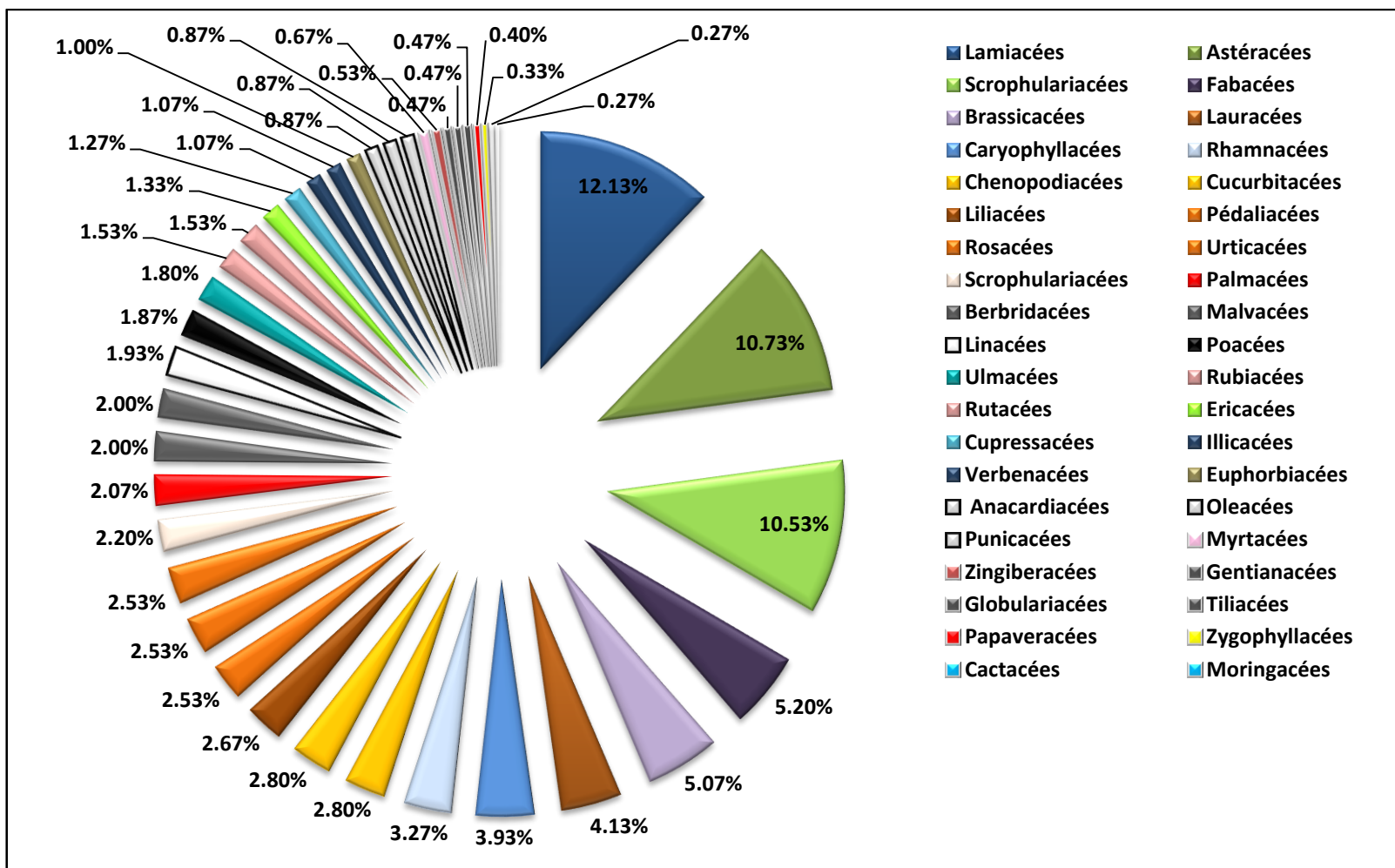


Fig. N°33 : Fréquence d'utilisation des plantes par famille.

A partir des résultats de l'enquête ethnobotanique réalisé dans la région d'étude nous ont permis de dresser une liste de 80 espèces de plantes médicinales recensées appartiennent à 40 familles et 74 genres, d'après les tableaux n°14 et 15 et les Figure 33 et 34, nous notons la prédominance des Lamiacées (12,13%) de 9 espèces, Astéracées (10,73%) de 7 espèces, Apiacées (10,53%) de 9 espèces, Fabacées (5,20%) de 2 espèce et Brassicacées (5,07%) de 3 espèces, aussi, Urticacées 2,53% d'une seule espèce Cupressacées de 2 espèces et Verbénacées d'une seule espèce avec un même pourcentage de 5% pour chaque famille, suivies de Anacardiées (4%) d'une seule espèce, puis de Oléacées d'une seule espèce, Myrtacées de 2 espèces et Rutacées de 2 espèces avec un même pourcentage de 3% pour chaque famille. Le reste des familles sont représentées par un nombre allant de 1 à 2 espèces avec un taux de 0,3 % à 2%.

La dominance de la famille des Lamiacées, Fabacées, Cucurbitacées, Astéracées, Apiacées, Cupressacées et Verbénacées, s'explique par les facteurs écologiques qui favorisent le développement et adaptation de la majorité d'espèces dans la zone d'étudiée.

Ces résultats confirment les études précédentes de Daoudi *et al.*, (2015) au moyen Atlas central (Maroc) qui ont recensé 125 PM réparties en 50 familles dont les familles les plus représentées sont : Astéracées (19 plantes), Lamiacées (17 plantes), Ombellifères (11 plantes). El-Rhaffari et Zaid (2002), dans une enquête sur la pratique de phytothérapie dans le Sud-est du Maroc (Tafilalet), ont signalé 215 espèces appartiennent à 46 familles. Les familles les plus employées par la population sont : les Astéracées (25 espèces), Fabacées et Poacées (15 espèces), Lamiacées (14 espèces). Dans une étude ethnobotanique des PM dans la région de Djijel, Aribi, (2013) a inventorié 41 espèces médicinales appartenant à 23 familles.

Tab. N° 15 : Répartition des plantes par espèces, par famille et par genre

Nom Commun	Non Scientifique	Autres noms de la plante	Nom de la plante en arabe	Famille	Genre	Total	%
Thym commun	<i>Thymus vulgaris</i>	Thym sauvage, Thym des jardins, pote, farigoule, mignotise des Genevois	الزعتر، الزعتر البري	Lamiacées	Thymus	74	4,93%
Jujubier lotus	<i>Ziziphus Lotus</i>	Jujubier Berbère, Jujubier sauvage	السدر	Rhamnacées	Ziziphus	43	2,87%
Bettrave	<i>Beta vulgaris subsp. Vulgaris</i>	Betterave commune	شمندر	Chenopodiacees	Beta	42	2,80%
Réglisse glabre	<i>Glycyrrhizaglabra</i>	Réglisse, Sucre noir	عرق السوس، العزقسوس، السوس	Fabacées	Glycyrrhiza	39	2,60%
Fenugrec	<i>Trigonellafenumgraecum. L</i>	Trigonelle, sénégrain	الحلبة	Fabacées	Trigonella	39	2,60%
Sésame	<i>Sesamumindicum</i>	Sésame commun	السمسم، جلجلان	Pédaliacées	Sesamum	38	2,53%
Ortie douteuse	<i>Urticamembranacea</i>	Ortie à membranes	القراص، الحرايق	Urticacées	Urtica	38	2,53%
Bunium	<i>Buniumincrassatum</i>	gland de terre, Châtaigne de terre	تالغودة	Apiacées	Bunium	35	2,33%
Absinthe	<i>Artemisia absinthium</i>	Armoise suisse	شجرة مريم، الشبية	Astéracées	Artemisia	34	2,27%
Laurier noble	<i>Laurusnobilis</i>	Laurier, Laurier sauce, Laurier vrai	الرندي، ورق الغار، وق موسى	Lauracées	Laurus	34	2,27%
Oignon	<i>Allium cepa L.</i>	Echalote	البصل	Liliacées	Allium	33	2,20%
Armoise champêtre	<i>Artemisia campestris L.</i>	Armoise rouge	تقفنت	Astéracées	Artemisia	31	2,07%
Dattier	<i>Phoenix dactylifera L.</i>	Palmier dattier	التمر	Arecacées (Palmacées)	Phoenix	31	2,07%
Epine vinette	<i>Berberishispanica</i>	Berbéris vulgaire, oseille des bois	الغريس، عود غريس، أغريس، البرباريس	Berberidacées	Berberis	30	2,00%

Mauve sylvestre	<i>Malvasylvastris L.</i>	Grande Mauve, Mauve des bois	الخباز، الخبيزة	Malvacées	Malva	30	2,00%
Lin cultivé	<i>Linumusatissimum L.</i>	Graine de lin	بذور الكتان، زريعة الكتان	Linacées	Linum	29	1,93%
Camomille	<i>Matricariachamomilla</i>	Matricaire camomille, Camomille sauvage, Petite camomille, Camomille ordinaire, Camomille noble	البابونج	Astéracées	Matricaria	28	1,87%
Cannelle	<i>Cinnamomumzeylancium</i>	Cannelier	القرفة	Lauracées	Cinnamomum	28	1,87%
Cresson alénois	<i>Lepidiumsativum. L.</i>	Cresson, Alliaire	حب الرشاد، الحرف	Brassicacées	Lepidium	27	1,80%
Orme champetre	<i>Ulmuscampestris</i>	Petit orme (Ulmus minor)	النشم	Ulmacées	Ulmus	27	1,80%
Telephium d'imperato	<i>Telephiumimperati L.</i>	Téléphium	سرغينة، تسرعينة، بخور الأمازيغي، يقطوم شائع	Caryophyllacées	Telephium	27	1,80%
Cresson officinal	<i>Nasturtium officinale</i>	Cresson de fontaine, Cresson d'eau	الجرجير	Brassicacées	Nasturtium	25	1,67%
Ivette musquée	<i>Ajuga iva L.</i>	Germandrée musquée	شندقورة	Lamiacées	Ajuga	24	1,60%
Chou	<i>Brassicaoleacera</i>	Chou cabus, chou blanc	الملفوف، الكرنب، الكرم	Brassicacées	Brassica	24	1,60%
Bryone dioïque	<i>Bryoniadioica Jacq.</i>	Berostom, Navet du diable, Racines-vierge, raisin-du-diable, Rave-de-serpent	عروق الجان، برسطم (برستم)	Cucurbitacées	Bryonia	23	1,53%
Thapsia vrai	<i>Thapsia garganica</i>	Père de la santé, Turbith bâtard, Faux fenouil, Thapsie	بونافع، الدرياس، ثافسيا	Apiacées	Thapsia	23	1,53%
Garance	<i>Rubiaperegrina</i>	Garance voyageuse	الفوة	Rubiacées	Rubia	23	1,53%
Pêcher commun	<i>Prunus persica L.</i>	Pêcher, Pêcher rose	الخوخ	Rosacées	Prunus	22	1,47%
Silène commun	<i>Silene vulgaris</i>	Silène enflé, Claquet	تبيغيت، سطورنيون، القولية، تاغيشت	Caryophyllacées	Silene	21	1,40%

Persil	<i>Petroselinum crispum</i>	Persil commun	البقدونس، المعدنوس	Apiacées	Petroselinum	21	1,40%
Pyrèthre d'Afrique	<i>Anacyclus pyrethrum</i>	Camomille pyrèthre	عافر قرحاء، قنطس، تيقنطس	Astéracées	Anacyclus	20	1,33%
Arbousier commun	<i>Arbutus unedo</i>	Arbousier	النج	Ericacées	Arbutus	20	1,33%
Alfa	<i>Stipa tenacissima</i>	L'esparto	الحلفاء	Poacées	Stipa	20	1,33%
Armoise blanche	<i>Artemisia herba-alba</i>	Chih, Thym des steppes, Absinthe, Izri ou Izerg	الشيح	Astéracées	Artemisia	18	1,20%
Celeri	<i>Apium graveolens L.</i>	Pascal	الكرفس	Apiacées	Apium	18	1,20%
Scorsonère en lanières	<i>Scorzonerolaciniata L.</i>	Podosperme en lanières	تالمة، تالمة رقيقة، سلسفي المفتوق الأوراق	Astéracées	Scorzonerolaciniata	18	1,20%
Menthe verte	<i>Mentha spicata</i>	Menthe en épi, Mentha viridis auct.	النعناع الأخضر، تيمورسات	Lamiacées	Mentha	17	1,13%
Hélosciadie	<i>Apium nodiflorum</i>	Hélosciadie (Helosciadium nodiflorum L.), Faux Cresson, Zayata	الزياتة، كرفس الحرامي	Apiacées	Apium	17	1,13%
Molène sinuée	<i>Verbascum sinuatum L.</i>	Molène à Feuilles sinuées	بوصير، مصلح لنظار، مصلح لمدار، لبيدة، بزير، بوصير دائري الأوراق	Scrophulariacées	Verbascum	17	1,13%
Germandrée polium	<i>Teucrium polium</i>	Germandrée tomenteuse	الجعدة، خياطة الجراح	Lamiacées	Teucrium	17	1,13%
Verveine officinale	<i>Verbena officinalis L.</i>	Verveine, Verveine sauvage	تيزانة، لويزة	Verbenacées	Verbena	16	1,07%
Anis étoilé	<i>Silicium verum</i>	Badiane de Chine	نجمة الأرض، اليانسون النجمي	Illicacées	Silicium	16	1,07%
Scrofulaire des chiens	<i>Scrophularia canina</i>	Scrofulaire	العُذْب، عُذْب الكلب، فوزية	Scrophulariacées	Scrophularia	16	1,07%
Fenouil	<i>Foeniculum vulgare</i>	Fenouil commun	البسباس (الشمر)	Apiacées	Foeniculum	15	1,00%

Ricin commun	<i>Ricinuscommunis</i>	Ricin	الخروع	Euphorbiacées	Ricinus	15	1,00%
Lavande	<i>Lavandulastoechas</i>	Lavande stéchade, Lavande à toupet, Lavande maritime	الخزامى، الحلال	Lamiacées	Lavandula	13	0,87%
Pistachier lentisque	<i>Pistacialentiscus L.</i>	Arbre au mastic	الضرو	Anacardiacees	Pistacia	13	0,87%
Olivier	<i>Olea europae</i>	Arbre emblématique du bassin méditerranéen	الزيتون	Oleacées	Olea	13	0,87%
Grenadier	<i>Punicagranatum</i>	Grenadier commun	الرمان	Punicacées	Punica	13	0,87%
Thym serpolet	<i>Thymus satureioides</i>	Thym à Feuilles de sarriette., azoukénit (en Berbère)	زعيرة	Lamiacées	Thymus	12	0,80%
Ammi	<i>Ammoidesverticillata</i>	Faux ammi fluet	الخلّة، النوخة، النونخة	Apiacées	Ammoides	12	0,80%
Inule Visqueuse	<i>Inulaviscosa</i>	Nasque	مقرمان،مكرمان، الطيون	Astéracées	Inula	12	0,80%
Pommier commun	<i>Malus domestica Borkh</i>	Pommier	التفاح	Rosacées	Malus	12	0,80%
Marjolaine	<i>Origanummajorana</i>	Origan des jardins	البردقوش، المرّدقوش	Lamiacées	Origanum	11	0,73%
Citrouille	<i>Cucurbitapepo L.</i>	Courge pepo	اليقطين	Cucurbitacées	Cucurbita	11	0,73%
Paronyque argenté	<i>Paronychiaargentea.L</i>	Thé Algérien, Thé arabe, Herbe-aupanaris	فتات الحجر	Caryophyllacées	Paronychia	11	0,73%
Cumin	<i>Cuminumcuminum L.</i>	Cumin blanc, sillon	الكمون	Apiacées	Cuminum	10	0,67%
Genévrier oxycède	<i>Juniperusoxycedrus L.</i>	La cade, genévrier cade, Araar,	عرعر	Cupressacées	Juniperus	10	0,67%
Citronnier	<i>Citrus limon</i>	Limonier	الليمون	Rutacées	Citrus	9	0,60%

Biota d'Orient	<i>Biota Orientalis</i>	Platycladusorientalis; Thuya de Chine, Thuya d'Orient, Biota ou Arbre de Vie	العصف الشريقي ، شجرة الحياة أو الثويا الشرقية	Cupressacées	Biota	9	0,60%
Oranger commun	<i>Citrus sinensis</i>	Oranger, Oranger doux	البرتقال	Rutacées	Citrus	9	0,60%
Blé dur	<i>Triticumturgidum L.</i>	Blé	القمح، القمح الصلب	Poacées	Triticum	8	0,53%
Gingembre	<i>Zingiber officinale</i>	Gingembre officinal	زنجبيل	Zingiberacées	Zingiber	8	0,53%
Cornichon d'âne	<i>Ecballium elaterium L.</i>	Concombre explosif, Concombre d'âne, cornichon sauteur	قتاء الحمار (فصوص الحمير)	Cucurbitacées	Ecballium	8	0,53%
Sauge officinale	<i>Salvia officinalis L</i>	Sauge, thé de la Grèce Herbe sacrée	مريمية، سواك النبي، سالمة	Lamiacées	Salvia	8	0,53%
Ail commun	<i>Allium sativum</i>	Ail	الثوم، الفوم	Liliacées	Allium	7	0,47%
Globulaire	<i>Globulariaalypum L.</i>	Globulaire buissonnante	تسلغة	Globulariacées	Globularia	7	0,47%
Tilleul commun	<i>Tiliaeuropaea L.</i>	Tilleul intermédiaire	الزيزفون	Tiliacées	Tilia	7	0,47%
Petite centaurée commune	<i>CentauriumerythraeaRafn</i>	Herbe à fièvre, Petite centaurée rouge, Érythrée	مرارة الحنش، القطريون الصغير	Gentianacées	Centaurium	7	0,47%
Anis vert	<i>Pimpinellaanisum L.</i>	anis, anis cultivé, anis musqué, anis officinal, anis sucré, boucage, pimpinelle, pimpinelle anisée, pimprenelle d'Egypte, rattrape-mari	حبة الحلاوة	Apiacées	Pimpinella	7	0,47%
Nerprun alaterne	<i>Rhamnus alaternus</i>	Alaterne	مليسا، مليس	Rhamnacées	Rhamnus	6	0,40%
Marrube blanc	<i>Marrubiumvulgare</i>	Marrube commun	مريوت (مريوة)	Lamiacées	Marrubium	6	0,40%

Giroflier	<i>Syzygium aromaticum L.</i>	Clou de girofle	القرنفل	Myrtacées	Syzygium	6	0,40%
Coquelicot	<i>Papaver rhoeas L.</i>	Pavot coquelicot, pavot des champs, pavot rouge	شقاقق النعمان، بنعمان	Papaveracées	Papaver	6	0,40%
Pégane	<i>Peganumharmala L.</i>	Rue de Syrie, Rue sauvage, Rue verte, Harmel	الحرمل	Zygophyllacées	Peganum	5	0,33%
Rue de Chalep	<i>Rutachalepensis L.</i>	Rue	الفيجل، الفيجن، الشذاب البري، الفيجن النتن	Rutacées	Ruta	5	0,33%
Eucalyptus globules	<i>Eucalyptus globulus L.</i>	Eucalyptus, Gommier bleu	الكاليتوس	Myrtacées	Eucalyptus	4	0,27%
Moringa	<i>Moringa oleifera</i>	Ben ailée, arbre de vie	المورينغا (اللبان الزيتي، الشوع)	Moringacées	Moringa	4	0,27%
Aubépine	<i>Crataegus monogyna Jacq.</i>	Aubépine monogyne	الزعرور	Rosacées	Crataegus	4	0,27%
Figuier de Barbarie	<i>Opuntia ficus-indica</i>	Figuier d'Inde	التين الشوكي (كرموص النصارى، نصرانية، كمصارى)	Cactacées	Opuntia	4	0,27%
Total						1 500	100%

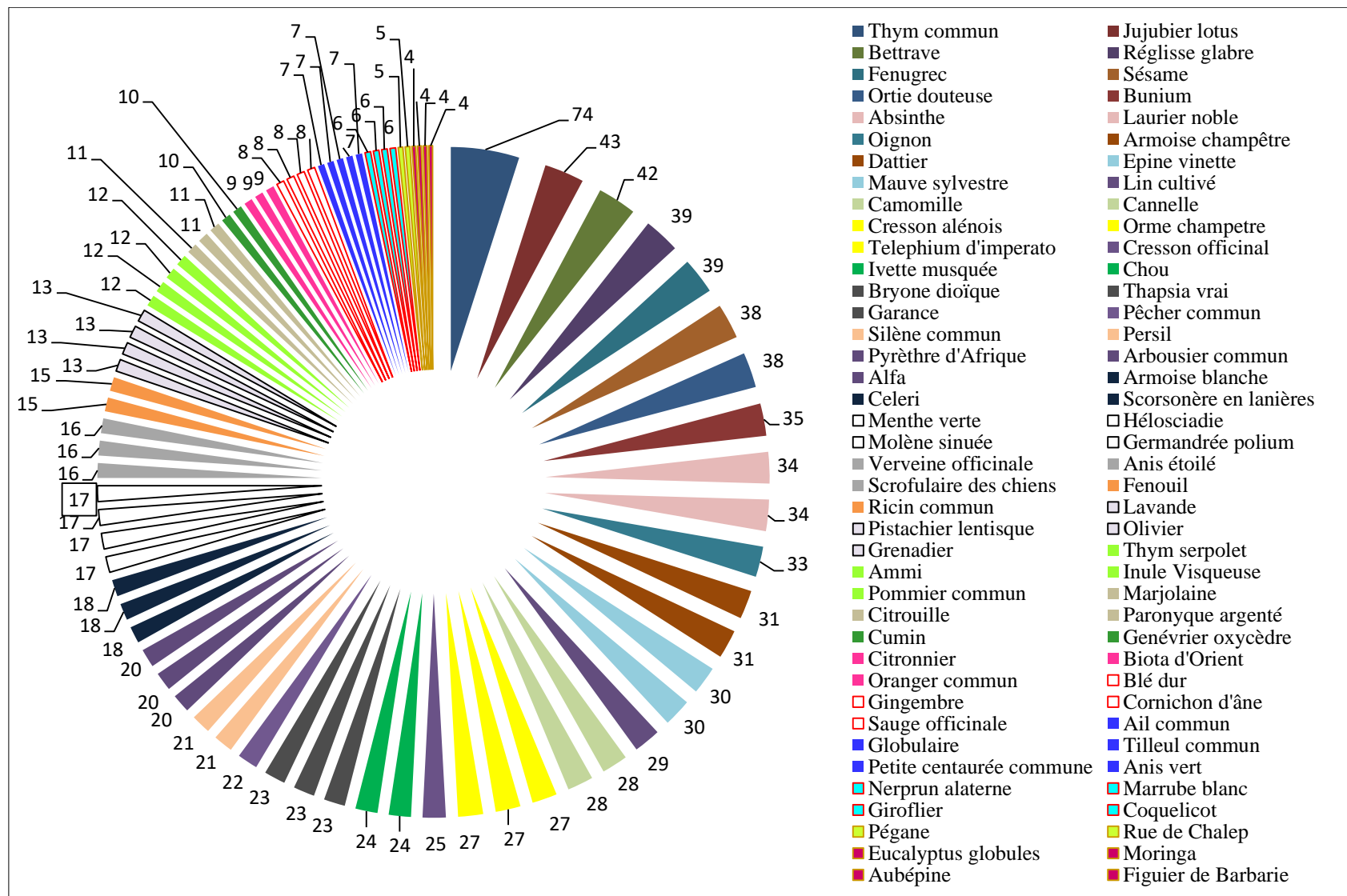


Fig. N°34 : Répartition des plantes par espèce

❖ Plantes médicinales les plus utilisées

Sur la totalité des résultats obtenus, nous avons rassemblé les PM les plus utilisées par la population locale. La plupart des plantes poussent spontanément ou sont cultivées ; *Thymus vulgaris* (74 enquêtés avec un taux de 4,93%), ceci prouve que le thym est la PM la plus utilisée par la population locale étudiée, suivie par *Ziziphus Lotus* (43 enquêtés, 2,87%), *Beta vulgaris subsp. Vulgaris* (42 enquêtés avec un taux de 2,80%), *Trigonella fenumgraecum. L* et *Glycyrrhiza glabra* (39 enquêtés avec un taux de 2,60% pour chacune), *Sesamum indicum* et *Urtica membranacea* (38 enquêtés avec un taux de 2,53% pour chacune), *Bunium crassatum* (35 enquêtés avec un taux de 2,33%), *Artemisia absinthium* et *Laurus nobilis* (34 enquêtés avec un taux de 2,27% pour chacune), *Allium cepa L.* (33 enquêtés avec un taux de 2,20%), *Artemisia campestris L.* et *dattier* (31 enquêtés avec un taux de 2,07% pour chacune), *Berberis hispanica* et *Malva sylvastris L.* (30 enquêtés avec un taux de 2 % pour chacune), *Linum usitissimum* (29 enquêtés avec un taux de 1,93%), *Matricaria chamomilla* et *Cinnamomum zeylancium* (28 enquêtés avec un taux de 1,87% pour chacune), *Lepidium sativum. L.*, *Telephium imperati* et *Ulmus campestris* (27 enquêtés avec un taux de 1,80% pour chacune), *Rorripa Nasturtiurn-aquaticum* (25 enquêtés avec un taux de 1,67%), *Brassica oleacera* et *Ajuga iva* (24 enquêtés avec un taux de 1,60% pour chacune), *Thapsia garganica*, *Bryonia dioica Jacq.* Et *Rubiaperegrina* (23 enquêtés avec un taux de 1,53% pour chacune), *Prunus persica L.* (22 enquêtés avec un taux de 1,47%), *Petroselinum crispum* et *Silene vulgaris* (21 enquêtés avec un taux de 1,40%), *Anacyclus pyrethrum*, *Arbutusunedo* et *Stipa tenacissima* (20 enquêtés avec un taux de 1,33% pour chacune), *Apium graveolens L.*, *Artemisia herba-alba* et *Scorzoneraciniata L.* (18 enquêtés avec un taux de 1,20% pour chacune), *Apiumnodifloru*, *Teucriumpolium*, *Menthaspicata* et *Verbascumsinuatum* (17 enquêtés avec un taux de 1,13% pour chacune), *Silicium verum*, *Scrophulariacanina* et *Verbena officinalis L.* (16 enquêtés avec un taux de 1,07% pour chacune), *Foeniculum vulgare* et *Ricinus communis* (15 enquêtés avec un taux de 1% pour chacune), *Pistacia lentiscus L.*, *Lavandula stoechas*, *Olea europae* et *Punica granatum* (13 enquêtés avec un taux de 0,87% pour chacune), *Ammoides verticillata*, *Inula viscosa*, *Thymus satureioides* et *Malus domestica Borkh* (12 enquêtés avec un taux de 0,80% pour chacune), *Paronychia argentea.L*, *Cucurbitapepo L. et Origanum majorana* (11 enquêtés avec un taux de 0,73% pour chacune), *Cuminum cyminum L.* et *Juniperu soxycedrus L.* (10 enquêtés avec un taux de 0,67% pour chacune), *Biota Orientalis*, *Citrus limon* et *Citrus sinensis.* (9 enquêtés avec un taux de 0,60% pour chacune), *Ecballium elaterium L.*, *Salvia officinalis*, *Triticumturgidum L.* et *Zingiber officinale* (8 enquêtés avec un taux de 0,53% pour

chacune), *Pimpinella anisum L.*, *Centaurium erythraea Rafn*, *Globularia alypum L.*, *Allium sativum* et *Tiliax europaea L.* (7 enquêtés avec un taux de 0,47% pour chacune), *Marrubium vulgare*, *Syzygium aromaticum L.*, *Papaver rhoeas* et *Rhamnus alaternus* (6 enquêtés avec un taux de 0,40% pour chacune), *Ruta chalepensis L.* et *Peganum harmala L.* (5 enquêtés avec un taux de 0,33% pour chacune), *Opuntia ficus-indica*, *Moringa oleifera*, *Eucalyptus globulus L.* et *Crataegus monogyna Jacq.* (5 enquêtés avec un taux de 0,27% pour chacune) (Figure 34).

La faible fréquence pour les PM les moins utilisées par la population locale peut être expliquée par :

- Coût élevé de certaines PM vendues. Exemple le *Foeniculum vulgare* (2 200 Da/kg), *Syzygium aromaticum L* (6000 Da/kg).
- Toxicité de certaines espèces qui rend la population très méfiante vis-à-vis de ces plantes. Exemple Harmel (*Peganumharmala L.*).

Généralement les espèces qui ont une fréquence d'utilisation élevée sont considérées par les utilisateurs comme épices, aromates ou condiments, telle que : *Thymus satureioides*.

1.10. Répartition selon l'origine de la plante

Tab. N° 16 : Répartition des plantes en fonction de leur origine

Origine de la plante	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Locale	246	213	209	212	211	222	1 313
Importée	4	37	41	38	39	28	187
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

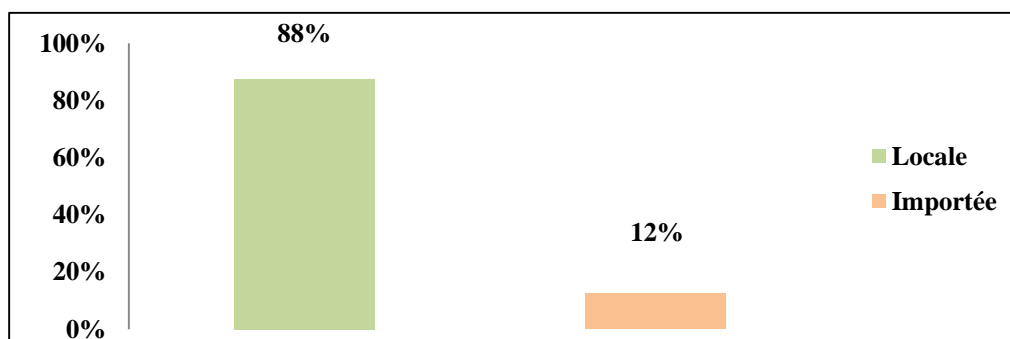


Fig. N°35 : Répartition des plantes selon leur origine

Généralement les espèces qui ont une fréquence d'utilisation plus élevée sont locale de 88% et importée de 12% (tableau 16 et figure 35).

La zone d'étude est caractérisée par leur diversité floristique, écologique et climatique. Elle a permis de décrire les différentes espèces locales. La fréquence d'utilisation des PM dans la zone d'étude est très liée aux espèces locales.

1.11. Répartition selon le type de plante collectée

Selon le type de plante collectée, une fréquence est plus élevée de 62% pour les plantes spontanées, suivie de 27% cultivées et d'une faible fréquence des plantes importées de 11% qui représente les espèces suivantes : girofle, Cannelle, Cresson, Fenugrec, Garance, Sésame (tableau 17 et Figure 36). Cela signifie leur disponibilité durant toute l'année.

D'après les travaux de Ndjouondo *et al.*, (2015), il apparaît que la majorité des plantes utilisées sont des plantes spontanées (54,54 %), à la suite de leur disponibilité durant toute l'année, tandis que les plantes cultivées représentent 33,33 %.

Tab. N° 17 : Répartition des plantes selon le type de collecte

Type de plante collectée	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Spontanée	157	138	151	155	147	179	927
Cultivée	92	78	59	60	66	57	412
Importée	1	34	40	35	37	14	161
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

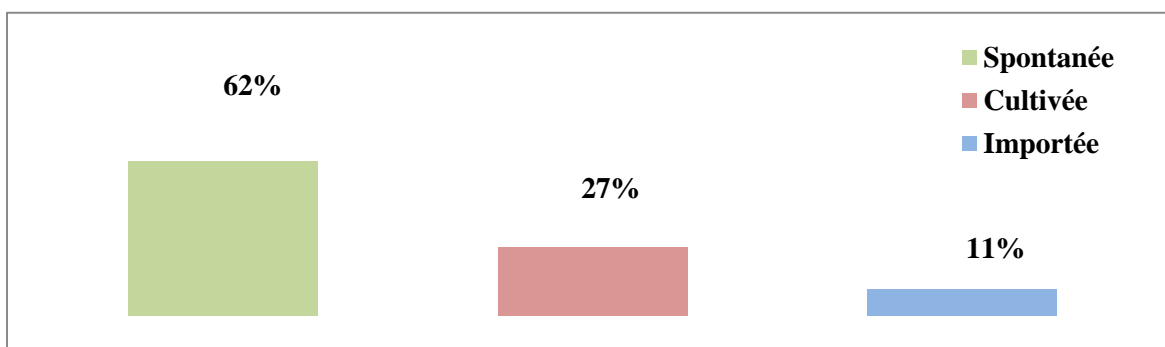


Fig. N°36 : Répartition des plantes selon le type de collecte.

1.12. Répartition selon la période de récolte

Selon La répartition de la récolte en fonction des saisons notée dans les tableaux n°18, 23 et la Figure 37, une fréquence est plus élevée de 39% au printemps, 29% en automne, suivi de 19% toute

l'année, ensuite 9% en été et une faible fréquence en hiver (4%).

1.13. Répartition de la récolte en fonction des saisons

Tab. N° 18 : Répartition de la récolte en fonction des saisons

Saison	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Printemps	112	110	88	90	87	105	592
Automne	47	67	91	91	93	49	438
Toute l'année	34	36	59	54	57	46	286
Eté	33	25	9	11	8	44	130
Hiver	24	12	3	4	5	6	54
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

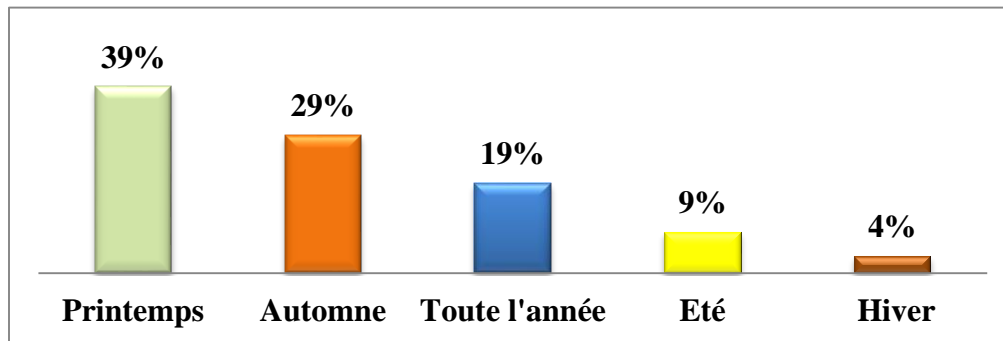


Fig. N°37 : Répartition des plantes selon la période de récolte.

Selon La répartition de la récolte en fonction des saisons notée dans le tableau n°18 et la figure n°37, une fréquence est plus élevée de 39% au printemps, 29% en automne, suivi de 19% toute l'année, ensuite 9% en été et une faible fréquence en hiver (4%).

On marque que ces espèces sont disponible durant toute l'année (permanentes), quel que soit les conditions climatiques. Le reste ne l'est que partiellement, lorsque les conditions pluviométriques sont favorables.

Ces résultats coïncident avec ceux obtenus par Chahma et Djebbar (2008) au niveau de la région d'Ouargla (Sahara septentrional Est Algérien), qui trouvent que la saison de printemps marque le plus grand pourcentage (72%).

1.14. Répartition selon la partie utilisée

Tab. N° 19 : Répartition des enquêtés en fonction de la partie utilisée

Partie utilisée	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Partie aérienne (Ecorce, Feuille; Fleur; Rameaux; Tige)	158	159	143	154	168	156	938
Graine; Fruit	52	59	69	56	56	47	339
Partie souterraine (Racine; Tubercule)	40	32	38	40	26	47	223
Total	250	250	250	250	250	250	1500

On note que plusieurs parties de plantes ont été utilisées en médecine traditionnelle (tableau 19).

Les principes actifs peuvent être situés dans différentes parties des PM (feuilles, fleurs, racines, écorce, fruits, graines, rhizome...). Dans la zone d'étude, la partie aérienne reste la plus utilisée des PM avec un taux dominant de 62%, suivies par les graines avec un taux d'utilisation de 23%, puis vient la partie souterraine avec un pourcentage de 15% (Figure 38).

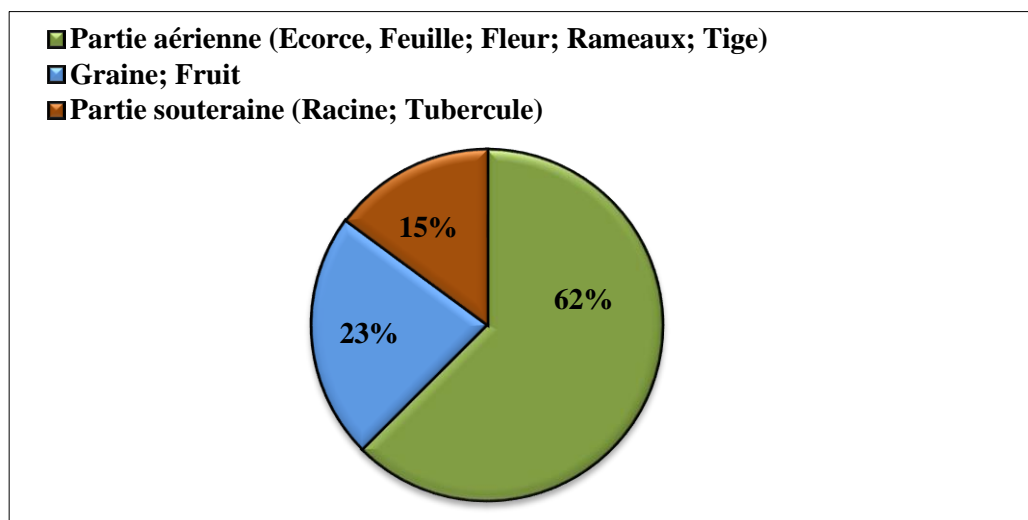


Fig. N°38 : Fréquence d'utilisation des différentes parties des PM

La fréquence d'utilisation élevée de feuilles (37,50%) peut être expliquée par l'aisance et la rapidité de la récolte (Bitsindou, 1986) mais aussi par le fait qu'elles sont le siège de la photosynthèse

et parfois du stockage des métabolites secondaires responsables des propriétés biologiques de la plante (Bigendako *et al.*, 1990).

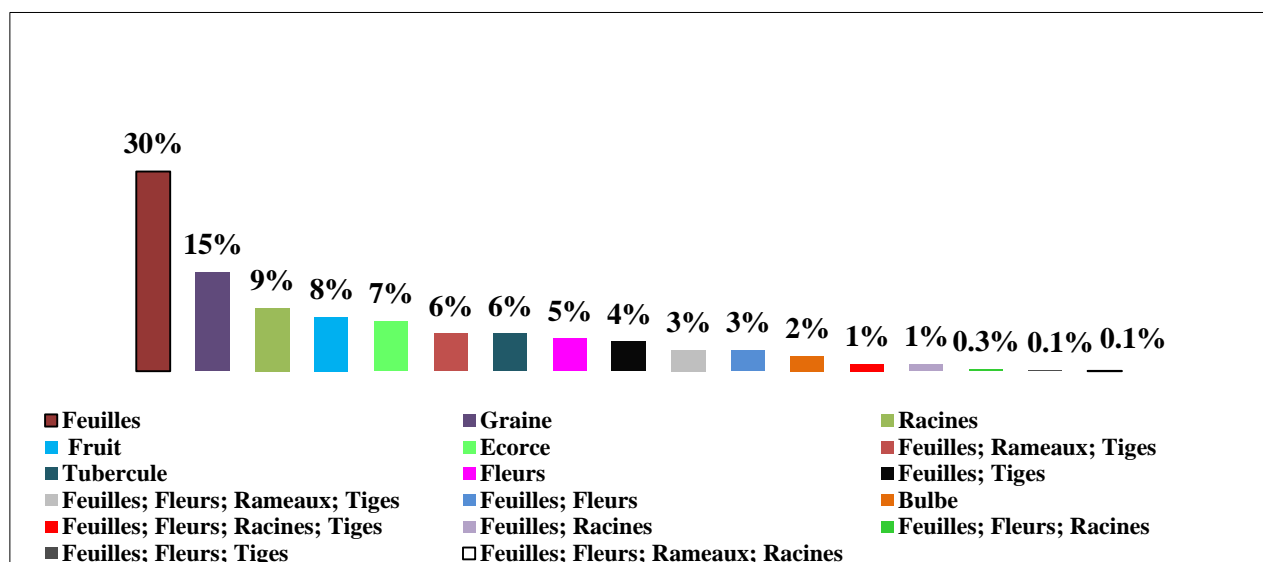


Fig. N°39 : Fréquence d'utilisation des différentes parties des plantes médicinales

A la suite de notre enquête ethnobotanique, la partie la plus utilisée à Médéa est celle des feuilles avec un taux de 30%, grains 15%, racine 9%, fruits 8%, écorces 7%, feuilles; rameaux; tiges et tubercule 6% pour chacun, fleurs 5%, feuilles, tiges 4% et feuilles, fleurs, rameaux, tiges et feuilles, fleurs 3% pour chacun, bulbe 2%, feuilles, fleurs, racines, tiges et feuilles, racines 1% pour chacun.

On a observé également que notre population utilise rarement les feuilles, fleurs, racines 0,3% et aussi feuilles, fleurs, tiges et feuilles, fleurs, rameaux 0,1% pour chacun (Figure 39).

1.15. Forme d'utilisation

Les résultats de la forme d'utilisation montrent que les tisanes (infusion 73%, décoction 27%) sont plus utilisées avec un taux de 51%, en suite la poudre (18%), suivi par le brut (7%), les huiles végétales (6%), les jus (5%), l'extrait (4%), l'inhalation (fumigation 53%, inhalation 44%, et inhalation et fumigation 3%) avec un taux de 3%, la crème (2%). Les autres modes sont minimes notamment cataplasme (1%), le sirop (0,20%) et inhalation, tisane et inhalation, fumigation, tisane (0,1%) pour chacun (tableau 20 et figure 40 et 41).

Tab. N° 20 : Formes d'utilisations des PM.

Forme d'utilisation	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Poudre	28	45	50	60	48	43	274
Brut	8	12	29	21	28	12	110
Décoction	17	43	28	36	42	38	204
Infusion	126	109	79	70	73	100	557
Huiles essentielles	18	8	17	18	16	16	93
Jus	11	4	22	17	16	6	76
Extrait	11	7	10	10	7	10	55
Poudre ; Tisane	19	5	0	0	0	8	32
Crème	2	8	6	4	7	3	30
Fumigation	2	0	5	7	6	4	24
Inhalation	4	6	0	0	0	10	20
Cataplasme	2	2	3	6	6	0	19
Sirop	0	0	1	1	1	0	3
Inhalation ; Fumigation	0	1	0	0	0	0	1
Inhalation ; Fumigation ; Tisane	1	0	0	0	0	0	1
Inhalation ; Tisane	1	0	0	0	0	0	1
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

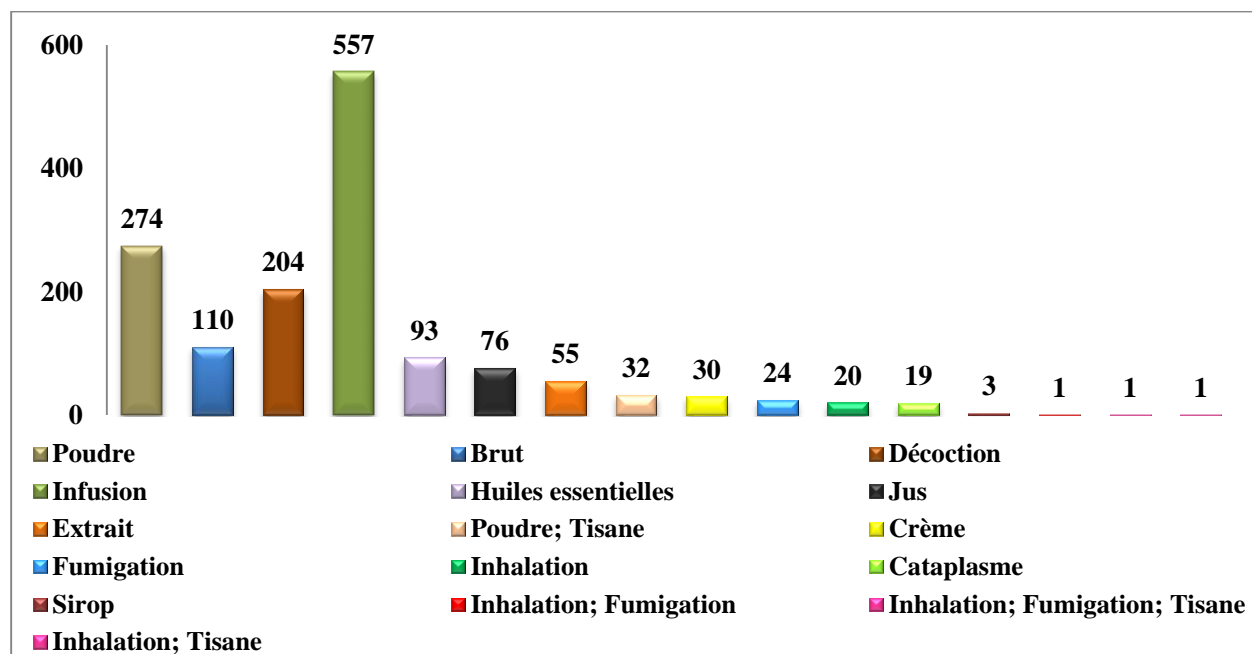


Fig. N° 40 : Formes d'utilisation des plantes.

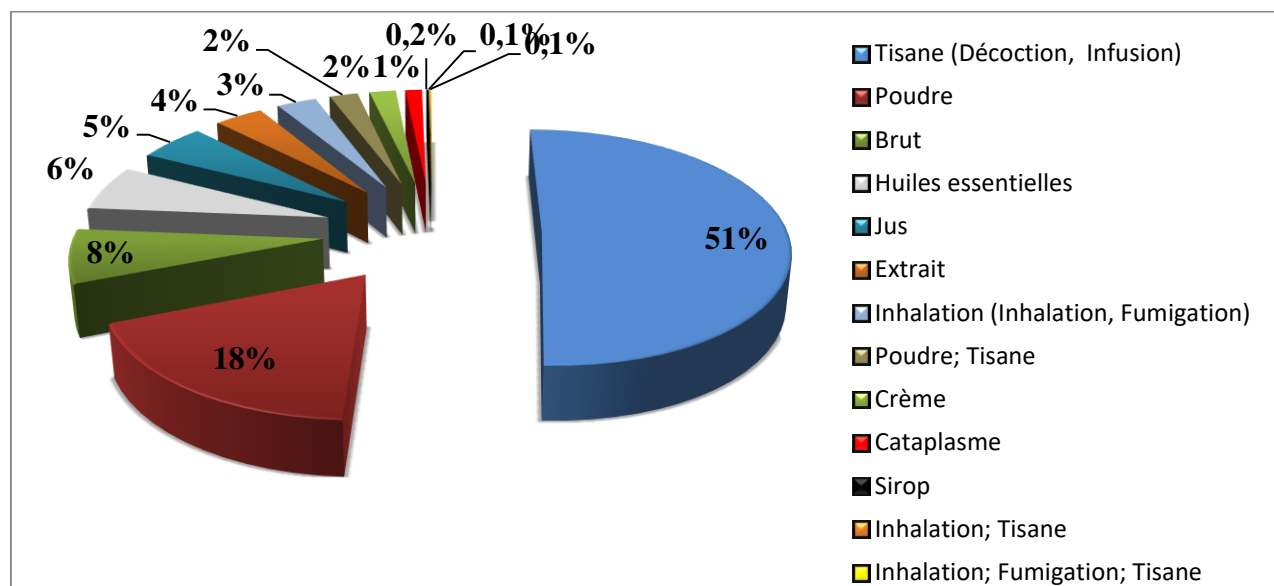


Fig. N° 41 : Fréquence des PM en fonction de la forme d'utilisation.

Ce résultat explique que la plupart des personnes utilisent le mode tisane, poudre et brut.

Plusieurs travaux rapportent la prédominance de tisane comme mode d'utilisation des PM soit de la décoction ou infusion. Selon Benkhniq *et al.*, 2011 ; Tahriet *et al.*, 2012 ; Chermat et Gharzouli, 2015 ; Jdaïdi et Hasnaoui, 2016, la prédominance de la décoction comme mode d'utilisation des plantes médicinales.

Selon les travaux de Salhi *et al.*, (2010), les utilisateurs tendent à rechercher la méthode la plus simple pour la préparation des phyto-médicaments, ce qui confirme la prédominance de l'infusion dans notre situation. Les travaux de : Chehma et Djebbar, (2005) (Sahara Algérienne, cas de Ouargla), Ould El Hadj *et al.*, (2003) (Sahara Algérienne, cas d'Oued Souf) et El Hilah *et al.*, (2015) (Maroc) enregistrent la dominance du mode infusion et représente des taux de (50 %), (20,45 %) et (72,50 %) respectivement. Le reste (33 %) est préparé sous autre mode ; broyage, distillation à la vapeur, macération, mixtion, pressage, cautérisation (Adouane Selma, 2016).

Pour certaine plante, les huiles végétales et les pommades font partie des types de préparations utilisées par les riverains notamment en application locale. La consommation des fruits a été également notée pour certaines plantes de même que l'utilisation de l'huile végétale extraite traditionnellement des fruits de certaines plantes comme le pistachier lentisque ou encore l'olivier.

1.16. Répartition des plantes recensées en fonction des maladies traitées

Tab. N° 21 : Utilisations des PM en fonction des maladies traitées

Usages médicaux	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Digestion, Fins alimentaires, Equilibre nutritionnel, Intoxications alimentaires, stimule la lactation, La jaunisse, Anémie	67	77	93	81	82	35	435
Rhume, Anti inflammatoire, Antiviral, Fièvre et Fièvre aphteuse, coronavirus (Covid-19), Bronchite et l'Asthme.	66	53	16	21	27	51	234
Diabète, Tension, Cholestérol et triglycéride, maladies cardiaques, Goitre	46	36	41	37	34	31	225
Antiseptique ; cosmétique ; Furoncles ; Verrue ; Infections cutanées ; Tumeurs cancéreuses externes ; Fissures anales; Hémorroïdes externes et internes.	25	19	34	35	43	43	199
Anti inflammatoire, rhumatisme, dos, articules et musculaires, reins et calculs biliaires, diminution de risque du cancer, prostate, maux de tête, dents, de la bouche et la gorge, problèmes oculaires, maux d'oreille.	46	65	66	76	64	90	407
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

Les résultats montrent que beaucoup de PM interviennent dans le traitement des troubles de l'appareil digestif (Digestion ; Intoxication ; Vermifuge) qui sont très fréquents chez la population algérienne 29%, artérielle; Antibiotique; cholestérol et triglycéride, Diabète, en cuisine (comme épices et Huiles), maladies cardiaques, purification du sang, Insomnie et santé visuelle, Goitre, les douleurs coliques- Avorte et élimine le fœtus (embryon) mort et le placenta de l'utérus 16% et antiseptique; cosmétique, furoncles, verrue, infections cutanées, tumeurs cancéreuses externes, fissures anales,

hémorroïdes externes et internes et infections avec un taux de 15%. Aussi, Quant aux Rhumatismes (Crises de sciatiques et les douleurs rhumatismales ; Douleurs articulaires, Douleurs des muscles et dos); Douleur de la poussé dentaire chez les enfants, des dents chez l'adulte, de la bouche et de la gorge, maladies rénales et calculs biliaires, diminution de risque du cancer, problèmes oculaires, (13%), elles sont surtout liées aux causes mécaniques, tels que les frottements, les anomalies de l'articulation ou les chocs répétés sont responsables de l'arthrose (tableau 21 et figure 42).

Ensuite, rhume, anti inflammatoire, antibactérien, sinusite, antiviral, coronavirus (Covid -19), bronchite et l'asthme, fièvre et fièvre aphteuse chez les bétails 27% dues essentiellement à la nature du climat de la zone étudiée, suivis par les maladies de tension nerveuse.

Ces résultats ont été confirmés par plusieurs autres auteurs. En effet, Chehema et Djebbar (2005), montrent que les symptômes les plus largement traités sont les indigestions et lésions cutanées, représentant respectivement en 26% et 24%. Ould El Hadj *et al.*, (2003), montrent aussi que les pathologies digestives dominant avec un taux de 26,4%. De la même façon, Hammiche et Gheyouché (1988) (Algérie) ont trouvé que les problèmes digestifs et dermatoses sont les affections les plus traités. Ces mêmes résultats ont été trouvés par : Tahri *et al.*, (2012) dans la province de Settat (Maroc), Hseini *et al.*, (2007) dans la région de Rabat (Maroc occidental), qui ont montré que la plupart des espèces sont utilisées dans les soins de l'appareil digestif.

El Rhaffari et Zaid, (2002), trouvent dans une étude similaire qu'au Tafilalet (Sud-Est du Maroc) les plantes sont utilisées pour le traitement des principaux dysfonctionnements comme suit : Appareil digestif 19,3%, dermato-cosmétologie 14%, système nerveux 9%, ORL 7,5 %, affections ostéo-articulaires 7%, parasitoses 5,9%, appareil urinaire 5,6%, appareil génital 5,5 %, métabolisme et sécrétion 4,9 %.

Plusieurs espèces sont utilisées contre plusieurs maladies, comme le thym, armoise et romarin, ils sont utilisés contre les maladies d'appareil digestif, respiratoire et peau, ce qui explique la pression particulière exercée sur ces plantes dans la région étudiée (Adouane. Selma, 2016).

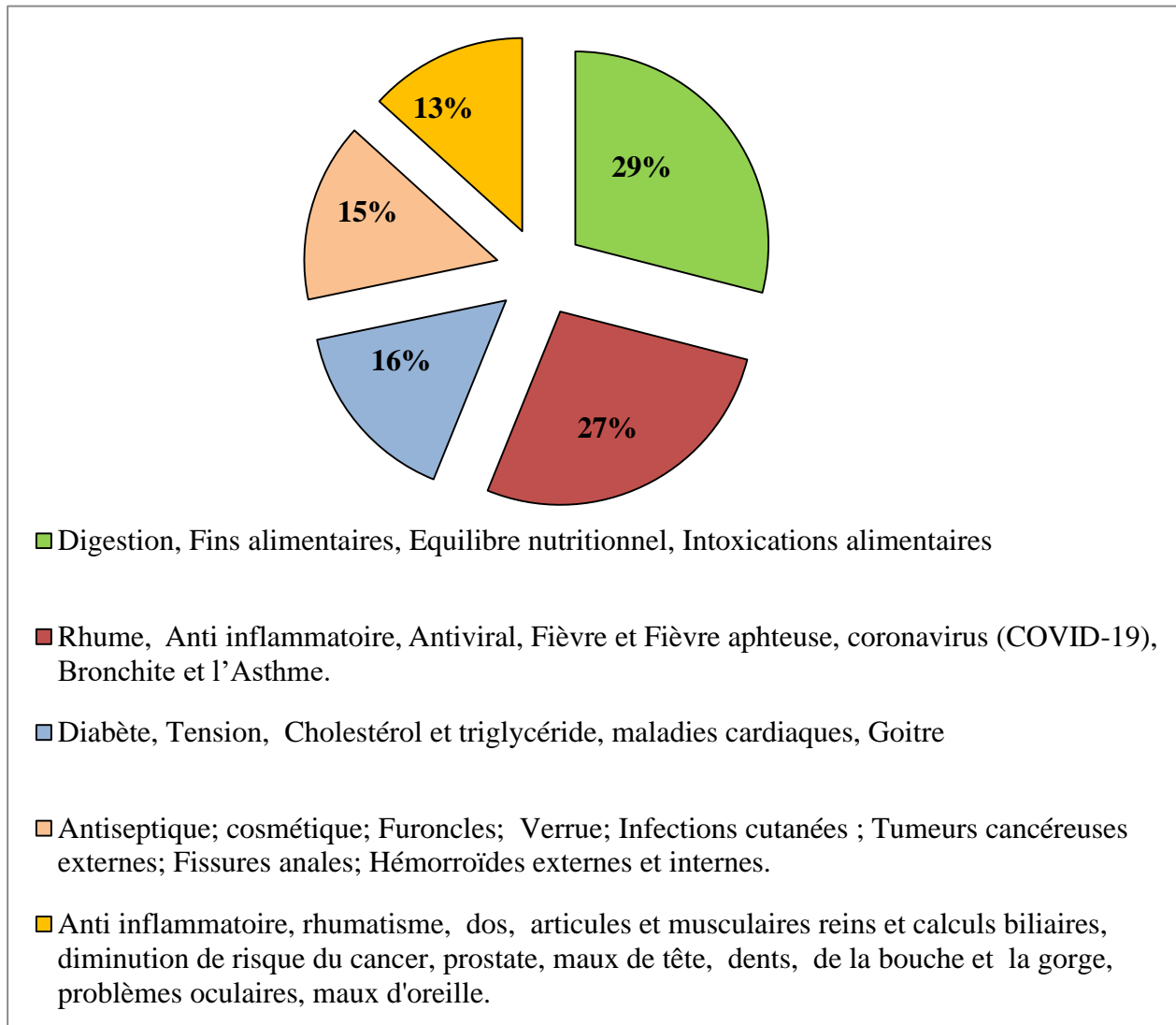


Fig. N° 42 : Fréquences d'utilisations des PM en fonction des maladies traitées

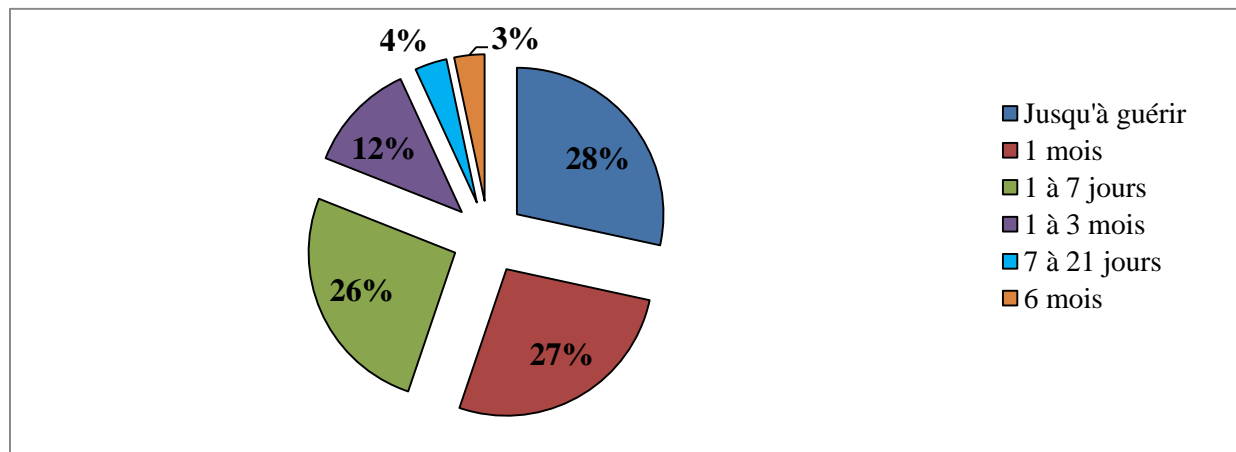
1.17. Répartition des plantes recensées selon les durées d'utilisation

La durée du traitement varie en fonction de l'état et des symptômes du patient. Il est important de ne pas dépasser la dose et la durée recommandées et la durée du traitement doit être la plus courte possible avec la dose efficace la plus faible. Selon les résultats obtenus (tableau 22 et figure 43) la période la plus fréquemment utilisée avec un taux de 28% jusqu'à ce que la personne soit guérie (Jusqu'au guérir) en condition, on ne doit pas dépasser les 3 mois de traitement, suivi par une durée d'un (1) mois 27%, ensuite 1 semaine 26%, un à trois mois 12%, Les autres durées sont minime notamment 7 à 21 jours 4% et 6 mois 3%.

Tab. N° 22 : Utilisations des PM selon durée d'utilisation

Durée d'utilisation	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Jusqu'à guérir	43	85	86	75	91	46	426
1 mois	44	45	87	95	68	63	402
1 à 7 jours	125	82	28	28	23	101	387
1 à 3 mois	23	31	23	31	47	27	182
7 à 21 jours	10	6	10	6	11	10	53
6 mois	5	1	16	15	10	3	50
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

Ces résultats diffèrent de celui de Ndjouondo *et al.*,(2015), qui montrent que les plantes sont utilisées majoritairement pour une durée d'un jour 57,57 %, secondairement sont utilisées jusqu'à la guérison du malade 33,33 %, suivie par une durée d'une semaine 6,06% et 3,03% pour une durée d'un mois.

**Fig. N° 43** : Durée du traitement

1.18. Répartition des plantes recensées en fonction la Posologie

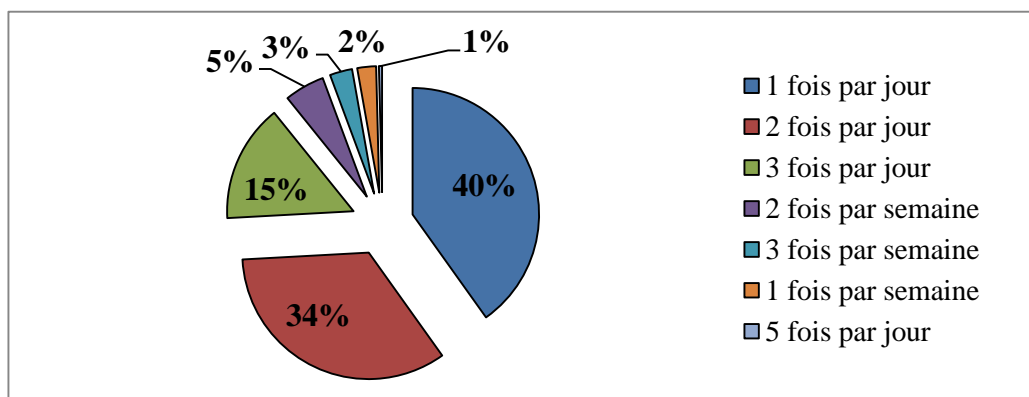
Les résultats (tableau 23 et figure 44) indiquent qu'une seule prise par jour est la plus fréquente, à **40%**, suivie de deux prises par jour à 34% ensuite 3 fois prise par jour 15%, Les autres prises sont minimales notamment deux fois par semaine avec un taux de (5%),trois fois par semaine 2% et cinq prises par jour 1%.

Tab. N° 23 : Nombre de prise par jour

Posologie (nombre de prise /jours)	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
1 fois par jour	110	113	108	106	96	69	602
2 fois par jour	85	67	84	83	79	112	510
3 fois par jour	43	59	25	26	31	42	226
2 fois par semaine	0	2	15	18	28	14	77
3 fois par semaine	6	4	11	9	11	2	43
1 fois par semaine	2	3	7	8	5	11	36
5 fois par jour	4	2	0	0	0	0	6
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

On distingue que le nombre de prise des PM par jour est différent d'un patient à l'autre, selon l'âge car une personne adulte est plus forte qu'un enfant et une personne plus âgée est différente d'une personne jeune (prendre des prises trop élevées et plus intenses chaque jour). Aussi le métabolisme d'un enfant n'est pas le même chez l'adulte. L'enfant est plus sensible aux PM (absorption plus faible ou forte de certaines drogues). Il est conseillé de donner des faibles doses aux enfants de 6 ans et plus certaine plante comme verveine.

Le dosage des plantes médicinales ne nécessite pas la même précision que celui des produits pharmaceutiques. La plage de tolérance est large mais ne doit pas être trop dépassée.

**Fig. N° 44** : Nombre de prise par jour.

1.19. Répartition des PM selon leurs formes d'utilisations (fraîche et/ou desséché).

Soixante-huit pour-cent des plantes sont utilisées en forme fraîche (18% fraîches et 50%

fraîches et sèche), elles servent surtout à la préparation des teintures mères, cataplasmes et potages. Cependant 32% sont utilisées en forme desséchée, elles constituent la base des tisanes, poudres et extraits (tableau 24 et Figure 45).

Tab. N° 24 : Formes d'utilisations des PM (fraîche et/ou desséchée).

Utilisée fraîche et/ou sèche	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Fraîche	36	41	50	51	61	30	269
Sèche	111	90	62	59	59	106	487
Fraîche et Sèche	103	119	138	140	130	114	744
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

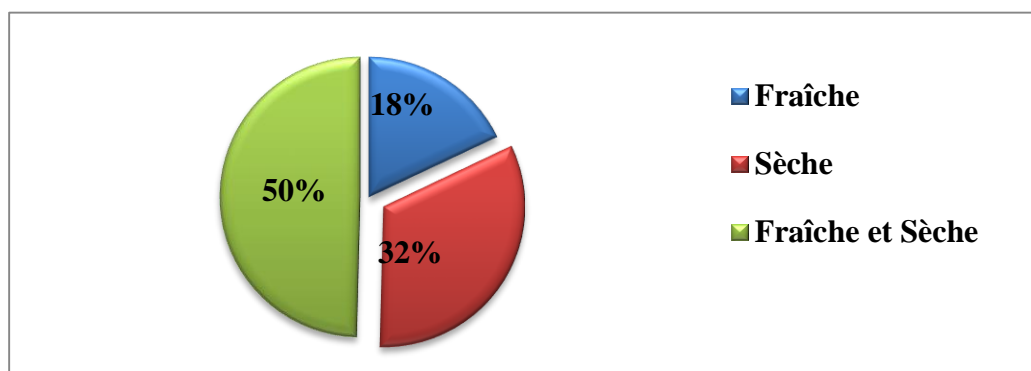


Fig. N° 45 : Formes d'utilisations des PM (fraîche et/ou desséchée).

1.20. Possibilité de stockage des PM (fraîche et/ou desséchée)

Quatre-vingt-neuf pour-cent des plantes sont stockées en forme séchée, les plantes récoltées perdent leurs principaux volatils et huiles essentielles qui sont détruites par la chaleur. De plus, elles se décolorent sous l'action de lumière vive. Les racines et écorces sont généralement séchées au soleil, puis 11 % d'entre elles sont conservées en état frais pendant une période limitée, allant de 1 jour à 3 mois, au frigo ou au congélateur (tableau 25, figure 46).

Tab. N° 25 : Forme de stockage des PM

Utilisée fraîche et/ou sèche	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Fraîche	13	15	25	39	61	17	170
Sèche	237	235	225	211	189	233	1 330
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

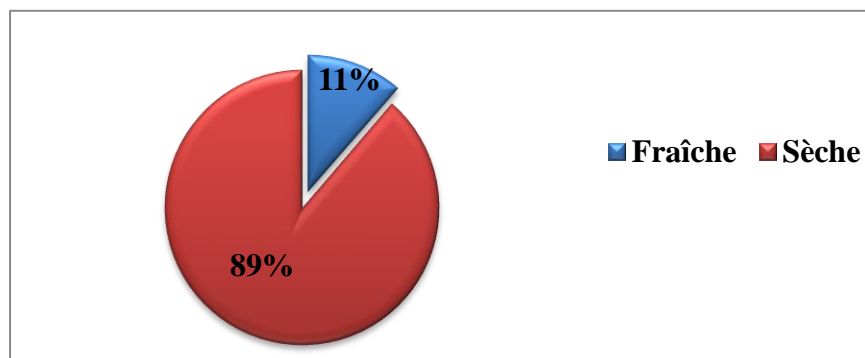


Fig. N° 46 : Forme de stockage des PM

1.21. Effets secondaires des PM au cours du traitement

Le danger pour notre population est que certains tradipraticiens amplifient les indications thérapeutiques des plantes, n'indiquent pas les précautions d'emploi, ne connaissent pas les effets secondaires et toxicité des plantes (Hmamouchi, 1999). Cependant, 89% de la population locale trouvent que les plantes médicinales ne provoquent aucun effet secondaire (Figure 58). Des études similaires menées par Benkhniq *et al.*, (2011) confirment que 8% des personnes pensent que le traitement par plantes médicinales provoque des effets secondaires, états de toxicité et même une aggravation de maladie surtout dans le cas des affections dermatologiques.

Tab. N° 26 : Effets secondaires des PM au cours du traitement.

Effets secondaires (au cours du traitement)	Médéa	Beni Slimane	Berrouaghia	Bouaïche	Ksar El Boukhari	Soualah	Total
Néant	229	214	248	243	248	228	1 410
Effets secondaires	21	36	2	7	2	22	90
Total	250	250	250	250	250	250	1 500

Notre population est menacée par le comportement de certains praticiens traditionnels qui exagèrent les indications thérapeutiques des plantes, ne spécifient pas les précautions nécessaires, et manquent de connaissances sur les effets indésirables et la toxicité des plantes (Hmamouchi, 1999). Cependant, 94% de la population locale trouvent que les plantes médicinales ne provoquent aucun effet secondaire et 6% de cette population croit aux effets secondaires des plantes au cours du traitement (tableau 26 et Figure 47).

Selon des études comparables conduites par Benkhniqie *et al.*, (2011), 8 % des personnes considèrent que le traitement par les PM peut causer des effets secondaires, induire des états de toxicité, et même empirer des maladies, surtout en ce qui concerne les problèmes dermatologiques.

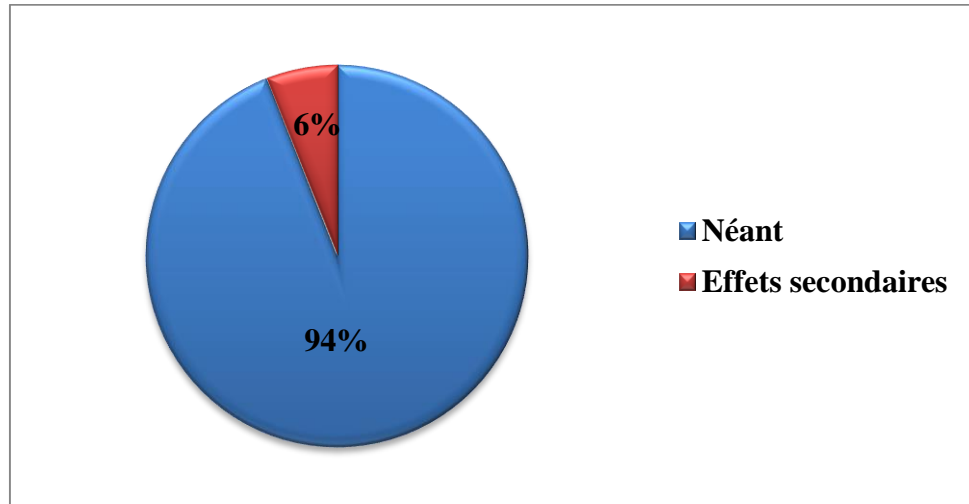


Fig. N°47 : Fréquence des effets secondaires des PM au cours du traitement

2. Diversité des plantes médicinales utilisées

L'ensemble des espèces médicinales recensées sont représentées sous forme d'un formulaire. L'analyse des résultats a été basée sur le nom vernaculaire des plantes ; toutes les plantes ainsi recensées sont bien connues dans la pharmacopée traditionnelle Algérienne et sont utilisées dans la zone d'étude pour des fins thérapeutiques.

La dénomination des plantes selon la population étudiée relève davantage de simples descriptions des propriétés botaniques des plantes et repose sur leurs organes sensoriels.

- Odeur : *Thymus vulgaris* (Thym commun), *Verbena officinalis* L. (Verveine officinale) et *Lavandula stoechas* (Lavande) dégagent des odeurs agréables ou désagréables comme *Peganum harmala* L. (Harmel).
- Goût : L'espèce *Glycyrrhiza glabra* (Réglisse glabre) qui a un goût sucré et *Artemisia herba-alba* (l'Armoise blanche) a un goût amer.
- Toucher : Généralement l'espèce *Ecballium elaterium* L. (Cornichon d'âne) est remarquable par le mode autochore de dispersion de ses graines.
- Vue : Les plantes sont appelées selon la morphologie. Exemple l'espèce *Opuntia ficus-indica* (Figuier de Barbarie) est appelée : Tin Chawki. La feuille contient des épines.

Nom Commun : Réglisse glabre

Nom en arabe : عرق السوس، العزْقَسُوس، السُّوس

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Fabales

Famille : Fabacées

Genre : *Glycyrrhiza*

Espèce : *Glycyrrhiza glabra*



Fig. n° 48 : *Glycyrrhiza glabra* (Réglisse glabre)

Description : plante herbacée, vivace, originaire du sud de l'Europe et de l'Asie, appartenant à la famille des Fabacées dont les racines sont utilisées en phytothérapie. Connue pour sa forme en bâton (figure 48) et son goût à la fois sucré et amer. Mesurant entre 1 mètre et 1,5 mètre de haut.

Physiologie : les racines forment des rhizomes. Elle a de grandes feuilles pennées, de 7 à 15 centimètres de long, composées de 9 à 17 folioles, et de petites fleurs violettes d'un centimètre de diamètre, disposées en inflorescence (Famille-mary, 2023).

Son fruit est une gousse plate, de 2 à 3 cm de long, qui contient de nombreuses graines.

Biotope : pousse préférentiellement dans un sol riche et humide et elle a besoin d'un climat chaud comme le Bassin méditerranéen et d'Afrique du Nord, le sud des États-Unis, au Moyen-Orient, Espagne et à l'Île Maurice.

Période de la récolte : Automne

Partie utilisée : racine

Utilisation : douleur après accouchement ; éclaircissants et calmant pour les peaux sensibles ; digestion ; ulcères d'estomac; stimuler l'appétit; utile pour les femmes qui allaitent.

Forme d'emploi : Crème, poudre et tisane

Dose : Crème : une cuillère à soupe de poudre de réglisse, deux cuillères à soupe de lait.

Tisane : deux à quatre grammes de racines séchées, 150 ml d'eau bouillante.

Mode d'utilisation :

Douleur après accouchement, stimuler l'appétit ; utile pour les femmes qui allaitent, digestion et ulcères d'estomac (tisane) : bouillir une cuillère à café de racines séchées, 1/2 L d'eau pendant 3 mn. Prendre un verre pendant 03 jours uniquement (2 fois/ jours après les repas).

Eclaircissants et calmant pour les peaux sensibles (crème):

Mélangez une cuillère à soupe de poudre de réglisse avec deux cuillères à soupe de lait, puis appliquez le masque à la réglisse sur la peau et rincez-le après séchage 1 fois/ semaine.

Conseils d'utilisation

Déconseillée aux personnes allergiques, diabétiques et hypertendues

Précautions d'emploi

Respecter les doses et la durée du traitement, Ne pas utiliser trop de la plante médicinale

Nom Commun : Bryone dioïque

Nom en arabe : عروق الجان، برسطم (برستم)

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Violales

Famille : Cucurbitaceae

Genre : Bryonia

Espèce : *Bryonia dioica* Jacq.



Fig. N° 49 : *Bryonia dioica* Jacq. (Bryone dioïque)

Description : plante vivace hérissée de petits poils renflés à la base, à racine très grosse, charnue, cylindracée; tiges très longues, grêles, grimpantes (figure n°49) munies de vrilles contournées en spirale, opposées aux feuilles ; feuilles palmatilobées, en cœur à la base, à 3-5 lobes aigus, sinués-dentés ; fleurs verdâtres, dioïques, veinées, en fascicules axillaires, les mâles plus grandes et bien plus longuement pédonculées ; sépales triangulaires, baie petite (5-8 mm de diamètre), dressée, globuleuse, lisse, rouge à la maturité, à suc fétide, à 4- 6 graines elliptiques. Anti-inflammatoire, Antirhumatismale, Antiseptique, Hypotensive et Toxique. (Préserveons la nature.fr, 2022).

Physiologie : les racines sont récoltées avant la période de floraison. Floraison: Juin -Juillet. Fructification: Automne.

Biotope : Europe centrale et méridionale, dans le nord de l'Afrique et au Moyen-Orient. C'est l'une des rares Cucurbitacées spontanées dans les régions tempérées. Elle grimpe un peu partout, aux barrières, dans les haies et les buissons, à la lisière des forêts et dans les vignes.

Période de la récolte : Printemps

Partie utilisée : racine

Utilisation : Hémorroïdes internes, Fissures anales, Hémorroïdes externes, Infections cutanées diabétiques et Tumeurs cancéreuses externes.

Forme d'emploi : poudre.

Dose : deux cuillères à soupe de Bryone dioïque en poudre, miel selon besoins, compresse stérile.

Mode d'utilisation :

Infections cutanées diabétiques et tumeurs cancéreuses externes :

Appliquez du miel sur la peau infectée, puis ajouter la poudre sur le miel et couvrez d'une compresse stérile une nuit complète 1fois/jours avant de dormir jusqu'à guérir.

Fissures anales; Hémorroïdes externes:

Appliquez du miel sur la peau, puis ajouter la poudre sur le miel et couvrez d'une compresse stérile tous les jours (1fois/jours) jusqu'à guérir.

Hémorroïdes internes :

Mélangez le miel avec la poudre et préparez une capsule ou un suppositoire à prendre une fois par jour jusqu'à guérir.

Conseils d'utilisation : néant

Précautions d'emploi: néant

Nom Commun : Camomille

Nom en arabe : البابونج

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Asterales

Famille : Astéracées

Genre : Matricaria

Espèce : *Matricaria chamomilla*.



Fig. N° 50 : *Matricaria chamomilla* (Camomille)

Description : Plantes herbacée et médicinale, au feuillage très divisé. Elle porte des inflorescences en capitules odorantes, dont le centre est constitué de fleurons (fleurs réduites) jaunes et tubulaires (figure 50) et le pourtour de fleurons blancs semblables à des pétales. Elles fleurissent entre le printemps et l'automne (Gammvert.fr, 2023).

Physiologie : tige unique, dressée (de 20 à 50 cm) et rameuse, feuilles glabres, vert sombre, deux fois découpées (bipennatiséquées). Ses capitules comportent, sur un même réceptacle creux et dépourvu de paillettes, des fleurs ligulées blanches et des fleurs tubulées jaunes; Floraison: printemps et l'automne.

Biotope : Europe, Asie Afrique, Amérique du Nord et du Sud, les prairies, les champs et au bord des chemins.

Période de la récolte : Printemps

Partie utilisée : fleur

Utilisation : Digestion; coliques, douleurs abdominales, tension nerveuse, palpitations de cœur, insomnie et Rhume.

Forme d'emploi : brûlé (bakhour), inhalation et tisane.

Dose : Brûlé : une cuillère à café de camomille ou une cuillère à café de (Camomille, Thym, romarin et genévrier). Inhalation et Tisane : une cuillère à soupe de Camomille ou une cuillère à soupe de Camomille et thym, un litre d'eau bouillante, une cuillère à café de miel ou une cuillère à soupe de Camomille, thym et eucalyptus, un litre d'eau bouillante.

Mode d'utilisation :**Rhume :**

- Brûlé (bakhour) : Brûler une cuillère à café de camomille dans la chambre du patient. La 2^{ème} préparation consiste à brûler une cuillère à café de du mélange (Camomille, Thym, romarin et genévrier) dans la chambre du patient pendant 3 à 7 jours (2 fois/jours).
- Inhalation : Bouillir une cuillère à soupe de Camomille dans un litre d'eau, en prenant soin de la couvrir, pendant 3 minutes, inhaler la vapeur lorsque la préparation est encore chaude, pendant 3 à 7 jours (1 fois/jours).
- Tisane : une cuillère à soupe de camomille et un litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes. prendre un verre pendant 3 à 7 jours (1 fois/jours). La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à soupe de camomille, thym dans un litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes. prendre un verre pendant 3 à 7 jours (1 fois/jours).

Digestion, Coliques, Douleurs abdominales, Tension nerveuse, Palpitations de cœur et**Insomnie :**

- Tisane : une cuillère soupe de camomille plus un litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes prendre un verre en ajoutant une cuillère à café de au miel, 1 à 3 fois/jours pendant 1 à 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi: néant.

Nom Commun : Thym commun

Nom en arabe : الزعتر، الزعتر البري

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : Thymus

Espèce : *Thymus vulgaris*



Fig. N° 51: *Thymus vulgaris* (thym commun), feuilles.

Description : Petit feuillage opposé, ovale ou linéaire est aromatique et persistant, souvent bleu-vert, parfois plus gris ou même panaché (figure n°51). Il est souvent utilisé en cuisine, La plante contient des essences comme le Thymol et le Linalol.

Physiologie : possède des tiges délicates et ligneuses à la base qui sont garnies de petites feuilles odorantes et persistantes.

La floraison: entre mars -août, petites fleurs blanches ou rosées, regroupées à la pointe des tiges en petits capitules (Wikipedia.org, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen, régions subtropicales, chaudes ou tempérées, et plus spécialement en Europe et en Amérique du Nord.

Période de la récolte : Automne; Printemps

Partie utilisée : Feuille; Fleur; Rameaux; Tige (partie aérienne)

Utilisation : Rhume, digestion, antiseptique, Régulateur de cholestérol (épices)

Forme d'emploi : Inhalation; Tisane, huiles végétales, Poudre

Dose : une cuillère à café d'huile végétale/ une cuillère à café de (Thym + Menthe), 1/2 litre d'eau bouillante/ une cuillère à café de dans 1/2 litre d'eau bouillante et une cuillère à café de miel/ une cuillère à café de poudre de thym.

Mode d'utilisation :

Rhume :

Une cuillère à café d'huile végétale, graissé au niveau de la gorge et de la poitrine pendant 7 jours (1fois/jours avant de dormir).

La 2^{ème} préparation consiste à verser une cuillère à café de (thym + menthe) dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir en raison de la présence d'huiles volatiles, pendant 3 à 5 mn. Prend un verre pendant 3 jours (1fois/jours).

La 3^{ème} préparation consiste à verser une cuillère soupe +1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes. Prendre le (un verre) ou inhaler la vapeur lorsque la préparation est encore chaude pendant 7 jours (1 fois/jours avant de dormir).

Brûler (bakhour) : Brûler les feuilles de thym et vaporiser la chambre du patient 1 fois /jours pendant 3 jours.

Digestion et Rhume :

Une cuillère à café de (Thym, romarin, genévrier), 1/2 eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes plus une cuillère à café de miel ou inhaler la préparation chaude.

Régulateur de cholestérol (épices):

Ajoutez une cuillère à café de poudre de thym aux plats.

Aux femmes après accouchement ou avortement:

Mélanger la poudre avec la semoule et faire du couscous (couleur verte), ensuite cuit le comme le couscous normal et manger le en ajoutant de la margarine ou beur et un peu de sucre glace 1 fois /jours pendant 40 jours (alternativement, total 20 jours).

Conseils d'utilisation

Déconseillée aux femmes enceintes, aux enfants, aux personnes allergiques et hypertendues et aux femmes ayant accouché par césarienne.

Précautions d'emploi

Respecter les doses et le traitement ne doit pas être étalé dans le temps.

Nom Commun : Thym serpolet

Nom en arabe: زعيرة

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : Thymus

Espèce : *Thymus satureioides*



Fig. N° 52: *Thymus satureioides* (Thym serpolet)

Description : Sous-arbrisseau d'environ 10 cm de hauteur, rampant, il peut s'étendre sur une largeur de 50 cm. Plante tapissante, elle possède de très petites feuilles opposées ovales ou lancéolées vertes aux reflets pourprés, persistantes. Ses hampes florales courtes (figure n°52).

Physiologie : Feuillage : Petites feuilles persistantes vertes, très aromatiques, à odeur puissante, fine et épicée. Port en boule étalée. Floraison : spectaculaire, épis denses de fleurs rose éclatant recouvrant entièrement la plante en mai- juin (Wikipedia.org, 2022).

Biotope : Origine: Bassin méditerranéen (sud), sur les coteaux, les talus, les champs, les bords de route ainsi que dans les montagnes jusqu'à 1 000 m d'altitude.

Période de la récolte : printemps

Partie utilisée : Feuille; Fleur; Rameaux; Tige (partie aérienne)

Utilisation : régulateur de cholestérol et triglycéride, en cuisine (épices)

Forme d'emploi : poudre et tisane.

Dose : une cuillère à café de thym serpolet, 1/2 litre eau bouillante, une pincée de poudre.

Mode d'utilisation :

Régulateur de cholestérol et triglycéride, en cuisine (épices)

- Tisane (Infusion) : une cuillère à café de thym serpolet +1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir en raison de la présence d'huiles volatiles, pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre 2 fois/ jours après les repas pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).
- Poudre : une pincée dans les soupes 2 fois/ jours pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques, hypertendues et dialysées

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Menthe verte

Nom en arabe : النعناع الأخضر

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : Mentha

Espèce : *Mentha spicata*



Fig. N° 53 : *Mentha spicata* (Menthe verte)

Description : La menthe est une plante vivace aromatique à rhizome, hauteur de 50 cm. Les stolons apparaissent sur les racines au bout d'un an. La tige a une section quadrangulaire. A feuilles ovales et dentées (figure n°53). La menthe verte à des fleurs purpurines en épis cylindriques en été (Chiej R.,1982).

Physiologie : Feuilles : opposées, disposées en croix, lancéolées, à pétiole très court, vert foncé à la face supérieure, plus claire en dessous. Fleurs: groupées en un faux épi en haut des pousses et à l'aisselle des feuilles supérieures. Les fruits sont des tétrakènes ovoïdes, insérés dans le calice coriace, brillants et de couleur sombre (Houdret. J, 2004 et Shauenberg P, 2005).

Biotope : Bassin méditerranéen, Afrique de Nord, Europe, États-Unis d'Amérique et en Asie.

Période de la récolte : toute l'année.

Partie utilisée : feuille, rameaux et tige (partie aérienne)

Utilisation : Digestion, Ballonnement, Abaisse la pression artérielle, Tension nerveuse et Rhume.

Forme d'emploi : Poudre et Tisane

Dose : une cuillère à café de Menthe, 1/2 litre eau bouillante, une cuillère à café de miel. une cuillère à café de (Thym + Menthe), une cuillère à café de miel. Une pincée ou une cuillère à café de poudre de menthe.

Mode d'utilisation :

Digestion, Abaisse la pression artérielle et Tension nerveuse :

- Infusion: une cuillère à café de Menthe +1/2 litre d'eau bouillante pendant 3 à 5 minutes + une cuillère à café de miel, prendre un verre, pendant 7 jours (1 fois/jours, avant de dormir) jusqu'à 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours) 3 fois/jours, après les repas.

- Décoction: une cuillère à café de +1/2 litre d'eau froide et bouiller pendant 3 minutes ajouter une cuillère à café de miel, prendre un verre, 3 fois/jours, après les repas pendant 7 jours.

Ballonnement (tisane/ décoction):

Une cuillère à café de Menthe plus 1/2 L d'eau froide et bouiller pendant 3 minutes + une cuillère à café de miel, prendre un verre, 1 fois/jours avant de dormir pendant 3 jours.

Rhume (tisane/ infusion):

Une cuillère à café de (Thym + Menthe) +1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir en raison de la présence d'huiles volatiles, pendant 3 à 5 minutes. Prend un verre pendant 3 à 7 jours (1fois/jours).

Conseils d'utilisation

Ajoutez du miel quand la préparation est tiède, déconseillée aux femmes enceintes et aux enfants; aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi

Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Verveine officinale

Nom en arabe : تيزانة، لويضة

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Verbenacées

Genre : Verbena

Espèce : *Verbena officinalis*. L



Fig. N° 54: *Verbena officinalis* L. (Verveine officinale)

Description : petit feuillage opposé, ovale ou linéaire est aromatique et persistant, souvent bleu-vert, parfois plus gris ou même panaché. Il est souvent utilisé en cuisine (figure n°54), La plante contient des essences comme le Thymol et le Linalol.

Physiologie : possède des tiges délicates et ligneuses à la base qui sont garnies de petites feuilles odorantes et persistantes.

La floraison: entre mars -août, petites fleurs blanches ou rosées, regroupées à la pointe des tiges en petits capitules.

Biotope : Bassin méditerranéen, régions subtropicales, chaudes ou tempérées, et plus spécialement en Europe et en Amérique du Nord.

Période de la récolte : Automne et Printemps.

Partie utilisée : feuille, rameaux et tige (partie aérienne)

Utilisation : antiseptique, digestion et rhume.

Forme d'emploi : poudre et tisane

Dose : une cuillère à café de feuille, une branche de verveine, 1/2 litre d'eau bouillante.

Mode d'utilisation :

Antiseptique, digestion et rhume (Tisane/infusion):

Une cuillère à café de feuille (ou une branche) de verveine + 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir en raison de la présence d'huiles volatiles, pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre, pendant 7 jours (2 à 3 fois/jours).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes et aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Lavande
Nom en arabe : الخزامى، الحلال
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Lamiales
Famille : Lamiacées
Genre : Lavandula
Espèce : *Lavandula stoechas*



Fig. N° 55 : *Lavandula stoechas* (Lavande)

Description : Plante vivace, forme d'un sous-arbrisseau. Elle est composée de hampes florales comportant un seul épi. Elle mesure 30 à 60 cm de hauteur. Branches fines et ligneuses, feuilles étroites et pointues à sa base seulement. Fleurs parfumées très agréable, couleur bleu tendre ou violacé (figure n°55) et en forme de petites corolles, regroupées en épis terminaux (Laure Martinat, 2020).

Physiologie : La floraison se produit entre fin juin et début juillet.

Biotope : Les zones montagneuses et ensoleillées de Bassin méditerranéen sont les lieux d'origine de l'espèce. Elle est naturalisée en Europe, Australie, États-Unis et au Canada.

Période de la récolte : Printemps et Été (Laure Martinat, 2020).

Partie utilisée : fleur.

Utilisation : Anti-inflammatoire, Régulateur des hormones chez la femme; Aider les femmes à avorter des fœtus déformés/ Régulateur du cycle menstruel (menstruation).

Forme d'emploi : tisane

Dose : une cuillère à café de fleur, un verre d'eau Bouillante, une poignée de fleur, 4 litres d'eau Bouillante.

Mode d'utilisation :

Régulateur des hormones chez la femme, aider les femmes à avorter des fœtus déformés et régulateur du cycle menstruel (tisane/infusion): une cuillère à café de fleur dans un verre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre, pendant 7 jours (2 fois/jours).

Anti-inflammatoire: une poignée de fleur plus 4 litres d'eau Bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 3 à 5 mn et laver l'endroit infecté 5 fois/jours pendant 5 à 7 jours.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux femmes enceintes (avortement), aux enfants, personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Pistachier lentisque

Nom en arabe : الضرو

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Sapindales

Famille : Anacardiaceés

Genre : Pistacia

Espèce : *Pistacia lentiscus*



Fig. N°56 : *Pistacia lentiscus* L. (Pistachier lentisque)

Description : Arbrisseau pouvant atteindre trois mètres, c'est parfois aussi un arbuste ne dépassant pas six mètres. Les feuilles ont un nombre pair de folioles (paripennées ; elles se terminent par une paire de folioles, tandis que celles des autres pistachiers se terminent par une foliole terminale); Le rachis portant les folioles est ailé; Le feuillage est persistant; L'inflorescence est cylindrique (figure n°56).

Physiologie : Dioïque: les fleurs mâles et femelles poussent sur des arbustes différents. Elles forment des racèmes de petite taille à l'aisselle des feuilles. La floraison. Avril- Juin. Les fleurs sont apétales. Les mâles ont 5 petits sépales dont émergent 5 étamines rougeâtres reposant sur un disque nectarifère. Les femelles, à 3 ou 4 sépales, ont un ovaire supère (au-dessus des autres pièces florales) avec un style court à trois stigmates.

Biotope : Bassin méditerranéen : Afrique du Nord (Algérie, Maroc, Tunisie, Libye, Égypte), Europe méditerranéenne (Espagne, Portugal, France, Italie, Croatie, Albanie, Grèce), Turquie (l'île grecque de Chios), Iran, Irak, Syrie, Liban (Iserin .P, 2001).

Période de la récolte : hiver.

Partie utilisée : fruit et feuille.

Utilisation : digestion, Estomac, rhume et toux.

Forme d'emploi : huiles végétales, tisane et poudre.

Dose : une cuillère à café de poudre de lentisque et miel.

Mode d'utilisation :

Digestion

- Poudre : Mélanger une cuillère à café de poudre de Lentisque + miel, prendre une cuillère à café de du mélange + un verre d'eau tiède, pendant 3 à 5 mn, prendre un verre, pendant 7 jours (2 fois/jours).

- Tisane : une cuillère à café de Lentisque +1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 mn, prendre un verre 1 fois/jours pendant 1 mois.

Rhume et toux (Huiles essentielles):

Mettre 1 à 2 gouttes huiles végétales de lentisque dans 1verre lait chaud. Prendre un verre 1 fois/jours pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Marjolaine (origan)

Nom en arabe : البردقوش، المرقدقوش

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : Origanum

Espèce : *Origanum majorana*



Fig. N°57 : *Origanum majorana* (Marjolaine, origan)

Description : Plante vivace Cultivée en annuelle, Cultivée comme plante condimentaire pour ses feuilles aromatiques. C'est une espèce très proche de l'origan commun. Origine : Asie du sud-ouest. De 60 cm de hauteur. La marjolaine est mellifère.

Physiologie : Feuilles opposées, duveteuses, vert grisâtre, de forme ovale entière, de 1 à 2 cm de long (figure n°57). Petites fleurs blanches ou mauves, réunies en groupes serrés à l'aisselle des feuilles avec deux bractées en forme de cuillère. Floraison : été.

Biotope : Bassin méditerranéen, Europe, Afrique du Nord, Chypre, Turquie, Égypte.

Période de la récolte : automne et été

Partie utilisée : feuille

Utilisation : digestion, régulateur des hormones et du cycle menstruel chez la femme.

Forme d'emploi : Tisane

Dose : une cuillère à café de feuilles d'origan, un verre d'eau bouillante.

Mode d'utilisation (tisane/ infusion) : une cuillère à café de feuilles d'origan + un verre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir en raison de la présence d'huiles volatiles, pendant 3 à 5 minutes. Prendre un verre 3 fois/jours pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation

Déconseillée aux femmes enceintes, aux enfants, aux personnes allergiques et hypertendues et aux femmes ayant accouché par césarienne.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et le traitement ne doit pas être étalé dans le temps.

Nom Commun : Genévrier oxycèdre

Nom en arabe : العرعر (العرعار)

Règne : Plantae

Division : Pinophyta

Classe : Pinopsida

Ordre : Pinales

Famille : Cupressacées

Genre : Juniperus

Espèce : *Juniperus oxycedrus L.*



Fig. N°58: *Juniperus oxycedrus L.* (Genévrier)

Description : Arbrisseau ou arbuste dressé de 1-8 mètres, à bourgeons écailleux, à ramules obtusément triangulaires ; feuilles très étalées, verticillées par 3 et disposées sur 6 rangs, toutes linéaires en alène à pointe fine et piquante, articulées, non décurrentes, marquées de 2 sillons blanchâtres séparées par la nervure médiane en dessus, à carène obtuse et non sillonnées en dessous ; fleurs dioïques ; fruits rouges et luisants à la maturité, sub-globuleux, assez gros (8-10 mm), dépassés ou égaux par les feuilles (figure n°58).

Physiologie : La floraison: Février- Mai selon le climat; Fructification: Septembre-Novembre, les fruits sont bruns rouges à maturité, de 6 à 9 mm (Tela botanica.org, 2021)

Biotope : Bassin méditerranéen et d'Afrique du Nord, colonise les escarpements rocheux et les garrigues dégradées milieu forestier dégradé, massifs montagneux (Algérie), résiste à la sécheresse et sensible au froid.

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : Coliques, Digestion, Douleurs abdominales, Estomac, Intoxication, Furoncles et Antiseptique.

Forme d'emploi : Extrait, poudre et tisane.

Dose : une cuillère à café de graine de Cumin et l'Anis vert ou de poudre de graine de Cumin, 1/2 litre d'eau bouillante ;

Mode d'utilisation:

Furoncles : Mélanger un verre feuilles hachées de genévrier, avec 2 verres de lait bien froid, verser le mélange dans une compresse stérile et mettre le sur le furoncle quelques minutes (10 mn), pendant 10 jours (1 fois/jours).

Digestion, Coliques, Douleurs abdominales et Estomac :

- Tisane (infusion): une cuillère à café de feuilles de genévrier +1/2 L d'eau bouillante (ou 2 verres Lait chaud), en prenant soin de la couvrir en raison de la présence d'huiles volatiles, pendant 3 à 5 mn, ajouter une cuillère à café de du miel. Prendre un verre, 2 fois /jours, pendant 21 jours (3 jours et arrêter 3 jours).
- Poudre: mélanger une cuillère à café de poudre de genévrier avec une cuillère à café du miel, prendre une cuillère à café de du mélange, 2 fois /jours, pendant 21 jours (3 jours et arrêter 3 jours).

Antiseptique : une cuillère à café de feuilles du genévrier et une cuillère du thym +1 litre d'eau bouillante, pendant 3 à 5 mn, laver les zones infectées, 2 fois /jours, pendant 10 jours.

Conseils d'utilisation : néant

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Olivier
Nom en arabe : الزيتون
Règne : Plantae
Division : Angiosperme
Classe : Equisetopsida
Ordre : Lamiales
Famille : Oleacées
Genre : Olea
Espèce : *Olea europae*



Fig. N°59: *Olea europae* (Olivier)

Description : Arbre ou arbustes à feuillage persistant de longue vie, généralement plus de 500 ans, mais des arbres plus âgés de 2000 ans ont été enregistrés. Atteindre jusqu'à 15 m de hauteur. Rameaux parsemés d'écailles peltées. Récole des fruits verts dès fin septembre, mais les variétés à huile entre décembre et février (figure n°59).

Physiologie : Feuillage persistant, opposé, entier et elliptique, coriaces et parsemées de poils écailleux, plus ou moins étroits, longs de 3 à 9 cm, fleurs blanches ou jaunâtres groupées en paniculés axillaires, calice soudé court, à 4 lobes triangulaires, les corolles forment des tubes à 4 pétales. Les étamines sont au nombre de deux. L'ovaire supère est de forme conique plus ou moins renflée. Les fruits sont des drupes charnues à noyau dur, longues de 5 mm à 4 cm, qui deviennent noires à maturité. Floraison : avril à juin.

Biotope : Bassin méditerranéen, dans les terrains rocaillieux et secs de la Provence mais aussi de la Grèce, de l'Italie, de l'Espagne ainsi qu'en Afrique du Nord, en Asie, en Australie et Nouvelle-Zélande.

Période de la récolte : automne, hiver.

Partie utilisée : fruit

Utilisation : Fins alimentaires (Digestion, rhume, ...).

Forme d'emploi : huiles végétales (Huile d'olive).

Dose : une à deux cuillères à soupe d'huile d'olive.

Mode d'utilisation

Digestion, Coliques, Douleurs abdominales et Estomac : Ajoutez une à deux cuillères à soupe d'huile d'olive à vos plats (salades, soupes, etc.) 3 fois/jour.

Conseils d'utilisation : néant

Précautions d'emploi : néant.

Nom Commun : Biota d'Orient, Thuya.

Nom en arabe : العفص الشرقي، الثويا الشرقية

Règne : Plantae

Division : Pinophyta

Classe : Pinopsida

Ordre : Pinales

Famille : Cupressacées

Genre : Platycladus

Espèce : *Biota Orientalis*



Fig. N° 60: *Biota Orientalis* (Biota d'Orient, Thuya)

Description : Un arbre à croissance lente ne dépassant pas 12 à 20 m de hauteur et 0,5 m de diamètre du tronc (exceptionnellement 30 m de haut et 2 m de diamètre pour les très vieux arbres). Il présente une belle forme colonnaire conique avec des ramifications étalées. Le feuillage plat est persistant (figure 60). Fleurs : petites fleurs rose clair donnant naissance à des cônes. Les cônes mesurent 15 à 25 mm de long, vert à brun. Matures en 8 mois à compter de la pollinisation. Les graines sont sans ailes, ce qui les différencie du Thuya, et mesurent 4-6 mm de long (Wikipedia.org, 2019).

Physiologie : Floraison : mars – avril.

Biotope : Amérique du Nord, Bassin méditerranéen; Canada, Europe, Chine, Iran jusqu'au Japon. Aime les sols humides et calcaires.

Période de la récolte : printemps

Partie utilisée : feuille, rameaux et tige.

Utilisation : verrue

Forme d'emploi : extrait.

Dose : 1 à 2 gouttes de liquide ou de l'extrait (Feuille, Rameaux et Tige hachés), coton tige.

Mode d'utilisation : Appliquer localement, directement sur la verrue, 1 à 2 gouttes à l'aide d'un coton-tige, 2 à 3 fois par jour jusqu'à guérir

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux femmes enceintes [Risque neurotoxique et abortif (avortement); présence importante de cétones ou (thujone)].

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Nerprun alaterne, alaterne
Nom en arabe : مليسا ، مليس
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Rhamnales
Famille : Rhamnacées
Genre : Rhamnus
Espèce : *Rhamnus alaternus*



Fig. N° 61: *Rhamnus alaternus* (alaterne)

Description : Arbuste dioïque au port buissonnant, écorce devenant grisâtre avec le temps, feuilles persistantes, vert foncé, brillantes sur le dessus, obovales, lancéolées, coriaces, alternes, aromatiques, à bord très finement denté et cartilagineux, ne dépassant pas 5cm de long. Floraison : précoce (mars-avril), couleur jaunâtre, mellifère et attrayante pour les abeilles. Fruits à l'automne très décoratifs en plus de nourrir les 0, 5 cm environ, de couleur rouge virant au noir au fil de la saison, perdurent tout l'hiver. Croissance lente, à baies rouges (figure 61) est connue des amateurs de bonsaïs car il fait un beau sujet (Jardinage le monde.fr, 2020).

Physiologie : Floraison: Mars à Avril, Fructification : octobre-novembre. Non toxiques.

Biotope : Bassin méditerranéen (pourtour méditerranéen, Afrique du nord).

Période de la récolte : hiver

Partie utilisée : écorce.

Utilisation : Jaunisse

Forme d'emploi : Tisane (décoction).

Dose : une poignée des écorces d'alterne; un litre d'eau, Semoule. Une poignée des écorces; un litre d'eau, viande des bovins, Semoule d'orge (Tchicha).

Mode d'utilisation :

Jaunisse : bouillir une poignée des écorces d'alterne dans 1 litre d'eau pendant 3 minutes, ensuite pétrissez la semoule avec la solution, faites des petits pains, puis mangez-les 2 à 3 fois par jour pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours). La 2^{ème} préparation consiste à bouillir une poignée des écorces d'alterne dans 1 litre d'eau pendant 3 minutes, ensuite faire cuire la semoule d'orge avec la viande des bovins. Prendre comme soupe.

Conseils d'utilisation : il vaut mieux ne pas le boire directement, il faut le mélanger avec de la semoule comme du pain ou de la soupe et les doses sont indispensables.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Globulaire
Nom en arabe : تسلغة، تسلغا
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Lamiales
Famille : Globulariaceés
Genre : Globularia
Espèce : *Globularia alypum L.*



Fig. N° 62 : *Globularia alypum L.* (Globulaire)

Description : Plante vivace, un sous arbrisseau de 30-60 cm, très rameux en buisson, ordinairement dressé. Tige érigées. Feuilles : toutes éparses sur les rameaux, coriaces, persistantes, sans stipules plus ou moins cunéiformes spatulées très entières, alternes ou fasciculées Arbustes. Fleurs larges de 15 à 20 mm, d'un beau bleu (figure n°62), odorantes, en têtes subsessiles, terminales et latérales. Péricline à écailles nombreuses. Corolle bleue violacée (RR blanche) à lèvre supérieure très courte. 4 étamines. Ovaire uniloculaire uniovulé Rocailles, garrigues.

Physiologie : Floraison; Hiver et printemps (Novembre- Mai) (Atlas flore 04. org, 2021).

Biotope : Bassin méditerranéen, lieux secs et arides du midi : Roussillon. Provence Corse. [Milieu à bilan hydrique généralement déficitaire (régions subhumides à arides) et par des sols rocailloux, marneux (rarement siliceux) et pauvres en matière organique].

Période de la récolte : Automne et Printemps

Partie utilisée : feuille, fleur et racine.

Utilisation (Etre humain) : Digestion, constipation et estomac.

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de feuilles et fleur de globulaire, une cuillère à café de racines de globulaire, 1/2 litre eau bouillante.

Mode d'utilisation :

Digestion et constipation : une cuillère à café de feuilles et fleur de globulaire dans 1/2 litre d'eau bouillante, pendant 5 minutes, prendre un verre une fois par jour pendant 7 jours.

Estomac : bouillir une cuillère à café de racines de globulaire dans 1/2 litre d'eau pendant 3 minutes. Prendre un verre 1 fois par jour après les repas pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Tilleul commun

Nom en arabe : الزيزفون

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Malvales

Famille : Tiliacées

Genre : Tilia

Espèce : *Tilia xeuropaea* L.



Fig. N° 63 : *Tilia xeuropaea* L. (Tilleul commun)

Description : Un arbre rustique pouvant atteindre 30m de haut. Feuilles caduques vert foncé en forme de cœur renversé (figure n°63). L'écorce lisse et argentée du tilleul se crevasse avec les années. C'est un bel arbre d'ombrage. Des bouquets de 3 à 7 fleurs apparaissent dès le début de l'été et embaument le jardin de leur parfum très marqué (que les abeilles apprécient d'ailleurs également).

Physiologie : Plantation : automne. Floraison : été. Récolte : mi-juin (Jardinage le monde.fr, 2020).

Biotope : subméditerranéens centraux, dans les régions les plus chaudes. Presque toute l'Europe, de la Scandinavie à la Grèce et au Caucase.

Période de la récolte : Printemps

Partie utilisée : feuille.

Utilisation (être humain) : Tension nerveuse.

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de tilleul et fenouil, un litre d'eau bouillante.

Mode d'utilisation : une cuillère à café de tilleul et fenouil dans 1 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir pendant 5 à 10 minutes, prendre un verre 3 fois par jour après les repas pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Petite centaurée commune

Nom en arabe : مرارة الحنش

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Gentianales

Famille : Gentianacées

Genre : Centaurium

Espèce : *Centaurium erythraea* Rafn



Fig. N° 64: *Centaurium erythraea* Rafn (Petite centaurée commune)

Description : C'est une plante plutôt basse, Haut. 10-40 cm. Tige érigée solitaire aux extrémités ramifiées seul. Dans le haut. Feuilles basales obovales, entières, en rosette. Feuilles caulinaires lancéolées, opposées, sessiles. Fleurs en cymes denses, terminales, roses, à tube long de 9-15 mm et à 5 lobes étalés, longs de 5-7 mm (figure 64). Calice à 5 angles saillants, plus court que le tube corollaire. Capsule fusiforme, longue d'environ 1 cm, à 2 loges, plus longue que le calice (Info Flora, 2023).

Physiologie : La floraison a lieu de juillet à septembre.

Biotope : Méditerranéen occidental, méditerranéen oriental, atlantique, eurasiatique. Les pâturages humides.

Période de la récolte : Automne et Été

Partie utilisée : fleur.

Utilisation : fièvre et vermifuge (Etre humain) et fièvre aphteuse (animaux)

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de des fleurs de Petite centaurée, 1/2 litre eau bouillante, une cuillère à café de miel.

5 cuillères à soupe fleur de Petite centaurée, 3 litres eau bouillante, une cuillère à café de miel.

2 cuillères à soupe fleur de Petite centaurée, 2 litres eau bouillante, une cuillère à café de miel

Mode d'utilisation :**1. Etre humain**Vermifuge :

Une cuillère à café de fleurs de Petite centaurée dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 minutes, ajouter une cuillère à café de miel, prendre un verre 1 fois par jour après les repas pendant 7 jours.

Fièvre :

Deux cuillères à café de fleur de Petite centaurée dans 2 litres d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 minutes, poser les pieds juste qu'il puisse absorber uniquement la vapeur jusqu'à ce que le mélange sera idéal pour mettre ses pieds, laissez 5 minutes 2 fois / jours pendant 2 jours.

2. Animaux :

Fièvre aphteuse : 5 cuillères à café fleur de Petite centaurée dans 3 litres d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 minutes, ajouter une cuillère à café de miel, prendre un verre (le volume maximal est 1 litre / jours) pendant 20 jours jusqu'à guérir.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes dialysées et hypertendues.

Arrêter le traitement durant le cycle menstruel (menstruation) puis reprendre le traitement après guéri.

Précautions d'emploi : néant.

Nom Commun : Marrube blanc

Nom en arabe : مريوت (مريوة)

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : Marrubium

Espèce : *Marrubium vulgare*



Fig. N° 65: *Marrubium vulgare* (Marrube blanc)

Description : Plante vivace de 30-80 cm, tomenteuse-blanchâtre, à odeur pénétrante ; tiges épaisses, simples ou peu rameuses ; feuilles pétiolées, ovales-orbiculaires, en cœur ou en coin à la base, irrégulièrement crénelées, ridées, tomenteuses, vertes en dessus (figure n°65); fleurs blanches, en verticilles axillaires nombreux, multiflores, très compacts, espacés sur les tiges ; bractéoles en alêne, glabres et crochues au sommet, ainsi que les 6-10 dents inégales du calice (Préservons la nature.fr, 2022).

Physiologie : La floraison: Mai à Septembre.

Biotope : Bords de chemins, prés secs et terrains vagues. Originaire d'Europe, d'Afrique du Nord et d'Asie.

Période de la récolte : Automne et Printemps

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : infection chez les femmes, sinusite et vermifuge.

Forme d'emploi : extrait et tisane.

Dose : quelques feuilles hachées de Marrube blanc; une compresse stérile, un litre eau Bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain)

Sinusite : Hachez quelques feuilles de marrube blanc, mettez le jus dans une compresse stérile et mettez-en une goutte dans le nez. 1 fois par jour le matin pendant 7 jours.

Vermifuge : Hachez quelques feuilles de marrube blanc, prélevez le jus et prenez une cuillère à café à jeun 1 fois par jour le matin pendant 7 jours.

Infection chez les femmes : Quelques feuilles de marrube blanc dans 1 litre d'eau bouillante pendant 3 à 5 minutes, prend un verre 1 fois par jour le matin pendant 7 jours. La 2ème préparation consiste à mélanger quelques feuilles de marrube blanc dans 1 litre d'eau bouillante pendant 3 à 5 minutes et laver l'endroit infecté 1 fois par jour le matin pendant 3 à 4 jours.

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : néant.

Nom Commun : Armoise blanche

Nom en arabe : الشيح

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Asterales

Famille : Astéracées

Genre : Artemisia

Espèce : *Artemisia herba-alba*

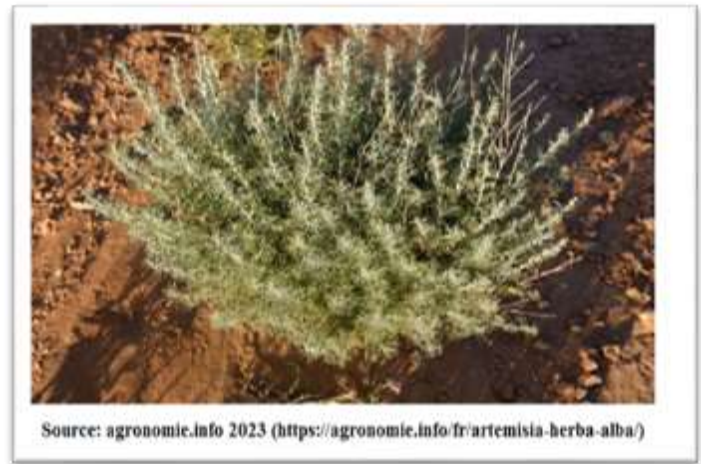


Fig. N° 66 : *Artemisia herba-alba* (Armoise blanche)

Description : plante des climats arides et semi-arides qui pousse dans les hautes plaines steppiques, les déserts du Moyen-Orient et de l'Afrique du Nord. Plante herbacée à tiges ligneuses, ramifiées et tomenteuses de 30 à 50 cm de long. Feuilles courtes, sessiles, pubescentes et argentées (figure 66). Capitules groupés en panicules de petite taille de 1,5 à 3 mm allongés et étroits contenant de 3 à 6 des fleurs jaunâtres. Bractées externes de l'involucre orbiculaires et pubescentes (Amarni, Abdelhamid et Ben Aouali Ameer, 2017).

Physiologie : la floraison : juin mais les fleurs se développent essentiellement à la fin de l'été. Une forte production de graines et un pouvoir de régénération élevé, Lors des années pluvieuses et dans les sols qui lui conviennent.

Biotope : zones arides et semi-arides d'Europe, d'Amérique, d'Afrique du Nord et d'Asie.

Période de la récolte : Eté

Partie utilisée : feuille, rameaux et tige

Utilisation :

Chez l'être humain : digestion, coliques, douleurs abdominales, estomac, vermifuge, diabète, tension et rhume.

Chez les animaux : digestion, vermifuge et rhume.

Forme d'emploi : Poudre et tisane.

Dose : **Poudre :** 1/2 cuillère à café de la poudre d'Armoise. **Tisane :** une cuillère à café de feuilles, rameaux et tige de l'armoise, 1/2 litre d'eau bouillante et une cuillère à café de jus de citron ; une cuillère soupe d'Armoise, un litre d'eau bouillante ; une branche d'Armoise, un litre d'eau froide.

Mode d'utilisation :

Vermifuge (chez l'être humain et animaux): une cuillère à café de feuilles d'Armoise dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 mn + une cuillère à café de jus de citron, prendre un verre, 1 fois/ jours à jeun, pendant 1 mois (utiliser 3 jours et arrêter 10 jours). La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de +1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 mn, prendre un verre, 1 fois/jours à jeun, pendant 6 mois (6 jours/mois) utiliser 3 jours et arrêter 10 jours ensuite utiliser 3 jours).

Rhume, Digestion, Coliques et Douleurs abdominales :

- Poudre : Manger directement 1/2 cuillère à café de la poudre d'Armoise, 1 fois/jours, pendant 7 jours (chez l'être humain et animaux).
- Tisane : une cuillère à café de feuille de l'Armoise dans 1/2 litre d'eau bouillante (ou une cuillère à soupe de feuille de l'Armoise dans un litre d'eau), en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 mn, prendre un verre pendant 7 à 15 jours (1 fois/jours).

Digestion, Coliques, Estomac et Douleurs abdominales (tisane): Manger directement 1/2 cuillère à café de la poudre d'Armoise, 1 à 3 fois / jour après les repas, pendant 7 jours (chez l'être humain et animaux).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi: Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Cornichon d'âne

Nom en arabe : قنء الحمار، فقوص الحمير

Règne : Plantae

Division: Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Violales

Famille : Cucurbitacées

Genre : Ecballium

Espèce : *Ecballium elaterium* L.



Fig. N° 67: *Ecballium elaterium* L. (Cornichon d'âne)

Description : Plante monoïque, vivace, à tiges couchées (1 m), épaisses, à poils raides, sans vrille. Feuilles : pétiolées, triangulaires, bordées de dents sinueuses et recouvertes de poils rudes. Fleurs jaunes veinées de vert (figure 67), fleurs mâles groupées, fleurs femelles isolées (floraison : mai- septembre). Fruits : ovoïdes, verdâtres à maturité, hérissés de poils raides (allure de cornichon), se détachent brusquement à maturité et éjectent violemment les graines noires et luisantes. Toxicité de toute la plante essentiellement le fruit.

Physiologie : Floraison : avril-septembre. Fructification : juin-novembre; Le suc du concombre d'âne renferme des cucurbitacines, ayant des propriétés purgatives énergiques excessives, présentant trop de danger pour être utilisées aujourd'hui. Lorsque les graines sont expulsées, il est important de se protéger car le liquide qui accompagne les graines est irritant pour la peau et les yeux. Est relativement frileuse et résiste peu au passage de la barre symbolique du 0°C, très toxiques (Jardinage le monde.fr, 2020 ; Plantes/monoplan, 2017).

Biotope : Bassin méditerranéen, se développe sur les terrains incultes. Elle s'accommode sur tous les types de sols. Terrains secs accidentés.

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : fruit.

Utilisation : Eczéma, Jaunisse ou Anémie; Sinusite, et Obstruction de la vésicule biliaire.

Forme d'emploi : Extrait, Instillations nasales.

Dose : le suc d'un à quatre fruits; une cuillère à café de miel. Une goutte du suc des fruits.

Mode d'utilisation (être humain) :

Eczéma: Appliquer le mélange (le suc d'un à quatre fruits, une cuillère à café de miel) sur la peau 1 fois par jour pendant 1 à 3 mois jusqu'à guérir.

Obstruction de la vésicule biliaire: Mettre goutte du suc des fruits dans le nez 1 fois par jour pendant 6 jours.

Jaunisse ou Anémie et Sinusite (être humain et animaux): Mettre 1 goutte du suc des fruits dans le nez 1 fois par jour pendant 3 à 7 jours.

Conseils d'utilisation : Attention aux yeux et au visage : la plante peut projeter ses graines jusqu'à plus de 10 mètres, et son liquide peut irriter la peau et les yeux. Il est conseillé de boire de grandes quantités d'eau pour éviter toute toxicité. Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Pégane, Rue de Syrie, Rue sauvage, Rue verte, Harmel

Nom en arabe : الحرمل

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Sapindales

Famille : Zygophyllacées

Genre : Peganum

Espèce : *Peganum harmala* L.



Fig. N° 68: *Peganum harmala* L. (Harmel)

Description : Espèce de plantes vivaces à souche ligneuse et rhizomateuse, de 40 cm de haut. Port: buissonnant érigé, très ramifié, à fleurs blanc-jaunâtre, utilisée comme plante médicinale. D'une grande toxicité (Wikipedia.org, 2023).

Physiologie : Les feuilles alternes vert glauque, sont divisées en lanières étroites, odeur désagréable quand on les froisse (figure n°68). Les fleurs de 2 cm possèdent 5 pétales blanc-jaunâtre, 10 à 15 étamines à filets très élargis à la base. 5 sépales étroits persistants. Ils entourent une capsule sphérique à 3 loges contenant de nombreuses graines anguleuses noires.

Biotope : origine : Afrique du Nord, pourtour méditerranéen, Europe centrale (dont Hongrie, Bulgarie) Asie Mineure et Asie centrale (Sibérie, Tibet, Ladakh) en zone subdésertique sablonneuse ou rocailleuse.

Période de la récolte : Automne et Printemps.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation (Etre humain) : Crises de sciatiques et les douleurs rhumatismales.

Forme d'emploi : huiles végétales.

Dose : une cuillère à café d'huile d'Harmel.

Mode d'utilisation:

En onction : appliquer une cuillère à café d'huile de Harmel (elle soulage les crises de sciatiques et les douleurs rhumatismales) 2 fois par le soir pendant 3 jours.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Moringa, Ben ailée, arbre de vie
Nom en arabe : المورينغا، اللبان الزيتي، الشوع
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Capparales
Famille : Moringacées
Genre : Moringa
Espèce : *Moringa oleifera*



Fig. N° 69 : *Moringa oleifera* (Moringa)

Description : Arbre à croissance rapide, à tronc résineux et écorce vert pâle, à cime légère, feuillage caduc d'apparence plumeuse (tripenné), hauteur de 10-12 m pour un diamètre du tronc de 45 Cm (figure 69). Ecorce de couleur gris blanchâtre entourée par une épaisse couche de liège. Tige pubescente. Branches fines, fragiles aérées et retombantes. Fleurs odorantes et bisexuées comptent 5 sépales et 5 pétales de tailles inégales, blanc jaunâtre finement veinés, 5 étamines et 5 staminodes, un ovaire stipité à une seule loge garnie de 3 placentas pariétaux portant de nombreux ovules. Elles sont disposées en grappes diffuses ou tombantes, longues de 10-25 centimètres, sur un axe principal mince et poilu. C'est une plante mellifère (Wikipedia.org, 2023).

Physiologie : La floraison : dès les six premiers mois suivant la plantation. En zone plus tempérée la floraison ne survient qu'une fois par an (avril - juin dans l'hémisphère nord). Selon les conditions saisonnières de températures et de pluviométrie, la floraison peut se produire 02 fois/ an. Le fruit : longue capsule pendante, trigone, marron, à section anguleuse, formée de 3 valves, contenant des graines huileuses garnies de 3 ailes.

Biotope : Afrique de l'Est et principalement à Madagascar. Inde, zone aride ou semi-aride et chauds, Algérie (Biskra, Ouargla...)

Période de la récolte : toute l'année.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : Tension nerveuse et ballonnement.

Forme d'emploi : poudre.

Dose : deux cuillères à café Moringa, un verre de jus ou lait.

Mode d'utilisation (Etre humain): Mélanger deux cuillères à café de poudre Moringa dans un verre de jus ou lait et prendre la préparation 2 fois / jour pendant 1 mois

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Paronyque argenté

Nom en arabe : فئات الحجر

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Caryophyllales

Famille : Caryophyllacées

Genre : Paronychia

Espèce : *Paronychia argentea*.L



Fig. N° 70 : *Paronychia argentea*.L (Paronyque argenté)

Description : Plante herbacée rampante vivace. Couleur argentée des bractées de ses inflorescences. Tiges ramifiées étalées, couchées à la base, se redressant en pointe, glabres ou pubescentes, portant des feuilles persistante disposées de façon opposée, forme ovale, contour entier, nervure médiane seule. Etablie sur une souche ligneuse épaisse. Fleurs apétales sont réunies en glomérules terminaux et axillaires, constituées de 5 sépales oblongs, scarieux et aristés, et de 5 étamines, le tout entouré de grandes bractées ovales, scarieuses et argentées (figure n°70). Fruit indéhiscent est un akène ne contenant donc qu'une seule graine (Quelle est cette plante. fr, 2023).

Physiologie : Floraison: Mars- Juin.

Biotope : Méditerranéenne et les Aurès à niveau des secteurs montagneux.

Période de la récolte : Printemps.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation (Être humain) : rein et vésicule biliaire.

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de feuilles de Paronyque argenté, 1/2 litre eau bouillante.

Mode d'utilisation : une cuillère à café de feuilles de Paronyque argenté dans 1/2 litre d'eau bouillante pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre 2 fois par jour pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques et dialysées.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Rue de Chalep, Rue

Nom en arabe : الفيجل، الفيجن

Règne : Plantae

Division : Angiosperme

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Sapindales

Famille : Rutacées

Genre : Ruta

Espèce : *Ruta chalepensis* L.



Fig. N° 71 : *Ruta chalepensis* L. (Rue de Chalep)

Description : Une espèce de plantes à fleurs de la famille des Rutaceae, cette plante médicinale vivace est une espèce largement introduite ailleurs. Espèce glabre, non glanduleuse dans le haut, de 30-80 cm, ses feuilles plus larges (d'où le synonyme *Ruta macrophylla*, «Rue à grandes feuilles») sont composées (les inférieures en forme de stipules et pétiole), chacune divisée en plusieurs segments qui sont subdivisés en plus petites folioles ovales-oblongues. L'inflorescence est un racème de racèmes de fleurs composées de quatre ou cinq pétales jaune vif (figure 71) avec des bords frangés laminés. La grappe fructifère plus corymbiforme et moins lâche donne comme fruit des capsules parcheminées qui sont divisées en lobes pointus. La dissémination des graines est barochore (par gravité) (Wikipedia.org, 2023).

Physiologie : Rameaux dressés, semi-ligneux. Feuilles, persistantes, 6-12 cm de long, alternées vert-bleuté, divisé en 2 ou 3 parties. (Tout sur la botanique. fr, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen, Originaire d'Eurasie et d'Afrique du Nord. Endroits ouverts, pierreux, rochers, buissons, sur tout type de substrat entre 0 et 1000 m d'altitude.

Période de la récolte : Toute l'année.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation (Être humain) : vermifuge.

Forme d'emploi : poudre.

Dose : une pincée poudre de la rue, soupe.

Mode d'utilisation (Être humain) : Ajouter une pincée de poudre de la rue dans les soupes et manger les 2 fois par jour pendant 3 jours.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes et aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Alfa, L'esparto

Nom en arabe : الحلفاء

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Cyperales

Famille : Poacées

Genre : Stipa

Espèce : *Stipa tenacissima*



Fig. N° 72 : *Stipa tenacissima*(Alfa)

Description : C'est plante herbacée vivace, pousse dans des régions arides et qui sert notamment à fabriquer des papiers d'impression de qualité. Présence d'une ligule en forme de membrane ciliée. L'inflorescence est une panicule contractée de 25 à 35 cm de long, portant des épillets pédicellés. Les glumes, similaires, de forme lancéolée, sont persistantes et dépassent l'apex des fleurons. Les fleurons fertiles sont insérés entre deux glumelles, l'inférieure ou lemme, de 10 mm de long, à l'apex denté bifide, présente cinq nervures et porte une arête (barbe) incurvée de 40 à 60 mm de long. La glumelle supérieure ou paléole est sensiblement égale, linéaire et présente deux nervures et un apex acuminé. Le fruit est un caryopse au péricarpe adhérent, de forme oblongue, long de 7 à 8 mm. L'alfa pousse en touffes d'environ un mètre de haut, formant de vastes « nappes » dans les régions d'aridité moyenne.

Cette plante présente également un intérêt écologique pour lutter contre l'érosion dans les régions de steppes arides (Wikipedia, 2023).

Physiologie : Feuillage : Touffe de feuilles dressées, restant vertes toute l'année. Avec la sécheresse les feuilles s'enroulent sur elles-mêmes et prennent l'allure de feuilles de jonc (figure 72). Hauteur du feuillage : 30 cm.

Floraison : Inflorescences élancées vertes puis dorées, de juin à septembre. Hauteur en fleur : 60 à 80 cm. Largeur : 40 à 60 cm (Jardin sec.com, 2023). Se développe en touffe pouvant atteindre 80 cm. Feuillage vert toute l'année. Inflorescences vertes, puis dorées, persistantes de juin à septembre. Utilisée en vannerie, cordage (Semences du puy.com, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen, Régions arides de l'Ouest du bassin méditerranéen, en Afrique du Nord (Maroc, Algérie, Tunisie, Libye), et en Europe du Sud (Espagne, Italie), régions de steppes arides (Wikipedia, 2023).

Période de la récolte : Automne.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : Digestion, Calmant et l'hypertension artérielle et maigrir, Calculs rénaux et Antibiotique. Répulsion des insectes (Elconsolto.com, 2023).

Forme d'emploi : Tisane.

Dose : 2 à 3 feuilles de l'alfa, un verre d'eau, une cuillère à café de du miel.

Mode d'utilisation (Etre humain) :

Tremper environ 2 à 3 feuilles de l'alfa dans une tasse remplie d'eau bouillante, couvrez la tasse pendant 5 minutes pour éviter que les huiles végétales ne s'envolent dans l'air puis sucrer la préparation avec du miel, buvez-en une tasse/jour (le soir). Pendants 1 mois.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques; Aux femmes enceintes.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Armoise rouge, Armoise champêtre.

Nom en arabe : تَقَقْت

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Asterales

Famille : Asteracées

Genre : Artemisia

Espèce : *Artemisia campestris* L.



Fig. N° 73 : *Artemisia campestris* L. (Armoise rouge)

Description : Plante vivace à souche ligneuse, 40-90 cm de hauteur, vert sombre, glabre à l'état adulte ; tiges très rameuses (figure 73), à rameaux étalés, non visqueuse, les fertiles feuillées sous la panicule florale large et ample. Feuilles pétiolées, les basales à pubescence fine apprimée, à limbe divisé, bi ou tripennatiséquées, à lobes ultimes linéaires, étroits et aigus, les caulinaires en fascicules axillaires à lobes filiformes. Capitules très nombreux, petits, ovoïdes, sessiles, fleurs jaunes, les internes stériles (Flora maroccana.fr, 2023).

Physiologie : Floraison : Eté – Automne (juillet- novembre).

Biotope : Bassin méditerranéen, en Maghreb (Maroc, Algérie, Tunisie, Libye), et en Europe occidentale (Flora maroccana.fr, 2023).

Période de la récolte : Printemps.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : selon les habitants des communes enquêtées, les feuilles d'armoise rouge sont utilisées pour traiter les intoxications alimentaires, car elle les guérit immédiatement, est un analgésique contre les douleurs abdominales et ballonnement (calmer les troubles digestifs en général). Elle est également utilisée pour traiter la gourmandise et toutes sortes des maladies d'estomac.

Forme d'emploi : Tisane, Poudre.

Dose : une à deux cuillères à café d'armoise rouge, un verre d'eau, un pot d'yaourt ou une tasse de lait (au choix).

Mode d'utilisation : Chez l'être humain :

La 1^{ère} préparation consiste à tremper environ une cuillère à café de d'armoise rouge dans une tasse remplie d'eau bouillante, couvrez la tasse pendant 5 minutes, buvez-en une tasse deux fois /jour (matin et soir) pendant 1 à 2 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à prendre une cuillère à café de d'armoise rouge moulu mélangée avec un pot d'yaourt ou une tasse de lait, buvez-en une tasse ou un pot deux fois /jour (matin et soir) pendant 2 mois.

La 3^{ème} préparation consiste à prendre une tasse d'armoise rouge moulu mélangée avec le miel, prendre cuillère à café du mélange deux fois /jour (matin et soir) pendant 2 mois.

NB : les intoxications alimentaires jusqu'au guérir.

Chez les animaux :

Ballonnement et intoxications alimentaires : Tremper environ deux cuillères à café d'armoise rouge dans 1 litre d'eau bouillante, couvrez la tasse pendant 5 minutes, donner à l'animal une fois /jour jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques;

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Absinthe, absinthe Suisse

Nom en arabe : شجرة مریم، الشيبية

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Astérales

Famille : Astéracées

Genre: Artemisia

Espèce : *Artemisia absinthium L.*



Fig. N° 74: *Artemisia absinthium L.* (Absinthe)

Description : Il s'agit d'une plante herbacée pérenne à feuilles persistantes qui peut atteindre une hauteur d'un mètre. Etablie sur un rhizome dur, l'Absinthe présente des feuilles radicales, longuement pétiolées disposées en rosette et des feuilles caulinaires, peu pétiolées et disposées de façon alterne sur les tiges. Les feuilles radicales sont bi-pennatiséquées à tri-pennatiséquées, les feuilles caulinaires sont moins divisées. Toutes sont de couleur grise verdâtre sur le dessus et presque blanches et soyeuses dessous (figure 74). Elle fleurit de juillet à septembre. Les fleurs sont petites, jaunes tubulées, hermaphrodites, réunies en capitules globuleux et penchés, réunis à leur tour en panicules feuillées et ramifiées. Ses fruits sont des akènes. La pollinisation des fleurs est anémogame et la dispersion des graines barochore (Quelle est cette plante.fr, 2023).

Physiologie : Floraison : Eté – Automne (juillet- septembre).

Biotope : Bassin méditerranéen, en d'Afrique du nord, et en Asie (Quelle est cette plante.fr, 2023).

Période de la récolte : Printemps et l'été (Lucienne, 2010).

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : Vermifuge (parasites intestinaux ou vers), facilite la digestion des aliments au niveau de l'estomac et Traite le cuir chevelu et intensifie la croissance des cheveux.

Forme d'emploi : Tisane, Poudre.

Dose : une cuillère à café de à un verre d'absinthe, ½ litre d'eau bouillante, un verre d'huile d'olive.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à tremper environ une cuillère à café de d'absinthe dans ½ litre d'eau bouillante, couvrez la tasse pendant 5 minutes, buvez-en une tasse 2 à 3 fois /semaine (à jeun) pendant 3 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir un verre d'absinthe moulu avec un verre d'huile d'olive pendant 3 minutes, laisser la préparation une nuit, filtrer et appliquez-la sur le cuir chevelu 1 fois par semaine pendant 1 mois.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques ; aux femmes enceintes

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Bunium, gland de terre

Nom en arabe : تالغودة

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Apiales

Famille : Apiacées

Genre: Bunium

Espèce : *Bunium incrassatum*



Fig. N° 75 : *Bunium incrassatum* (Bunium, gland de terre)

Description : il s'agit d'une plante vivace, herbacée ayant des rayons des ombelles et des ombellules restant grêles, de 5 à 7 cm de large ; les fruits sont rétrécis au sommet à méricarpe contigus et sont 4 à 5 fois plus longs que larges (figure n°75); les tiges sont grêles de 10 à 50 cm de hauteur et les feuilles sont bipennatiséquées, à segments linéaires ou linéaires lancéolés (Quezel et Santa, 1963).

Physiologie : Floraison : Eté – Automne (juillet- septembre).

Biotope : Asie tempérée, en Europe et en Afrique du Nord. (Wikipedia.org, 2023), très répandue dans l'Est Algérien.

Période de la récolte : Printemps et été (Mai - juin).

Partie utilisée : Tubercule.

Utilisation : Selon les habitants, elle joue un rôle très important dans la sécrétion de la glande thyroïdienne (traitement du goitre)

Forme d'emploi : Brut.

Dose : 1 cuillère à café – 1 tasse de Bunium moulu, 1 tubercule de Bunium, 1 pot d'yaourt, 1 verre de lait.

Mode d'utilisation (Etre humain) :

La 1^{ère} préparation consiste à Lavez bien 1 tubercule de Bunium et coupez-la en petits morceaux, puis mangez-la 1 fois /jour pendant 6 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de Bunium moulu dans 1 pot d'yaourt ou un verre de lait, et prendre les 1 fois/ jour pendant 6 mois.

La 3^{ème} préparation consiste à mélanger une tasse de Bunium moulu avec le miel, prendre une cuillère à café de 1 fois /jour pendant 3 mois.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Orme champêtre, Petit orme

Nom en arabe : النشم

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Urticales

Famille : Ulmacées

Genre: Ulmus

Espèce : *Ulmus campestris*



Fig. N° 76 : *Ulmus campestris* (Orme champêtre, Petit orme)

Description : L'orme champêtre est un arbre commun qui pousse dans les haies et qui peut atteindre 30 à 35 mètres de hauteur. Il peut vivre jusqu'à 500 ans.

Cette espèce élégante a une couronne irrégulière, avec peu de branches maîtresses, mais de forte section. Son écorce est profondément fissurée en plaques de couleur brune noire. Elle a des rameaux brun rouge, grêles mais solides, avec parfois des ailes liégeuses. Elle présente des feuilles caduques alternes, ovales à arrondies, à courte extrémité pointue (figure 76).

Ce feuillage acquiert une magnifique couleur dorée à l'automne. Elle fleurit au mois de mars, avant les feuilles, sans pétales, mais avec des étamines rouge pourpre très distinctes. Il produit des samares, dont l'aile est arrondie et échancrée et porte une graine décentrée (Michel Caron, futura-sciences, 2024).

Physiologie : Feuillage : automne. Floraison : mars (Michel Caron, futura-sciences, 2024).

Biotope : L'île britanniques, l'Europe, l'Ouest de l'Asie et en Afrique du Nord, le plus souvent dans les régions riches en alluvions (Michel Caron, futura-sciences, 2024).

Période de la récolte : Automne.

Partie utilisée : écorce.

Utilisation : Nettoyage (purification) du sang, bronchite et inflammation de gorge, peau (nettoyage, mélasma et taches de rousseur).

Forme d'emploi : décoction, crème, tisane.

Dose : 50 g à 3 mesures de poudre d'Orme champêtre, 1 mesure de vaseline, 2 litre et demi d'eau.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir 50 g écorce d'Orme champêtre en poudre dans deux litres d'eau pendant 5 minutes, nettoyer la peau avec la préparation 3 fois/ jours chaque jour.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger 3 mesures de poudre d'Orme champêtre et 1 mesure de vaseline jusqu'à obtenir une pommade. Puis comprime les zones cutanées affectées (Mélasma et taches de rousseur) 1 fois /jours jusqu'au guérir.

La 3^{ème} préparation consiste à bouillir 50 g écorce d'Orme champêtre en poudre dans 1 litre et demi d'eau pendant 5 minutes, laisser 5 à 10 minutes, puis, filtrer le et prendre un verre 1 fois/ jours jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement et ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun : Hélosciadie, Faux Cresson, Zayata

Nom en arabe : الزيتة

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Apiales

Famille : Apiacées

Genre: Apium

Espèce : *Apium nodiflorum* L.

ou *Helosciadium nodiflorum*L.



Fig. N° 77 : *Apium n odiflorum* L. (Faux Cresson)

Description : Plante vivace à glabre, de 20 à 80 cm de haut. Feuilles en folioles à limbe ovale-lancéolé, dentelé (figure 77). Le pédoncule de l'ombelle est très court, tandis que l'involucelle présente 4 - 5 bractées larges bordées de blanc. La fleur est d'une couleur blanche. Le fruit est ovoïde avec des côtes fines, leur environnement aquatique rivières marais et l'environnement anthropisé un fossé. La répartition des régions côtes basses et plaines corbières, montagne noire, ouest audois, Pyrénées. Fréquence fréquente, leurs caractéristiques utilisations : toxique (L'herbiel de Gabriel, 2024). En même, si elle est considérée comme une plante comestible dans de nombreuses études ethnobotaniques, certaines personnes rapportent une certaine toxicité. En raison de sa concentration en acide oxalique, il est recommandé de le consommer de manière modérée pour les individus atteints de calculs rénaux. D'après Rodet et Baillet (1872), elle ne s'intéresse pas particulièrement au bétail (Wikipedia.org, février 2024).

Physiologie : Floraison Juin-septembre (Tela botanica.org, 2023).

Biotope : Europe centrale et méridionale ; Asie occidentale ; Afrique septentrionale. Répandue dans le nord-africain (Algérie, Maroc et Tunisie) dans les Ruisseaux, fossés, marais, étangs, dans toute la France et en Corse (Tela botanica.org, 2023).

Période de la récolte : Toute l'année.

Partie utilisée : feuille, tige.

Utilisation : Certaines personnes des environs ont rapporté qu'il était utilisé pour le traitement de la typhoïde et de la gale, en particulier pendant la période coloniale française. Purifier les reins et les voies urinaires, Digestion (troubles digestifs, estomac, diarrhée).

Forme d'emploi : cuit, décoction.

Dose : Un petit paquet de plante et l'eau selon les besoins.

Mode d'utilisation :

Typhoïde et de la gale : un petit paquet de plantes de Faux Cresson lavé et haché ensuite tremper les dans 5 litres d'eau froide, laisser une nuit complète ensuite filtrer et rincer le corps ou l'endroit contaminé chaque jour (1 fois/jour) jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mixer 2 à 3 branches de Faux Cresson dans une tasse d'eau froide, laisser une nuit, puis prendre-en une tasse 1 fois/jour jusqu'au guérir.

Purifier les reins et les voies urinaires, Digestion (troubles digestifs, estomac, diarrhée) : mixer 2 à 3 branches de Faux Cresson dans une tasse d'eau froide, laisser une nuit, puis prendre-en une tasse 1 fois/jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir 2 à 3 branches de Faux Cresson dans ½ litre d'eau, filtrer puis prendre-en une tasse 1 fois/jour jusqu'au guérir.

La 3^{ème} préparation consiste à cuire à la vapeur le Faux Cresson (lavé et coupé en petits morceaux) pendant 15 à 20 minutes, puis mangez-les 3 fois/semaine jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Mauve sylvestre, Grande Mauve

Nom en arabe : الخباز، الخبيزة

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Malvales

Famille : Malvacées

Genre: Malva

Espèce : *Malva sylvestris* L.



Fig. N° 78 : *Malva sylvestris* L. (Mauve sylvestre)

Description : Il s'agit d'une plante herbacée, bisannuelle et vivace grâce à des bourgeons souterrains et a une hauteur de 30 à 120 cm (Jan *et al.*, 2021). Leur racine principale est pivotante et fusiforme, de couleur blanche, forte et riche en mucilage (Flores M., 2011). Elle est très rustique qui se trouve à l'état sauvage dans les décombres, les bords de chemins et les haies. Sa tige est dressée et ses feuilles sont arrondies et vert foncé (figure 78), divisées en 5 lobes peu profonds. Fleurs en entonnoir évasé de 4 à 6 cm de diamètre, à 5 pétales en forme de cœur d'un rose pourpre, stries violet foncé, des étamines soudées entre elles comme un tube. Quand les fleurs se fanent, elles deviennent bleues. Le nom d'Herbe à fromage est donné aux petits fruits circulaires, d'où le nom d'Herbe à fromage (Nathalie Guellier, Jardinage le monde.fr, 2017).

Physiologie : La floraison à partir de mai et durant l'été (Nathalie Guellier, Jardinage le monde.fr, 2017).

Biotope : Originaire des terrains en friches, et des pentes rocailleuses du Nord-est de l'Afrique et du Sud-ouest de l'Asie (Virginie T. site promesse de fleurs.com, 2022). Sahara septentrional, zones rocailleuses (Bengaid Meriem et Darem Sara (2021). En Europe tempérée et occidentale, l'Himalaya et la Sibérie en Asie centrale, tous les régions tempérées (Lim, 2014).

Période de la récolte : Les feuilles de Mauve sylvestre se récoltent toute l'année (Nathalie Guellier, Jardinage le monde.fr, 2017).

Partie utilisée : Feuilles, fleurs et tiges.

Utilisation : Traiter les problèmes digestifs (constipation, indigestion), toux sèche, augmentation de l'immunité du corps.

Forme d'emploi : tisane.

Dose : un verre d'eau bouillante, 1 à 2 cuillères à soupe d'un mélange de fleurs et de feuilles de mauve.

Mode d'utilisation : Tremper environ une cuillère à soupe de d'un mélange de fleurs et de feuilles de mauve dans ½ litre d'eau bouillante, couvrez la tasse pendant 5 minutes, buvez-en un verre 2 fois /jour pendant 1 mois.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Faux Ammi fluét, Ammi

Nom en arabe : النوخة، النوخة

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Apiales

Famille : Apiacées

Genre: Ammoides

Espèce : *Ammoides verticillata*

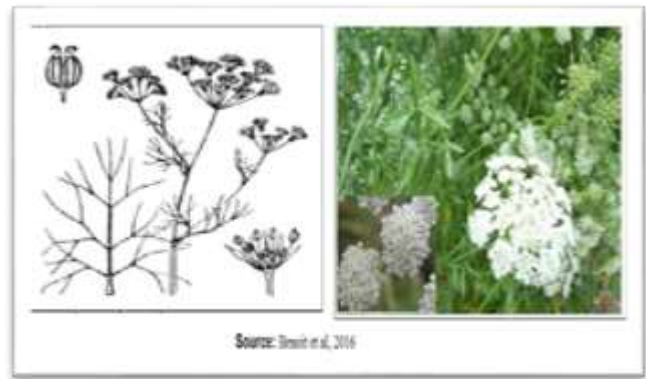


Fig. N° 79 : *Ammoides verticillata* (Faux Ammi fluét, Ammi)

Description : *Ammoides verticillata* est une plante très odorante, elle est fortement aromatique et piquante, son odeur (semble au thymol) est très agréable mais très diffusible et intense ; fortement balsamique, persistante même après la dessiccation (Daïne et Mostefaï, 1998). Elle a une odeur et un goût qui rappelle beaucoup celui du thym. C'est une plante herbacée annuelle, grêle glaucescente. Elle atteint environ 9 cm à 40 cm de hauteur. Sa tige est dressée, striée et à nombreux rameaux étalés. Ses feuilles pétiolées sont s'arrangées de deux façons. Les feuilles inférieures possèdent de 3 à 5 segments très rapprochées, étroit et trifide et les postérieures sont découpées en lanières capillaires paraissant verticillées voire (Figure n°79) (Merad, 1973). Ses fleurs sont en inflorescence de couleur blanche (figure n°99); sont regroupées en petite ombelles, et elles sont composées de 8 à 15 rayons capillaires très inégaux (Belouad, 1998). Elle est caractérisée par un cycle dynamique tardif allant de mois de mai au mois de juillet. Les fruits sont des diakènes, gris brunâtres, petits de longueur inférieure à 1mm, côtelés de forme ovoïde et sont recouverts de poils épais. Ses grains sont petits, ovales, striées, courbées et gris-vert. Ses racines sont aussi grêles et pivotantes. Les grains une fois mûres sont récoltés, séchés et battus (Benoit *et al.*, 2016).

Physiologie : Floraison : mai- juillet, c'est une plante annuelle (Tela botanica.org, 2023).

Biotope : Elle pousse spontanément en Afrique du Nord; en Ethiopie et en Egypte, en Nord d'Asie, en Turquie, en Inde, en Iran, en Pakistan et en Afghanistan. Elle s'étend également dans la région méditerranéenne, les Indous et les Perse (Abdelouahid et Bekhechi, 2004).

L'*Ammoides verticillata* est une plante médicinale Algérienne poussant dans le Nord-ouest d'Algérie, région de Tlemcen, et dans le Sud-ouest d'Algérie région d'Adrar (Quezel et Santa, 1963). Cette plante est abondante dans les champs, les pelouses ou dans les forêts et/ ou sur les altitudes montagneuses d'environ 1190m d'hauteur (Ayache *et al.*, 2007).

Période de la récolte : Juin- Octobre.

Partie utilisée : feuille, racine.

Utilisation : traiter les abcès et les furoncles, digestion (ballonnement, diarrhée, colon, estomac), douleurs menstruelles, infections bactériennes et fongiques, coups de soleil ou insolation.

Forme d'emploi : cataplasme, décoction, tisane, extrait.

Dose : un verre des feuilles de l'Ammi, 1 oignons, 1 litre d'eau, une cuillère à café de miel, 2 cuillères à soupe lavande, une cuillère à soupe de racine d'Ammi, 2 à 3 cuillères à soupe eau de fleur.

Mode d'utilisation (Etre humain) :

Abcès et furoncles : hacher les feuilles de l'Ammi, faites-les chauffer légèrement à feu doux dans un bain-marie, puis enveloppez-les dans une compresse stérile. Placez-le sur le furoncle ou la plaie toute la nuit 1 fois par jour jusqu'au guérir.

Abcès et furoncles : hacher les feuilles de l'Ammi, faites-les chauffer légèrement à feu doux dans un bain-marie, puis enveloppez-les dans une compresse stérile. Placez-le sur le furoncle ou la plaie toute la nuit 1 fois par jour jusqu'au guérir.

Digestion (ballonnement, diarrhée, colon, estomac), douleurs menstruelles, infections bactériennes et fongiques : Mettre une cuillère à café de feuilles d'Ammi dans ½ litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, ajouter une cuillère à café de miel, puis prendre un verre 2 fois par jour pendant 1 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir une cuillère à soupe de s racines d'Ammi en poudre dans 1 litre d'eau pendant 3 à 5 minute, filtrer puis prendre-en une tasse 2 fois/jour pendant 1 mois.

Coups de soleil ou insolation : mettre un verre des feuilles de l'Ammi, ajouter 2 cuillères à soupe de la lavande et 1 oignon coupé en tranches dans un mixeur et hacher le mélange en ajoutant 2 à 3 cuillères à soupe eau de fleur, appliquez-le sur vos têtes et le front, laissez-le agir une heure puis l'avez-vous la tête et le front. Utilisez cette préparation 2 fois par semaine jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, Ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun: Silène commun, Silène enflé, Claquet

Nom en arabe: تيغيغت، سطورنيون، القويلة، تاغيغشت

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Caryophyllales

Famille : Caryophyllacées

Genre : Silene

Espèce : *Silene vulgaris* (*Silene cucubalus*)



Fig. N° 80 : *Silene vulgaris* (Silène commun)

Description : Le *Silene vulgaris* est une plante herbacée, vivace de 20 à 60 cm de haut, La tige est dressée, simple ou ramifiée, glabre, lisse à la surface. Les feuilles sont glabres, elles ont un limbe mince, avec un bord lisse et un sommet pointu ; les feuilles de la tige sont opposées et lancéolées. Les fleurs sont regroupées en cyme dichotome blanches (figure 80), possédant un calice glabre, Il est en tube, avec 5 dents égales, triangulaires et renflé. Les pétales sont incurvés, bilobés. Le fruit est une capsule globuleuse, glabre, formée à partir des carpelles (Pierre Goujon, flore en ligne.fr, 2024).

Physiologie : la floraison est à partir de mois de d'avril jusqu'à août (Pierre Goujon, flore en ligne.fr, 2024).

Biotope : est originaire de l'Afrique du Nord, de l'Europe et de l'Asie tempérée et introduite en Amérique du Nord et en Amérique du Sud, en Afrique du Sud, au Japon, en Australie et en Nouvelle-Zélande, elle est présente dans la plupart des États-Unis et du Canada. Pousant essentiellement dans les champs cultivés, champs abandonnés, pâturages, près de fauche, jardins, rivages, gravières, bords de route, milieux perturbés (AIMS, 2021).

Période de la récolte : On récolte les feuilles au printemps.

Partie utilisée : les feuilles et les racines.

Utilisation : Cette plante contient de la saponine, les jeunes feuilles sont comestibles, consommées crues en salades ou cuites, elles ont une saveur rappelant celles des petits pois (Boukhira Smahane, 2018). On peut consommer les jeunes pousses tendres et les premières feuilles de cette plante à l'état cru, comme dans une salade, ou bien les cuire, similaires aux épinards, en y intégrant des œufs.

Selon les personnes enquêtées, le Silène enflé est utilisé en traitement de diverses affections de la peau (plaies, Eczéma et gale) et cheveux (il lisse les cheveux, les renforcer et augmenter leur brillance), digestion (ballonnement, vomissements, diarrhées, estomac), vermifuges, foie et rate, maladies articulaires, notamment sciatique, anti-inflammatoire (Infections de l'oreille, les dents, la bouche et de l'utérus).

Forme d'emploi : Poudre, décoction, cru ou cuit et huiles végétales.

Dose : 1 litre d'eau, une cuillère à café, en poudre, de chaque ingrédient : Silène enflé, Jujubier sauvage, clou de girofle, Nigelle cultivée (habat el baraka), romarin et argile vert, 3 gouttes de n'importe quelle huile à votre disposition, miel selon les besoins, un verre de semoule de l'orge, un verre d'huile d'olive chaude.

Mode d'utilisation :

Diverses affections de la peau (plaies, Eczéma et gale) et cheveux (il lisse les cheveux, les renforcer et augmenter leur brillance) : Fait bouillir une cuillère à café de feuilles de Silène enflé dans 1 litre d'eau, pendant 3 minutes, filtrez ensuite utilisez ce mélange en lavant les zones infectées 3 fois par jour jusqu'à guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger dans une bouteille de ½ litre d'eau une cuillère à café, en poudre, de chaque ingrédient : feuilles de Silène enflé, feuilles de Jujubier sauvage et de l'argile verte. Pour donner au mélange un parfum agréable, ajoutez 3 gouttes de n'importe quelle huile à votre disposition (lavande, amande, noix de coco...). Puis, bien agiter le flacon jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Utilisez ce mélange en lavant les zones infectées 3 fois par jour et les cheveux 2 fois par semaine jusqu'à guérir.

La 3^{ème} préparation consiste à bouillir une cuillère à café, en poudre, de chaque ingrédient : feuilles de Silène enflé, feuilles de Jujubier sauvage, feuilles de romarin, graine de Nigelle cultivée (habat el baraka) et clou de girofle dans ½ litre d'eau, pendant 3 minutes, puis laisser refroidir ensuite, filtrez le mélange et ajoutez 3 gouttes de n'importe quelle huile à votre disposition, puis, mettez-les dans un flacon et agitez-les bien le jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Utilisez ce mélange en lavant les zones infectées 3 fois par jour et les cheveux 2 fois par semaine jusqu'à guérir.

La 4^{ème} préparation consiste à Mélanger une cuillère à café de Silène enflé en poudre avec du miel selon les besoins, puis appliquez le mélange sur la zone affectée une nuit, puis prenez une douche chaude. Utilisez cette méthode 3 fois par semaine jusqu'à guérir.

Digestion (ballonnement, vomissements, diarrhées, estomac), foie, vésicule biliaire et rate : Fait bouillir une cuillère à café de racines de Silène enflé dans ½ litre d'eau, pendant 3 minutes, puis filtre et boire un verre avec une cuillère à café de miel, 2 fois par jour pendant 1 mois.

Vermifuges: dans une casserole, mettre à cuire un verre de semoule de l'orge dans ½ litre d'eau, puis ajoutez une cuillère à café de feuilles et racines de Silène enflé et mélangez, ensuite manger-le 2 fois par semaine (2 jours successif, à jeun) pendant 6 mois.

Maladies articulaires, notamment sciatique : Mélanger une cuillère à café de feuilles et racines de Silène enflé en poudre et une cuillère à café de Nigelle cultivée avec un verre d'huile d'olive chaude, laissez agir une nuit. Ensuite filtre et étalez le mélange sur la zone affectée et laissez poser 20 minutes, puis prenez une douche chaude. Utilisez cette méthode 2 fois par semaine jusqu'à guérir.

Anti-inflammatoire (Infections de l'oreille, les dents, la bouche, la gorge et de l'utérus) :

Fait bouillir une cuillère à café de feuilles et racines de Silène enflé dans 1 litre d'eau, pendant 3 minutes, filtrez ensuite utilisez ce mélange en lavant les zones infectées 3 fois par jour jusqu'à guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à broyer une cuillère à café de feuilles et racines de Silène enflé, puis extraire l'essence de la plante. Ensuite mettre 1 goutte dans le nez et laissez 3 minutes, utilisez 2 fois par jour jusqu'à guérir. Cette méthode s'avère utile pour soulager les douleurs dentaires, les maux de gorge et les problèmes d'oreille.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques, dialysées et aux femmes enceintes.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Coquelicot, Pavot coquelicot, pavot des champs, pavot rouge

Nom en arabe: شقائق النعمان، بنعمان

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Papaverales

Famille : Papaveracées

Genre : Papaver

Espèce : *Papaver rhoeas* L.

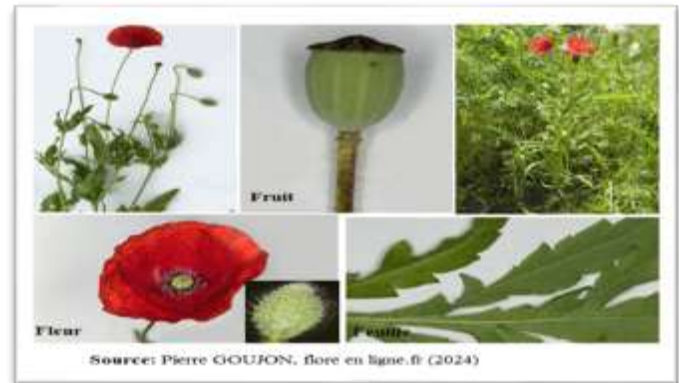


Fig. N° 81 : *Papaver rhoeas* L. (Coquelicot)

Description : Le coquelicot pousse spontanément et est principalement présent dans les champs de blé, où il est nuisible. Les racines sont grêles, pivotantes, presque simples, blanchâtres, un peu fibreuses (Cazin, F.J., 1850). C'est une plante annuelle, herbacée, de 20 à 60 cm de haut. La tige est dressée, ramifiée et pleine, à une surface lisse, et poilue. Les feuilles sont alternes, simples, découpées, elles ont un limbe mince. Leur face supérieure est glabrescente, leur face inférieure poilue (figure 80). Les fleurs sont isolées en sommet de tige, elles sont rouges avec une tache noire à la base, et portées par un pédoncule long et poilu, avec des poils étalés. Elles ont des étamines libres, à filets filiformes. Le pistil est surmonté de 7 à 12 stigmates à lobes se recouvrant par les bords. La corolle est formée de 4 pétales presque égaux, libres, avec l'extrémité arrondie. Le calice est velu. Il est formé de 2 sépales libres ovales, et qui tombent en cours de floraison. Le fruit est une capsule ovale, glabre, formée à partir des carpelles (Pierre Goujon, flore en ligne.fr, 2024).

Physiologie : La période de floraison s'étend de mai à juillet durant l'été (Pierre Goujon, flore en ligne.fr, 2024).

Biotope : Europe centrale et méridionale ; Asie occidentale et centrale ; Afrique septentrionale (Tela botanica.org, 2021). C'est une espèce Eurasiatique, présente dans l'ensemble de l'Europe centrale et méridionale; les îles britanniques, l'Asie (sauf les pays du nord), l'Afrique du nord, les Canaries ainsi que Madère (INPN, 2016).

Période de la récolte : On récolte les pétales durant la floraison (été) (Cazin, F.J., 1850).

Partie utilisée : Les pétales et les capsules (Cazin, F.J., 1850), la plante entière.

Utilisation : Selon les personnes enquêtées, le Coquelicot est utilisé comme analgésiques pour le traitement des troubles nerveux chez les enfants et l'insomnie, spécifiquement pour soulager les douleurs coliques, plaies purulentes et libération des glaires.

Forme d'emploi : Poudre, décoction, Cataplasme, infusion.

Dose : une cuillère à café de poudre de la plante entière de Coquelicot, une tasse d'eau bouillante et une autre froide, une cuillère à café de et 5 fleurs de Coquelicot, feuilles vertes, selon les besoins, compresse stérile.

Mode d'utilisation :

Analgésiques pour le traitement des troubles nerveux chez les enfants et l'insomnie, spécifiquement pour soulager les douleurs coliques : Utilisez une cuillère à café de poudre de la plante entière de Coquelicot dans une tasse d'eau bouillante et laissez-la infuser pendant 10 minutes, puis filtrez et buvez une cuillère à café de pour les enfants et une cuillère à café de à soupe pour les adultes 3 fois par jour durant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à verser une cuillère à café de des fleurs de Coquelicot dans 1 tasse d'eau bouillante, laissez infuser pendant 10 minutes, filtrez, puis consommez 1 fois par jour durant 15 jours.

La 3^{ème} préparation consiste à bouillir 5 fleurs de Coquelicot dans 1 tasse d'eau pendant 3 minutes, puis filtrez et buvez 1 fois par jour durant 15 jours.

Plaies purulentes : écrasées les feuilles vertes, selon les besoins, verser sur une compresse stérile, et mettre sur les plaies purulentes 2 fois par jour jusqu'à guérir.

Libération des glaires : la mastication d'une cuillère à café de fleurs de cette plante, 2 fois par jour pendant 7 jours, les glaires sont libérées.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques, aux femmes enceintes et allaitantes.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Téléphium d'imperato, Téléphium,
Nom en arabe: سرغينة، تسرغينت، بخور الأمازيغي، يقطوم شائع
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Caryophyllales
Famille : Caryophyllacées
Genre : Telephium
Espèce : *Telephium imperati L.*



Fig. N° 82 : *Telephium imperati L.* (Telephium d'imperato)

Description : Le *Telephium imperati L.* est une Plante vivace de 20-40 cm, glabre et glauque, à souche épaisse, à tiges nombreuses, perpendiculaires- étalées, simples et très feuillées. Les feuilles sont alternes, presque unilatérales, ovales, un peu épaisses, munies de stipules courtes et membraneuses. Les fleurs sont blanches, assez grandes, en têtes serrées au sommet des tiges, elles sont formées de quatre pétales presque égaux, libres, avec l'extrémité arrondie. Le calice est velu. Il est formé de cinq sépales, oblongs-linéaires, carénés, membraneux aux bords et cinq étamines, trois styles, étalés- recourbés et d'une capsule trigone-pyramidale, atténuée en bec saillant, à trois loges à la base, à trois valves et à 15-20 graines.

Physiologie : la floraison est à partir de mois de mai jusqu'à août.

Biotope : est présente dans l'Afrique du Nord notamment en Algérie, Maroc et Tunisie, l'Asie tempérée aux Caucase, Caucase du Nord, Transcaucasie, Asie centrale Turkménistan, Asie occidentale aux Afghanistan, Chypre, Iran, Irak, Liban, Syrie, Sinaï et Turquie, l'Asie tropicale au Sous-continent indien et Pakistan, aussi, l'Europe aux Europe centrale Suisse, Europe du Sud-Est Grèce, Italie, crète (île Kriti), Europe du Sud-Ouest France et Espagne (World Flora Online, 2024).

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : racines (figure 82).

Utilisation : Selon les personnes enquêtées, le Téléphium est utilisé comme un désodorisant corps et vêtements, hydratation et fraîcheur de la peau Traiter le rhume, les maladies des poumons, du foie et de la rate.

Forme d'emploi : Poudre, décoction, infusion et fumigation.

Dose : 1 litre d'eau, une cuillère à soupe du miel, 1 tasse de poudre de racine de Téléphium une cuillère à café de chacune des plantes suivantes : lavande et raisins secs

Mode d'utilisation :

Contre le rhume, désodorisant corps et vêtements : Il s'utilise par fumigation (bakhour) 1 fois par jour pendant 1 semaine, c'est un bon encens aromatique.

Traiter les maladies du foie, de la rate et des poumons : Mélangez une cuillère à café de poudre de Téléphium, mélangez avec une cuillère à soupe du miel et prenez une cuillère à café de deux fois par jour pendant un mois.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir une cuillère à café de chacune des plantes concernées (Téléphium, lavande et raisins secs), dans 1 litre d'eau pendant 3 minutes, puis à filtrer et à en boire une tasse deux fois par jour pendant un mois.

Hydratation et fraîcheur de la peau: Une tisane ou une décoction de Téléphium aide à favoriser la santé de la peau de l'intérieur grâce à ses propriétés hydratantes en faisant bouillir 1 cuillère à café de racines de cette plante dans 1/2 litre d'eau pendant 3 minutes, boire une tasse deux fois par jour pendant une semaine et répétez le processus si nécessaire.

La 2^{ème} préparation consiste à ajouter 1 tasse de poudre de racine de Téléphium dans une baignoire remplie d'eau chaude et la laisser agir 10 minutes, puis la laisser dans l'eau du bain pendant 20 minutes pour bénéficier de ses propriétés hydratantes. Utilisez le mélange deux fois par semaine pendant un mois.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Scrofulaire des chiens, Scrofulaire

Nom en arabe : العُذْب، عُذْب الكلب، فوزية

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Scrophulariales

Famille : Scrofulariacées

Genre : *Scrophularia*

Espèce : *Scrophularia canina* L.

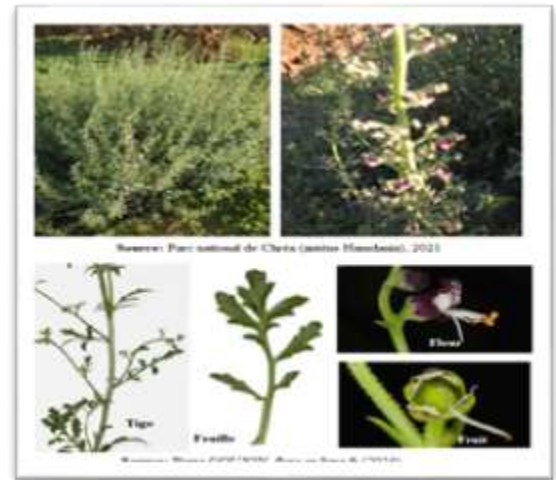


Fig. N° 83 : *Scrophularia canina* L. (Scrofulaire)

Description : La *Scrophularia canina* L. une plante herbacée, vivace de 30-80 cm, glabre, à tige dressée, ramifiée, cylindriques, anguleuses. Les feuilles sont vertes et glabres, alternes, simples, découpées, pétiolées. Les fleurs sont nombreuses, petites, discrètes, brun rougeâtre et blanches, à étamines saillantes et supportées par un pédicelle glanduleux. Les fruits sont des capsules globuleuses, glabres, formées à partir des carpelles (figure 83).

Physiologie : la floraison entre mai et août (Pierre Goujon, flore en ligne.fr, 2024).

Biotope : il est originaire du sud de l'Europe et du littoral méditerranéen, est présent dans le Midi, le Centre, et la Corse, et couvre l'Europe méridionale et centrale jusqu'à l'Asie mineure et l'Afrique du Nord. Elle pousse sur les sols calcaires secs, pierreux ou sablonneux (y compris dans les alluvions sableuses des rivières), sur les bords des chemins et sur les pentes rocheuses jusqu'à 700 m d'altitude (La Dépêche du Midi, 2016).

Période de la récolte : La cueillette des racines et de la partie aérienne s'effectue durant l'été et l'automne, entre mai et septembre.

Partie utilisée : racines et la partie aérienne de la plante.

Utilisation : Son nom provient de son utilisation comme remède contre la gale chez les chiens et les porcs, notamment en Italie. Ses propriétés médicinales sont similaires à celles de scrofulaire noueuse (*Scrophularia nodosa*) notamment anti inflammatoire, hypoglycémiques, cicatrisantes, anti-blessures et toniques (Quelle est cette plante.fr, 2024).

Selon les personnes enquêtées, la Scrofulaire est utilisée pour les douleurs articulaires, problèmes de la peau (Acné, eczéma, prurit, gale... ect) .

Forme d'emploi : décoction et infusion.

Dose : 1 litre d'eau, une cuillère à café de chaque ingrédient suivant : la Scrofulaire (plante entière), pissenlit (hindbé) et de la fumeterre

Mode d'utilisation :

Douleurs articulaires : Faire bouillir une cuillère à café de la Scrofulaire (plante entière) dans 1 tasse d'eau froide à feu doux pendant 5 minutes. Boire 1 tasse 2 fois par jour, pendant 1 mois, la décoction peut être sucrée.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de la Scrofulaire (plante entière) dans 1 tasse d'eau bouillante pendant 10 minutes. Boire 1 tasse deux fois par jour pendant 1 mois, l'infusion peut être sucrée.

La 3^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de la Scrofulaire (plante entière) et une cuillère à café de du curcuma dans ½ litre d'eau bouillante pendant 10 minutes. Boire 1 tasse deux fois par jour pendant 1 mois.

Problèmes de la peau (Acné, eczéma, prurit, gale... ect) : bouillir une cuillère à café de chaque ingrédient, notamment la Scrofulaire (plante entière), pissenlit (hindbé) et de la fumeterre dans 1 litre d'eau froide à feu doux pendant 5 minutes. Boire 1 tasse 2 fois par jour, pendant 1 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de chaque ingrédient, notamment la Scrofulaire (plante entière), pissenlit (hindbé) et de la fumeterre dans 1 litre d'eau bouillante pendant 10 minutes. Boire 1 tasse deux fois par jour pendant 1 mois.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques, aux femmes enceintes et allaitantes.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Germandrée polium (tomenteuse)

Nom en arabe: خياطة الجراح، الجعدة، الخياطة

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : polium

Espèce : *Teucrium polium* L.



Fig. N° 84: *Teucrium polium* L. (Germandrée polium)

Description : *Teucrium polium* est une plante arbustive vivace, varie entre 20 à 50 cm de hauteur, très parfumée et très polymorphes, le nombre des tiges est important et sont ramifiées avec des micromorphes reste toujours délicate et des feuilles linéaires vert gris à très fortement révolutés sur les marges ou jaunâtres (Quezel et Santa, 1963), possèdent l'étonnant goût de saucisson poivré et agrémente les salades, les plats chauds ou les fromages de chèvre (Lucas Heitz, 2015). Les fleurs sont blanches ou jaunâtres (figure 84), la floraison en mois d'avril à juin, la partie aérienne de cette plante possède une odeur agréable et aromatique (Ozenda, 1977).

La Germandrée tomenteuse est considérée comme une plante aromatique. Ses feuilles possèdent l'étonnant goût de saucisson poivré et agrémente les salades, les plats chauds ou les fromages de chèvre (Lucas Heitz, 2015).

Physiologie : Floraison : printemps au début de l'été (avril – juin). Récolte : Printemps.

Biotope : Il est largement présent dans le bassin méditerranéen et plus particulièrement en Algérie, en Europe, nord de l'Afrique et nord-ouest d'Asie. (Andary, 1988), il développe aux bioclimats arides et semi-arides. Il pousse sur coteaux, les sables et dans les lieux arides. (Esmail, 2010).

Période de la récolte : Printemps.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : Digestion (douleurs d'estomac, ballonnement, colon, contre les coliques spasmodique et gastrique), anti-inflammatoire, antibactérien, fièvre, Infections des dents et gencives.

Forme d'emploi : Tisane, Décoction.

Dose : 1 à 3 cuillères à Soupe feuille de Germandrée polium (ou une cuillère à café en poudre), 1 à 3 litres d'eau, une cuillère à café de miel.

Mode d'utilisation :

Digestion (douleurs d'estomac, ballonnement, colon, contre les coliques spasmodique et gastrique) et anti-inflammatoire: mettre une cuillère à Soupe feuille de Germandrée polium, dans 1 litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, prendre un verre sucré par 1 cuillère à café miel 1 fois par jour à jeun pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Antibactérien, infections des dents et gencives et diminution de la fièvre: Bouillir 3 cuillères à Soupe feuille de Germandrée polium dans 3 litres d'eau pendant 3 à 5 minutes, filtrer, laisser-là reposée jusqu'à elle soit tiède puis prendre un douche et rincer par la solution 3 fois par semaine jusqu'au guérir, aussi, utilisez le liquide pour rincer les dents et les gencives 3 fois par jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir une cuillère à Soupe feuille de Germandrée polium (ou une cuillère à café de feuilles en poudre) dans 1 litre d'eau pendant 3 à 5 minutes, filtrer et prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel 1 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques et dialysées.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun: Ortie douteuse, Ortie à membranes

Nom en arabe: القراص، الحرايق

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Urticales

Famille : Urticacées

Genre : Urtica

Espèce : *Urtica membranacea*



Fig. N° 85: *Urtica membranacea* (Ortie douteuse)

Description : Plante annuelle de 30-80 cm, peu hérissée, dressée, souvent rameuse ; feuilles assez grandes, ovales, arrondies ou presque en cœur à la base, incisées-dentées; pétiole à peu près égal au limbe (figure 85), à 1 seule stipule; fleurs monoïques, parfois dioïques, en grappes pédonculées, simples, unisexuées, les inférieures ou toutes femelles, cylindriques, plus courtes que le pétiole, les supérieures mâles, dépassant le pétiole, à axe dilaté membraneux et florifère seulement en dessus (Préservons la nature.fr, 2024). La graine est un akène. (Tela botanica.org, 2021).

Physiologie : Inflorescence: glomérules, Fruit: akène. Floraison : s'étale de mars à août et la pollinisation se fait par le vent (anémogamie), couleur de la fleur est vert (Tela botanica.org, 2021).

Biotope : C'est une plante essentiellement méditerranéenne. Elle se plaît dans Décombres, pied des murs, dans la région littorale : Pyrénées- Orientales, Gard, Bouches du Rhône, Var, Alpes Maritimes ; Finistère; Corse (Tela botanica.org, 2021).

Période de la récolte : Printemps (pour récolter l'ortie sans se piquer, le moyen le plus facile consiste à porter un gant).

Partie utilisée : feuille et tige.

Utilisation : selon les habitants des communes étudiées *l'Urtica membranacea* est utilisé dans les cas suivants : Digestion (vermifuge, anti-vomitif et brûlures d'estomac et diarrhée), rhumatismes, l'arthrose et douleurs articulaires, fonctionnement du système rénal (calculs, douleurs qui se forment au niveau des reins) et la goutte, Antianémique et antidiabétique.

Forme d'emploi : poudre, tisane, décoction, infusion.

Dose : un verre feuilles d'ortie séchées, 2 litre d'eau bouillante, un verre de lait (ou 1 pot d'yaourt), salade ou soupe.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation: Mettre un verre feuilles d'ortie séchée ou verte dans 2 litre d'eau bouillante, laissez infuser 15 à 30 minutes, prendre un verre, entre les repas, 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours) et conserver le reste au réfrigérateur.

La 2^{ème} préparation: Consiste à bouillir 2 cuillères à soupe feuilles d'ortie séchée ou verte dans 1 litre d'eau pendant 3 à 5 minutes puis prendre un verre, entre les repas, 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 3^{ème} préparation: Consiste à mettre une cuillère à café de feuilles d'ortie séchée en poudre dans un verre de lait (ou 1 pot d'yaourt) ou dans les salades ou soupes 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 4^{ème} préparation: consiste à écraser la partie aérienne de 2 à 3 plantes d'ortie, mettre l'extrait dans 2 litres d'eau laissez agir 1 heure, puis, prendre un verre, entre les repas, 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours) et conserver le reste au réfrigérateur.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques, Femmes enceintes ou allaitantes et Enfants.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun: Scorsonère en lanières, Podosperme en lanières

Nom en arabe: تالمة، تالمة رقيقة، سلسفي المفتوق الأوراق

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Asterales

Famille : Astéracées

Genre : Scorzonera

Espèce : *Scorzonera laciniata* L.

(ou *Podospermum laciniatum* L.)



Fig. N° 86: *Scorzonera laciniata* L. (Scorsonère en lanières)

Description : *Scorzonera laciniata* L. est une Plante médicinale et culinaire, bisannuelle glabre. Les Tiges sont dressées et ramifiées, les Feuilles pétiolées, très variable et les Capitules solitaires au sommet de la tige et des rameaux (figure 86). Aussi les Fleurs sont de couleur jaunes pâles et Akènes anguleux (Selwa Lahmadi, 2018).

Physiologie : Floraison : Avril-juillet. Inflorescence : racème de capitules. Fruit : akène
Couleur de la fleur : jaune (Tela botanica.org, 2021).

Biotope : C'est une plante commune dans plusieurs pays d'Europe particulièrement en France et Turc. Elle se trouve aussi dans l'Afrique Méditerranée beaucoup plus en Algérie (à l'état isolé et peu nuisible), la Tunisie et Maroc. Elle pousse dans les champs cultivés et les terrains nus humides. Elle est également présent dans d'autres régions comme l'argentin et Australie. La propagation de cette plante est très large parce que les fleurs sont très facilement transportées par le vent ce qui signifie que sa reproduction peut être lieux plus éloignés de l'origine de la plante. (Flore alpes.com, 2023, Christian Zidorn *et al.*, 2005).

Période de la récolte : Jeune feuille avant la floraison printemps (mars-avril). Les fruits sont récoltés en automne (Génial végétal. net, 2023) et les racines sont récoltées à la fin d'automne.

Partie utilisée : feuille et tige, racines et extrait.

Utilisation : selon les habitants des communes enquêtées, *Scorzonera laciniata* L. est utilisée comme salade et dans les cas suivants: fièvre et ulcères toxiques, stimulant de l'appétit, diurétique. Ses jeunes feuilles sont consommées et présentent de nombreux bienfaits pour la santé, notamment pour le foie. Le lait de *Scorzonera laciniata* L. élimine les

verrues et les maladies de peau, et lorsqu'il est bu, il a un effet particulier sur les calculs biliaires (calculs), et ses racines amères sont bonnes pour l'estomac.

Forme d'emploi : poudre, tisane, décoction, infusion, extrait.

Dose : 2 cuillères à soupe de feuilles de *Scorzonera laciniata* L, 1 litre d'eau, une cuillère à café de racines de Scorsonère en lanières séchée en poudre, une cuillère à café de lait de Scorsonère en lanières, une cuillère à café de miel.

Mode d'utilisation :

Fièvre et ulcères toxiques, l'estomac, stimulant de l'appétit, diurétique, foie, calculs biliaires (calculs) : mettre une cuillère à soupe feuilles de *Scorzonera laciniata* L. dans 1/2 litre d'eau bouillante, laissez infuser 10 minutes, prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel, entre les repas, 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir 2 cuillères à soupe feuilles de la plante dans 1/2 litre d'eau pendant 3 à 5 minutes puis prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel, entre les repas, 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 3^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de racines de Scorsonère en lanières séchée en poudre dans un verre d'eau bouillante, prendre l'infusion 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 4^{ème} préparation consiste à écraser la partie aérienne de 2 à 3 plantes de Scorsonère en lanières, mettre l'extrait dans 1 litres d'eau laissez agir 2 heure, puis, prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel, entre les repas, 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours) et conserver le reste au réfrigérateur.

Les verrues et les maladies de peau, calculs biliaires (calculs) et l'estomac : faire ressortir le lait de *Scorzonera laciniata* L. et mettre une goutte sur les verrues ou sur la peau laisser 10 minutes puis rincer à l'eau. Appliquez cette préparation 1 fois par jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à boire une cuillère à café de lait de Scorsonère en lanières 3 fois par jours pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Chez les animaux : 1 plante de Scorsonère en lanières par jour est la meilleure nourriture pour les chardonnerets et un bon stimulant pendant la période d'accouplement.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun: Pyrèthre d'Afrique, Camomille pyrèthre

Nom en arabe: قنطس، عاقر قرحا، تيقنطس

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Asterales

Famille : Astéracées

Genre : Anacyclus

Espèce : *Anacyclus pyrethrum* L.

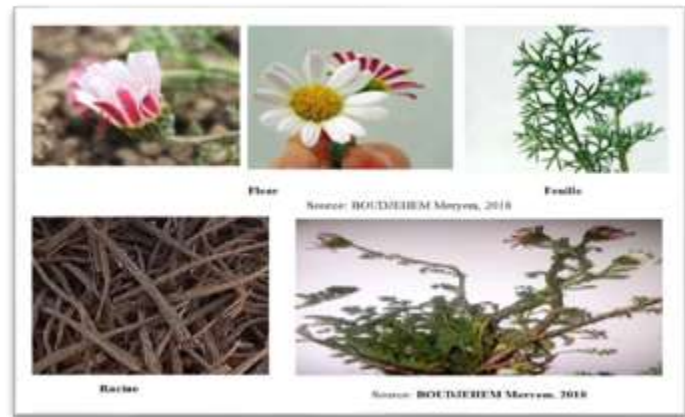


Fig. N° 87: *Anacyclus pyrethrum* L. (Pyrèthre d'Afrique)

Description : C'est une plante médicinale, herbacée vivace de 30 à 50 cm de hauteur. Les tiges sont ramifiées nombreuses, ascendantes, plus ou moins poilues dans leurs positions supérieures, presque lisses en dessous, et provenant de la couronne d'une longue racine effilée, verticale, brune, peu rameuses (Bellakhdar J., 1997; Tauheed *et al.*, 2017). Les feuilles vert, finement lobé, délicates et alternes formant un tapis. Les fleurs de cette plante vivace ressemblent à des marguerites blanches (figure 87), à revers rougeâtre, rayé de blanc (Le page vivaces.com, 2016). Les fruits sont des akènes glabres. Semis en avril-mai en plein terre, le pyrèthre d'Afrique préfère les sols maigres, se ressème très aisément et fleurit de juin à septembre. (Selles Chaouki, 2012). *Anacyclus pyrethrum* est une espèce endémique de l'Algérie et du Maroc (Fennane *et al.*, 2014).

Physiologie : Feuillaison : Hiver (Janvier – Décembre), type de feuillage : persistant.

Floraison : Mai - Septembre

Biotope : Plantes très répandue dans les Hauts - Plateaux ; donne la racine de Pyrèthre des pharmacies à saveur poivrée, employée comme sialagogue et odontologique, mais c'est surtout en Orient que ce produit est usité comme masticatoire et révulsif léger. On en exporte en Tunisie et dans l'Inde de grandes quantités (Battandier J. E., 1900). Aussi, elle est originaire d'Europe méditerranéenne et de certaines parties d'Afrique du Nord, mais s'est également naturalisé dans d'autres régions d'Europe, en Inde et au Pakistan (Wikipedia, 2023).

Période de la récolte : Printemps.

Partie utilisée : Racines.

Utilisation : L'anémie, problèmes de foie, fièvre, l'asthme allergique et maladies chroniques du rhume, Traitement des troubles de l'audition, infections de la gorge, Stimulation de la sécrétion salivaire, Infections des dents et gencives, digestion (estomac, colon), l'arthrite, problèmes rhumatismaux, Soulager le problème de la sciatique, maux de dos, douleurs nerveuses et traumatismes psychologiques et accidentels, les maux de tête, traitement de l'épilepsie, Activer la mémoire et soutenir les fonctions cérébrales.

Forme d'emploi : Décoction, infusion, poudre, cataplasme

Dose : une cuillère à café de racine de pyrèthre d'Afrique en poudre, 1 litre d'eau, une cuillère à café de miel.

Mode d'utilisation :

Infections de la gorge, Stimulation de la sécrétion salivaire, Infections des dents et gencives :

Mettre une tranche racine de pyrèthre d'Afrique dans ½ litre d'eau, laissé agir une nuit complète, gargariser les gencives et l'hémiplégie. Le gargarisme peut également être utilisé pour traiter les maux de gorge et les amygdales, et il soulage également les maux de dents et de tête et élimine la fatigue et la lourdeur (paralysie de la langue). Il traite les dents qui bougent. Utiliser l'infusion deux fois par jours jusqu'au guérir.

Traitement de l'épilepsie les maux de tête, maux de dos, douleurs nerveuses et traumatismes psychologiques et accidentels, Activer la mémoire et soutenir les fonctions cérébrales, l'arthrite, problèmes rhumatismaux, problème de la sciatique:

La 1^{ère} préparation consiste à mélanger bien 3 cuillère à soupe racine de pyrèthre d'Afrique en poudre, une cuillère à café de gelée royale, ½ cuillère ambre alimentaire original avec 1 kg de miel naturel, prendre ½ cuillère à café - pour enfant - et une cuillère à café- pour adulte - bien dissoudre dans un verre d'eau ou de jus et boire à jeun, que ce soit pour les enfants ou les adultes, une fois par jours jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation (pour les maux de tête) consiste à mettre 1 mesure pour chaque ingrédient de pyrèthre d'Afrique en poudre, gingembre, clous de girofle et du la rue, en poudre, dans huile d'olive, mélanger bien jusqu'à l'obtention d'un liquide crémeux. Utilisez-le mélange comme pansement (ou cataplasme) sur la zone affectée (tête, nerf, dos...), laissez-le agir pendant 2 heures, puis nettoyez la zone avec de l'eau et du savon. Utiliser cette préparation 1 fois par semaine jusqu'au guérir.

La 3^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à café d'huile tiède (pour chaque ingrédient) de pyrèthre d'Afrique, gingembre, clous de girofle et du la rue et d'olive, puis

appliquez-le en massage sur la zone affectée (tête, nerf, dos...). Utiliser cette préparation 3 fois par semaine jusqu'au guérir.

Digestion (estomac, colon) :Bouillir une cuillère à café racine de pyrèthre d'Afrique en poudre, dans ½ litre d'eau pendant 3 à 5 minutes, filtrer, prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel 1 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours). Cette préparation peut être utilisée dans les situations suivantes : l'arthrite, problèmes rhumatismaux, problème de la sciatique, maux de dos, douleurs nerveuses et traumatismes psychologiques et accidentels aussi les maux de tête.

NB : peut provoquer une irritation cutanée des muqueuses ainsi que des nausées, des syncopes et des troubles respiratoires (Hmammouchi , 1999).

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun : Jujubier Berbère ou sauvage

Nom en arabe : السدر، السدرة

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Rahmnales

Famille : Rahmnacées

Genre: *Ziziphus*

Espèce : *Ziziphus Lotus*



Fig. N° 88 : *Ziziphus Lotus* (Jujubier)

Description : Il s'agit d'un arbuste épineux très ramifié avec de grandes souches souterraines de 1, 3 m à 2, 2 m de haut. Les tiges sont très ramifiées, recourbées vers le bas, d'un blanc grisâtre (figure 88), avec des épines paires droites ou recourbées (Ghedira K., 2013). Les fleurs solitaires ou groupées (un seul pédicelle court), un calice en forme d'entonnoir, pentamère ; une petite corolle à cinq pétales ; cinq étamines épi-pétales et deux styles courts (Ghedira K., 2013), très visibles, d'un jaune pâle (Baba Aissa, 1999). Les feuilles sont caduques, verte brillantes et mesurent environ 5 cm de longueur (Laouedj, 2018). À la base, elle porte deux stipules se transforment en épines inégales et fragiles (Rsaissi et Bouchache, 2002 ; Tardío *et al.*, 2016). Les fruits sont des drupes sphériques avec des noyaux osseux biloculaires, petits et ronds, recouverts d'une pulpe demi-charnue. Ils se sèchent rapidement, sont riches en sucre et sont comestibles. Ils sont appelés "nabak" (Laouedj, 2018). La croissance de cet arbrisseau est très lente et ses fruits apparaissent vers l'âge de 4 ans, mais ils peuvent persister jusqu'à 20 à 25 ans (Bonnet, 2001).

Physiologie : Il fleurit l'année suivante au printemps ((mars-avril), avant le débourrement des feuilles, peut s'étaler sur 1 à 2 semaines (Nanson, 2004). Les plantes matures du jujubier sauvage entrent en floraison à partir du mois de juin et juillet, et la maturité des fruits a lieu entre le mois d'août et septembre (Regehr et El Brahli, 1995).

Il commence à fleurir au printemps de l'année suivante, avant le débourrement des feuilles, et peut durer entre 1 et 2 semaines (Nanson, 2004). La floraison des plantes matures du jujubier sauvage commence en juin et juillet, et la maturité des fruits se produit entre août et septembre (Regehr et El Brahli, 1995).

Biotope : Bassin méditerranéen, dans les pays arides et semi-arides, en Chine, Iran, Afrique, en Corée du Sud et en Europe dans des pays tels que Chypre, l'Espagne, la Grèce et la Sicile (Gorai *et al.*, 2010).

En Algérie : dans les régions arides d'Algérie du Sud, Ain Ouessara et Djelfa, Médéa, Chlef, Taghit wilaya de Bechar...

Période de la récolte : les feuilles au printemps, fruit entre août et septembre.

Partie utilisée : feuille, fruit, racine.

Utilisation : Dans le Saint Coran et dans la Sunna du Prophète, le jujubier lotus était souvent évoqué comme l'une des plantes du Paradis. Il était employé comme plante médicinale à l'époque du Prophète Mahomed, que Dieu le bénisse et lui accorde la paix. En remplacement du savon. Il était utilisé comme un moyen de nettoyer et de supprimer les odeurs désagréables (Mawdoo3.com, 2024).

Selon les habitants, il est utilisé dans le traitement de : Digestion (troubles digestifs, estomac, diarrhée, constipation), cancer du sein et utérus, anémie, cholestérol, et les pellicules et les poux.

Forme d'emploi : tisane, poudre, extrait.

Dose : fruits brut, une cuillère à café, à soupe ou un verre poudre feuille de jujubier, eau froide ou bouillante (selon besoins), un verre poudre fruit de jujubier, ½ verre poudre de datte, une cuillère à café soupe racine de jujubier coupées en petits morceaux.

Mode d'utilisation

Pellicules et poux :

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir une cuillère à soupe feuilles de jujubier avec 1 litre d'eau pendant 10 minutes, puis on filtre le mélange et on l'applique sur les cheveux et le cuir chevelu 2 à 3 fois/ semaine jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger un verre poudre feuille de jujubier et eau bouillant selon besoins (on obtient une crème), applique sur les cheveux et le cuir chevelu 1 fois/ semaine jusqu'au guérir.

NB : Vous devez appliquer de l'huile sur vos cheveux pour qu'ils ne se dessèchent pas.

Digestion (troubles digestifs, estomac, diarrhée, constipation) et cholestérol: mettre une cuillère à café de feuilles de jujubier avec dans 1/2 litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, filtrer le et prendre un verre 1 fois/ jours jusqu'au guérir.

Cancer du sein et utérus :

La 1^{ère} préparation consiste à couper les racines de cette plante (une cuillère à soupe) ajouter 1 litre d'eau froide laisser 24 heure ensuite prendre un verre 1 fois /jours à jeun pendant 3 mois (traiter 20 jours et arrêter 10 jours).

La 2^{ème}préparation consiste à mettre une cuillère à soupe racine de jujubier dans 1 litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, filtrer le ensuite prendre un verre 1 fois /jours à jeun pendant 3 mois (traiter 20 jours et arrêter 10 jours).

Anémie:

La 1^{ère} préparation consiste à manger les fruits de cette plante cru chaque jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger un verre poudre fruits de jujubier et ½ verre poudre de datte prendre une cuillère à café de cette préparation 3 fois/ jours jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques et diabétiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Ricin

Nom en arabe : الخروع

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Euphorbiales

Famille : Euphorbiacées

Genre: Ricinus

Espèce : *Ricinus communis* L.

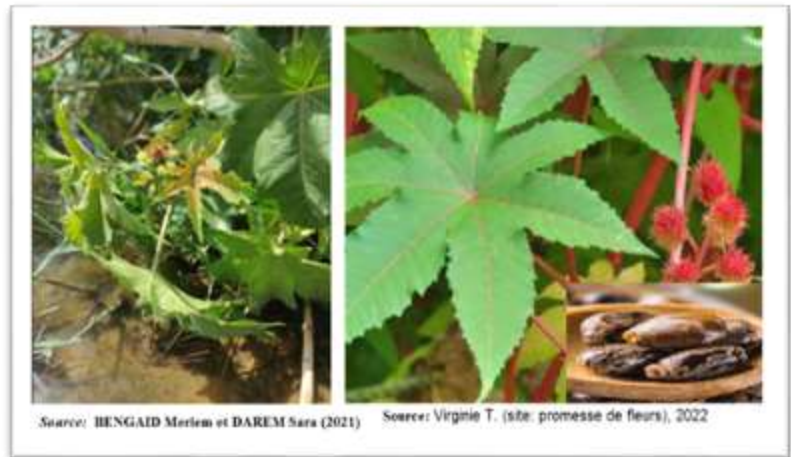


Fig. N° 89 : *Ricinus communis* L. (Ricin)

Description : Le ricin est une plante annuelle vivace herbacée à souche ligneuse ou arborescente qui croît rapidement en fonction des conditions climatiques de la région. Il mesure de 1 à 10 mètres de haut dans son habitat naturel. Les fleurs sont regroupées à l'extrémité des tiges en racèmes pyramidaux. Avec des teintes rouge et jaune. Fleurs mâles à base de houpes jaunâtres, fleurs femelles regroupées au sommet. La fructification, quant à elle, est des plus décoratives. On retrouve les fleurs suivies de grappes de fruits ovoïdes en capsules, avec trois coques saillantes, hérissées d'épines souples. Ils sont de couleur rouge écarlate ou rose. Lorsqu'ils atteignent leur maturité, ils explosent, libérant des graines qui sont lancées à plusieurs mètres. Le vent ou les oiseaux les disperseront et provoqueront des semis spontanés. Elles sont extrêmement dangereuses en cas d'ingérence (figure 89).

Physiologie : La frondaison est somptueuse du printemps à l'automne. Floraison Juillet à octobre (Virginie T. site promesse de fleurs.com, 2022).

Floraison : juin, juillet, Fleurs : en grappes, rouge. Feuilles : devisée en 7 à 9 lobes lancéolés (Bengaid Meriem et Darem Sara (2021), elles sont somptueuse du printemps à l'automne (Virginie T. site promesse de fleurs.com, 2022).

Biotope : Originaire des terrains en friches, et des pentes rocailleuses du Nord-est de l'Afrique et du Sud-ouest de l'Asie (Virginie T. site promesse de fleurs.com, 2022). Sahara septentrional, zones rocailleuses (Bengaid Meriem et Darem Sara, (2021).

Période de la récolte : Les graines de Ricin se récoltent en fin d'été et à l'automne (Pensez sauvage.org, 2023).

Partie utilisée : Graine

Utilisation : Toutes les parties de la plante sont très toxiques (Virginie T. site promesse de fleurs.com, 2022).

L'huile de ricin a été utilisée par certains résidents des communes étudiées pour traiter la chute des cheveux.

Forme d'emploi : huiles végétales.

Dose : une tasse de thé de chacun des éléments suivants : huile de ricin, huile de noix de coco, huile d'amande douce et huile de sésame, eau.

Mode d'utilisation : Nous avons besoin d'une tasse de thé de chacun des éléments suivants : huile de ricin, huile de noix de coco, huile d'amande douce et huile de sésame. Mélangez-les bien. Placez le mélange d'huiles dans une bouteille en verre, puis réchauffez-le au bain-marie jusqu'à ce qu'il se réchauffe légèrement et devienne plus homogène (environ 10 minutes), car la chaleur favorise la pénétration de l'huile dans le cuir chevelu, double et accélère son effet.

Déposez un peu du mélange d'huiles sur le bout des doigts, puis massez le cuir chevelu pendant quelques minutes, puis répartissez-le sur l'ensemble des mèches de cheveux (des racines jusqu'aux pointes). Nous le laissons agir une heure entière et il est recommandé de l'utiliser de cette façon avant de se coucher, puis de laver les cheveux avec de l'eau tiède et du shampoing le matin. Appliquez cette préparation 1 fois/semaine jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Aubépine
Nom en arabe : الزعرور
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Rosales
Famille : Rosacées
Genre : Crataegus
Espèce : *Crataegus monogyna* Jacq.



Fig. N° 90 : *Crataegus monogyna* Jacq. (Aubépine)

Description : Arbuste ou arbre aux rameaux épineux (atteindre jusqu'à 10 m de hauteur). Feuilles de 5 lobes et vertes et brillantes. Fleurs, très odorantes, blanches ou légèrement rosées et groupées en corymbes (disposées sur un même plan). Fruit appelé cenelle. Il est de couleur rouge vif (figure 90) et sa chair est jaune. Noyau à l'intérieur. (Doctissimo. fr, 2018).

Physiologie : L'arbuste fleurit d'avril à juin. Les fruits, appelés cenelles, arrivent à maturité entre septembre et octobre. (Wikipedia. org, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen; en Afrique du nord; Dans les régions tempérées, les lisières de forêts, les champs mais aussi dans les montagnes.(incluent les haies, les lisières forestières, les forêts caducifoliées et les fruticées).

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : feuille et fleur.

Utilisation : ballonnement, digestion; tension nerveuse et utile pour les femmes qui allaitent

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de feuilles d'Aubépine, 1/2 litre eau bouillante, une cuillère à soupe feuille d'aubépine; verveine et camomille, 1 litre eau Bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain):

Ballonnement, digestion; tension nerveuse et utile pour les femmes qui allaitent :

La 1^{ère} préparation consiste à mettre une cuillère à café de d'aubépine dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre 1 fois par jour pendant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à soupe feuille d'aubépine; verveine et camomille dans 1 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre 2 fois par jour après les repas pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Eucalyptus globules
Nom de la plante en arabe : الكاليتوس
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Myrtales
Famille : Myrtacées
Genre : Eucalyptus
Espèce : *Eucalyptus globulus L.*



Fig. N° 91 : *Eucalyptus globulus L.* (Eucalyptus globules)

Description : Arbre sempervirent, originaire d'Australie. Il est largement cultivé et peut croître jusqu'à 92 m de haut. L'écorce du gommier bleu pèle en larges bandes. Les feuilles des arbres juvéniles apparaissent par paires sur des tiges carrées. Elles mesurent de 6 à 15 cm de long et sont couvertes d'une pruine cireuse bleu-gris, qui est à l'origine du nom de « gommier bleu ». Les feuilles des arbres matures sont alternes, étroites, en forme de faux et d'un vert foncé luisant. Elles poussent sur des tiges cylindriques et mesurent de 15 à 35 cm de long. Les boutons floraux en forme de toupie sont côtelés et recouverts d'un opercule aplati portant un bouton central. Les fleurs couleur crème sont solitaires à l'aisselle des feuilles et produisent un abondant nectar que les abeilles transforment en un miel à saveur prononcée. Les fruits ligneux mesurent de 1,5 à 2,5 cm de diamètre, ils ont une capsule très dure (figure 91). De nombreuses petites graines s'échappent par des valves qui s'ouvrent sur le dessus du fruit. (Wikipedia. org, 2022).

Physiologie : Floraison: Juin.

Biotope : Bassin méditerranéen : Afrique du Nord, Europe méditerranéenne, l'Australie.

Période de la récolte : hiver.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : rhume et antibiotique.

Forme d'emploi : instillations nasales.

Dose : une poignée de feuilles d'eucalyptus, 4 litres d'eau Bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain): mettre une poignée de feuilles d'eucalyptus dans 4 litres d'eau Bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes, inhaler la vapeur lorsque la préparation est encore chaude 1 fois par jour pendant 3 à 7 jours.

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : néant.

Nom Commun : Persil
Nom en arabe : البقدونس، المعدنوس
Règne : Plantae.
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Apiales
Famille : Apiacées
Genre: Petroselinum
Espèce : *Petroselinum sativum* (Mill.) Fuss



Fig. N° 92: *Petroselinum sativum* (Mill.) Fuss (Persil)

Description : Le persil est une plante bisannuelle de 20 à 80 cm de haut poussant dans les régions tempérées. Ses tiges sont striées et les feuilles glabres sont de couleur vert luisant (figure 92), divisées. Il donne des fleurs jaune verdâtre à blanc groupées en ombelles. La racine pivotante jaunâtre a une forte odeur aromatique caractéristique (Myrtea formations.com, 2023).

Physiologie : Le persil est une plante bisannuelle : elle fleurit l'année qui suit son semis. (Tela botanica.org, 2013).

Biotope : Plante spontanée dans l'Asie du sud-ouest, l'Afrique du Nord et en Macaronésie, largement cultivée dans toutes les parties du monde. On peut la trouver à l'état subsponané ou naturalisé çà et là dans les cinq continents (Techno science. net, 2023).

Période de la récolte : Le persil peut commencer à être récolté 3 à 4 mois après le semis. Le persil se récolte au fur et à mesure des besoins du printemps jusqu'à l'hiver (Gamm vert. fr, 2023).

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : digestion (ballonnement, colon), douleurs menstruelles, infections bactériennes et fongiques, Spasmes gynécologiques, insuffisance rénale légère (Myrtea formations.com, 2023). Le persil est une plante détersive et apéritive.

Forme d'emploi : cataplasme, décoction, tisane, extrait, cru.

Dose : Un bouquet feuille de persil, ½ cuillères à café graine de persil en poudre, 2 litres d'eau, une cuillères à café de miel.

Mode d'utilisation :

Digestion (ballonnement, colon), apéritif:

La 1^{ère} préparation consiste à couper un bouquet feuilles de persil en petits morceaux, ajouter une cuillère à café soupe aux salades et à divers plats chaque jour.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de soupe feuille de persil dans ½ litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, ajouter une cuillère à café de miel, puis prendre un verre 2 fois par jour pendant 1 mois.

Douleurs menstruelles : prendre 1/2 cuillères à café graine de persil en poudre 3 fois par jour jusqu'au guérir.

Infections bactériennes et fongiques, Spasmes gynécologiques, insuffisance rénale légère:

La 1^{ère} préparation consiste à mettre 1 bouquet feuilles de persil dans 2 litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, filtrer puis laver l'endroit infecté 3 fois par jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre 1 bouquet feuilles de persil, 2 à 3 cuillères à soupe d'eau dans un mixeur et hacher le mélange, puis enveloppez-les dans une compresse stérile. Placez-le sur l'endroit infecté environ 1 heure, appliquer 1 fois par jour jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, Ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun : Gingembre

Nom en arabe : زنجبيل

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Zingiberales

Famille : Zingiberacées

Genre : Zingiber

Espèce : *Zingiber officinale*



Fig. N° 93: *Zingiber officinale* (Gingembre)

Description : Plante vivace tropicale herbacée, 0,90 m à 1 m de haut issue d'un rhizome (figure 93). Feuilles persistantes, lancéolées, bisériées, longues et odorantes. Fleurs blanches et jaunes, ponctuées de rouge sur les lèvres, les bractées sont vertes et jaunes. Après la floraison, un court épi axillaire renfermant les graines noires enfermées dans des capsules trivalves apparaît au bout d'une tige couverte d'écailles. Il apprécie une exposition ensoleillée et une atmosphère humide. La croissance est rapide et la multiplication se fait par division des rhizomes. (Wikipedia.org, 2023).

Physiologie : Feuillage : persistant. Floraison : fleurs blanches à veinage rouge – toute l'année
Fructification : capsules trivalves à graines noires. Toxicité : rhizome, feuille et inflorescence comestibles. La division des rhizomes du *Zingiber officinale* intervient au printemps. La récolte des rhizomes de gingembre commun se fait au bout de 6 à 9 mois, quand les feuilles commencent à se dessécher en automne.

Biotope : Origine : Asie du sud-est, répartie Asie, Inde, Malaisie; demande une longue saison de croissance, chaude et humide.

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : Tubercule ou racine.

Utilisation : anti-inflammatoire, douleurs des muscles et rhume.

Forme d'emploi : huiles végétales et tisane.

Dose : une cuillère à café d'huile de Gingembre; 1 sachet de Gingembre, un verre d'eau bouillante, une cuillère à café de miel; 1 sachet de mélange de Gingembre + Camomille,

Girofle, thym serpolet, un verre d'eau bouillante; 1 tranche de tubercule de Gingembre, 1/2 litre eau; 1 tranche de tubercule de Gingembre, une cuillère à café de thym, 1 litre eau

Mode d'utilisation :

Douleurs des muscles : Appliquer une cuillère à café d'huile de Gingembre sur les muscles 1 fois/ jours pendant 7 jours.

Rhume :

La 1^{ère} préparation consiste à verser un sachet dans un verre d'eau bouillante pendant 3 minutes, ajouter une cuillère à café de miel et prendre un verre 1 fois/ jours pendant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à verser un sachet de mélange de gingembre, camomille, girofle et thym serpolet dans un verre d'eau bouillante pendant 3 minutes, ajouter une cuillère à café de miel et prendre un verre 1 fois/ jours pendant 7 jours.

La 3^{ème} préparation consiste à bouillir 1 tranche de tubercule de Gingembre, dans 1/2 litre eau pendant 3 minutes. Prendre un verre en ajoutant une cuillère à café de miel 1 fois/ jours pendant 7 jours.

La 4^{ème} préparation consiste à bouillir 1 tranche de tubercule de Gingembre dans 1 litre eau pendant 3 minutes, ajouter une cuillère à café de thym, laisser 5 minutes, prendre un verre en ajoutant une cuillère à café de miel 1 fois/ jours pendant 7 jours.

Anti-inflammatoire : une cuillère à café de Gingembre dans 1/2 litre eau bouillante pendant 3 minutes. Prendre un verre en ajoutant une cuillère à café de miel 1 fois/ jours pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : si vous prenez d'autres médicaments, consulter un médecin, déconseillée aux femmes enceintes et aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Anis vert
Nom en arabe : حبة الحلاوة
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Apiales
Famille : Apiacées
Genre : *Pimpinella*
Espèce : *Pimpinella anisum L.*



Fig. N° 94 : *Pimpinella anisum L.* (Anis vert)

Description : Plante herbacée, annuelle ou bisannuelle. Elle mesure entre 50 et 80 cm de hauteur. Feuilles vertes, alternes, longuement pétiolées et composées de trois folioles. Fleurs petites et blanches, groupées en ombelles. Fruits des graines très parfumées, de couleur gris verdâtre. (Doctissimo. fr, 2017).

Physiologie : Les feuilles longuement pétiolées sont composées de trois folioles dentelées. Les fleurs blanches petites (figure 94) sont groupées en ombelles. Les fruits sont gris verdâtre, oblongs et très parfumés. Toutes les parties de la plante sont aromatiques : feuilles, tiges, fruits, fleurs, racines. Préfère les sols légers et sains, et les expositions chaudes et ensoleillées. Semis au printemps, en avril-mai. Éclaircir après la levée. La récolte des feuilles peut débuter quelques mois après le semis. Les graines se récoltent à l'automne (septembre) à la maturité (Wikipedia.org, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen et d'Afrique du Nord, du Moyen-Orient, d'Asie et des régions méditerranéennes orientales, Espagne, Grèce, Egypte, dans les sols légers et sains, et les expositions chaudes et ensoleillées..

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : graine.

Utilisation : ballonnement, digestion; tension nerveuse et utile pour les femmes qui allaitent

Forme d'emploi : poudre et tisane.

Dose : une cuillère à café graine de l'anis vert, 1/2 litre d'eau bouillante. 1/2 cuillères à café de la poudre de graine de l'anis vert.

Mode d'utilisation (Etre humain):

- Tisane : une cuillère à café de graine de l'anis vert dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes, prendre un verre 3 fois par jour après les repas pendant 1 mois (utiliser 7 jours et arrêter 7 jours).
- Poudre : 1/2 cuillères à café de poudre graine de l'anis vert, ajoutez dans le pain et les gâteaux prendre la préparation 3 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 7 jours et arrêter 7 jours).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Fenugrec, trigonelle, séné grain

Nom en arabe: الحلبة

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Fabales

Famille : Fabacées

Genre : *Trigonella*

Espèce : *Trigonella foenum-graecum* L.

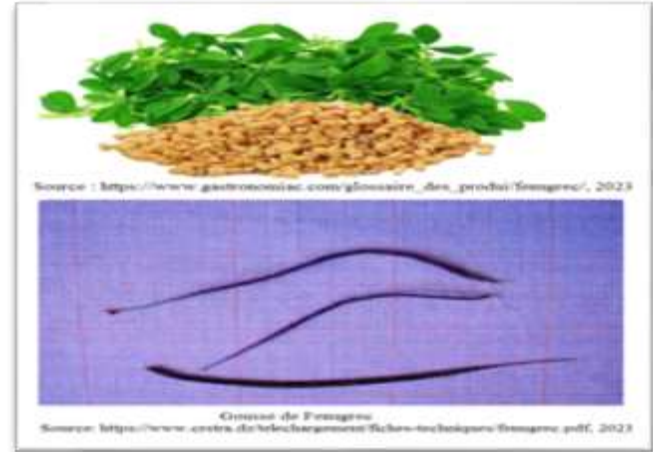


Fig. N° 95: *Trigonella foenum-graecum* L. (Fenugrec)

Description : Le fenugrec est une plante herbacée, annuelle, poilue ou glabre selon les variétés, pouvant atteindre 50 cm de haut. Il possède une racine principale bien développée et une tige dressée rameuse, cylindrique, légèrement pubescente, de couleur souvent rose (Wichtl M., Anton R., 2003 et Who, 2007). Les feuilles sont alternes, longuement pétiolées munies de 2 stipules, composées à 3 folioles ovales et denticulées. L'inflorescence montre des fleurs axillaires, groupées par deux, rarement solitaires (Petropoulos G. A., 2002). La fleur du fenugrec est sessile, dite papilionacée, assez grande, de couleur jaune pâle à violet clair, se compose d'un calice à cinq sépales non divisées, d'une corolle à cinq pétales libres de forme triangulaire (d'où le nom de trigonelle) et de dix étamines et un ovaire pluri-ovulé. Le fruit, qui renferme de 10 à 20 graines (figure 95), est une gousse linéaire, glabre avec de fines nervures longitudinales, se terminant par un bec (Ait Youssef M., 2006).

Physiologie : Feuillaison : Hiver (novembre), type de feuillage : persistant. Floraison : Hiver (janvier), fructification (formation des gousses) : Hiver (février), récolte des graines : Printemps, mois d'avril (CRSTRA.dz, 2023).

Biotope : Le fenugrec est originaire du Moyen-Orient et d'Inde, il est concentré dans les régions méditerranéennes. Les espèces sauvages du genre existent dans les pays d'Europe, l'Afrique du Nord, les îles Canaries, l'Afrique du Sud, l'Asie centrale et de l'Australie (Batta et Bouzidi, 2017). Il est largement distribuée à travers le monde, notamment dans les pays de l'Afrique du Nord (Tunisie, Algérie, Maroc et en Egypte), et également en Asie du sud ouest, en Inde, au Pakistan, en Chine et au Japon. Sa culture s'étend plus récemment à l'Europe

centrale, au Portugal, en Espagne, au Royaume-Uni et aux États-Unis (Petropoulos G. A., 2002).

Période de la récolte : Printemps (récolte des graines mois d'avril).

Partie utilisée : graines.

Utilisation : Apéritif et pour la prise de poids, l'anémie, fortifiant pour femmes après leur accouchement, favoriser la montée de lait pour les femmes qui allaitent, Ostéoporose, Fractures osseuses, calmant et dépuratif, digestion (douleurs d'estomac, constipation, colon et intestins), réduire la calcification du tissu rénal et la formation de calculs, utile pour l'intelligence et le diabète, chute de cheveux.

Forme d'emploi : Décoction, infusion, poudre, crème, brut.

Dose : 1 petit verre de thé de graine de fenugrec en poudre, 1 mesure en poudre de pollen, miel selon besoins, 200 gramme de Cresson moulu et 100 gramme de sésame moulu, un verre de lait, ½ litre d'eau, une cuillère à café de clou de girofle en poudre et une cuillère à café d'huile de noix de coco, 3 jaune d'œufs.

Mode d'utilisation :

Apéritif et pour la prise de poids, l'anémie, fortifiant pour femmes après leur accouchement, favoriser la montée de lait pour les femmes qui allaitent:

Mélanger 1 mesure en poudre pour chaque ingrédient graine de fenugrec et le pollen avec miel (selon besoins), laissé agir une heure, prendre une cuillère à café à jeun deux fois par jours pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Ostéoporose, Fractures osseuses : Mélanger 100 gramme de Fenugrec moulu, 200 gramme de Cresson moulu et 100 gramme de sésame moulu, verser une cuillère à café de dans un verre de lait et prendre-le 2 fois par jours pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Calmant et dépuratif, digestion :

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir une cuillère à café de graine de fenugrec en poudre dans ½ litre d'eau pendant 3 minutes, filtrer, prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel 2 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 2^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de graine de fenugrec en poudre, dans ½ litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, filtrer, prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel 2 fois par jour pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Réduire la calcification du tissu rénal et la formation de calculs, utile pour l'intelligence et le diabète : prendre une cuillère à café de graine de fenugrec en poudre ou une cuillère à café de

graine brute 2 fois par jour pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours). On peut le mélanger avec du lait ou yaourt.

Chute de cheveux : mélanger bien 1 petit verre de thé graine de fenugrec en poudre, une cuillère à café de clou de girofle en poudre et une cuillère à café d'huile de noix de coco avec 3 jaune d'œufs, ensuite appliquer sur les cheveux, laisser agir pendant 2 heures et laver-les. Utiliser cette préparation 2 fois par semaine jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques et aux femmes enceintes.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun: Sésame, Sésame commun
Nom en arabe: السمسم، جلجلان
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Scrophulariales
Famille : Pédaliacées
Genre : Sesamum
Espèce: *Sesamum indicum L*



Fig.N° 96: *Sesamum indicum L.* (Sésame)

Description : Le sésame est une grande herbe tropicale, annuelle, haute de 50cm à 1 m (parfois plus), dégage une odeur un peu fétide (Bernard Boullard, 2001), en fonction de la variété et des conditions de croissance, Son cycle végétatif est de 75 à 135 jours (Ivan, 2005), Les feuilles sont manifestement dimorphes : alternées et entières, à marge parfois dentée, pour celles du sommet de la plante ; opposées et trilobées, pour celles de la base assez longuement pétiolées (figure 96). Ses fleurs, solitaires ou géminées et de couleur blanche ou rose, maculées de pourpre, construite sur le type 5, sont bisexuées, mais irrégulières, acceptant un plan de symétrie un peu à la façon d'un Mufler. Le fruit est une capsule à bec court, brune ou pourpre, tétragone et nettement sillonnée, allongée de 1 a 3 cm. Les capsules contiennent de nombreuses petites graines ovales, elles peuvent être noires, marrons ou blanches, riches d'une huile végétale constituant 40 à 50% de leur poids (Bernard Boullard, 2001).

Physiologie : Semis : Printemps (Avril-mai). Floraison : Hiver (Juin-août), fructification: Eté (fin août), récolte des graines : Automne.

Biotope : Le sésame est originaire d'Asie, il s'étend, par culture, dans diverses contrées chaudes d'Inde, Chine ou Mexique (Bernard Boullard, 2001), il est cultivé principalement dans les régions tropicales et subtropicales d'Afrique, d'Asie et d'Amérique du Sud (Hwang, 2005). Il s'étend dans les zones chaudes et moyennement humides du monde. (Terrones, 1990).

Période de la récolte : Automne.

Partie utilisée : graines, huiles végétales.

Utilisation : le sésame est utilisé dans les gâteaux et dans les pains, il est apéritif et pour la prise de poids, l'anémie, favoriser la montée de lait pour les femmes qui allaitent, maladies de la peau, contre l'athérosclérose, Ostéoporose, digestion (laxatif, colon et intestins), chute de cheveux, l'asthme et voies respiratoires.

Forme d'emploi : poudre, brut, crème, huiles végétales.

Dose : une cuillère à soupe d'huile d'olive, une cuillère à soupe d'huile de sésame, une cuillère à soupe d'huile de coco, une cuillère à soupe d'huile de germe de blé, une cuillère à soupe d'huile de ricin. Une cuillère à soupe de jus de citron, un verre cacahuètes grillées et moulues, un verre de sésame grillé et moulu, un verre Cresson en poudre, miel selon besoins, un verre de lait, 1 jaune d'œuf, 200 gramme de Cresson moulu et 100 gramme de sésame moulu.

Mode d'utilisation :

Chute de cheveux, adoucir les cheveux et traiter les pointes fourchues :

La 1^{ère} préparation consiste à mélanger une cuillère à soupe d'huile de sésame, une cuillère à soupe de jus de citron dans une petite bouteille, ensuite massez le cuir chevelu avec le mélange obtenu pendant plusieurs minutes, couvrez les cheveux avec une serviette imbibée d'eau chaude, laissez agir environ 2 heures, puis lavez comme d'habitude. Répétez la recette 2 fois par semaine jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à soupe d'huile d'olive, une cuillère à soupe d'huile de sésame, une cuillère à soupe d'huile de coco, une cuillère à soupe d'huile de germe de blé, une cuillère à soupe d'huile de ricin, mettez-les à la micro-onde (ou bain-marie) pendant plusieurs secondes jusqu'à ce qu'elles deviennent chaudes, puis massez le mélange sur les cheveux et le cuir chevelu et laissez-le agir environ 2 heures avant de le laver avec de l'eau tiède et du shampoing. Utiliser cette préparation 2 fois par semaine jusqu'au guérir.

Maladies de la peau : mélanger une cuillère à soupe d'huile de sésame, une cuillère à soupe d'huile d'amande, 1 jaune d'œuf dans une réception, puis massez le mélange sur la peau et laissez-le agir environ 20 minutes avant de le laver avec de l'eau tiède et du savon. Utiliser cette préparation 1 fois par jour avant de dormir jusqu'au guérir.

Apéritif et pour la prise de poids, l'anémie et digestion: Faites griller un verre de sésame et continuez de remuer jusqu'à ce qu'il prenne une couleur dorée. Laissez-le refroidir, puis broyez-le dans un mixeur électrique, ajoutez-y 2 cuillères à soupe miel et continuez de fouetter. Placer le mélange dans une assiette, ajouter le yaourt et bien remuer. Consommez ce mélange quotidiennement une cuillère à café 3 fois par jour et mettez-le au réfrigérateur pour le conserver.

Ostéoporose, Fractures osseuses : Mélanger 100 gramme de sésame moulu, 100 gramme de Fenugrec moulu et 200 gramme de Cresson moulu, verser une cuillère à café de dans un verre de lait et prendre-le 2 fois par jours pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

L'asthme et voies respiratoires: Mélanger un verre cacahuètes grillées et moulues, un verre de sésame grillé et moulu, un verre Cresson en poudre, miel selon besoins. Consommez cette préparation quotidiennement une cuillère à soupe de 3 fois par jour pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours) et mettez-la au réfrigérateur pour le conserver.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun : Oranger commun, Oranger, Oranger doux

Nom en arabe : البرتقال

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Sapindales

Famille : Rutacées

Genre : Citrus

Espèce: *Citrus sinensis*



Fig. N° 97: *Citrus sinensis* (Oranger)

Description : L'oranger est un arbre fruitier agrume (hauteur de 10 m et plus) est porteur de feuilles ovales, lancéolées luisantes dont le pétiole est ailé. Ses fleurs blanches délicatement odoriférantes, s'épanouissent en toutes saisons, engendrant les oranges que l'on connaît, avec leur zeste et leurs nombreuses cosses (Bernard Boullard, 2001). L'arbre est très ramifié; formant une cime touffue, avec un feuillage vert sombre, glabre. Le fruit est une baie, ronde ou allongée (figure 97), souvent pourvue d'un mamelon proéminent du côté opposé au pédoncule fructifère. Les fruits mettent 10 à 12 mois pour murir, ils sont de taille moyenne et de couleur caractéristique orange. L'intensité de la couleur et la forme du fruit sont caractéristiques pour chaque variété (Loussert R., 1989).

Physiologie : Floraison s'étend de mars à juillet. La récolte débute en automne et s'étend, selon les variétés, sur 6 mois environ (Les fruits et légumes frais.com, 2024).

Biotope : originaire de l'Asie du Sud-Est, l'orange n'acquiert sa popularité en Europe qu'au XVe siècle grâce aux grands voyages commerciaux (Les fruits et légumes frais.com, 2024). Bassin méditerranéen, en Algérie au centre de la Mitidja, à l'Ouest dans la région de Chlef, Rélizane, Mostaganem, Mascara et Tlemcen, et à l'Est dans la région de Skikda et El-Taref (Baci L., 1995).

Période de la récolte : La récolte débute en automne et s'étend, selon les variétés, sur 6 mois environ (Les fruits et légumes frais.com, 2024).

Partie utilisée : fruit, feuille, Fleur.

Utilisation : Energétique, contre la fatigue intense, renforce du système immunitaire, rhume, troubles digestifs, calmant (coliques douloureuses du nourrisson, stress (nervosité des adultes et des enfants et trouble du sommeil), désodorisant.

Forme d'emploi : brut, Jus, tisane, décoction.

Dose : 1 à 2 fruits d'oranger, 1 litre eau; 2 cuillères à soupe de sucre ou 2 cuillères à soupe de miel, une Tranche d'oranger, une cuillère à café de du (thym, gingembre) dans 1/2 litre eau bouillante, 10 clou de girofle.

Mode d'utilisation :

Energétique, contre la fatigue intense, renforce du système immunitaire : consommez 1 fruit d'oranger 2 fois par jour jusqu'au guérir.

La 1^{ère} préparation consiste à préparer un jus d'orange ; 1 à 2 fruits d'oranger +1 litre eau + 2 cuillères à soupe de sucre ou 2 cuillères à soupe de miel, prendre un verre 2 fois par jours pendant 15 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à préparer un jus avec une Tranche d'oranger, une cuillère à café de du mélange (thym, gingembre) dans 1/2 litre eau bouillante pendant 3 à 5 minutes prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel, 2 fois/ jours pendant 7 jours.

La 3^{ème} préparation consiste à mettre une cuillère à café de fleurs d'oranger (ou écorce en poudre) dans un verre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, prendre un verre 2 fois par jour (matin et soir) jusqu'au guérir.

Rhume, troubles digestifs, calmant (coliques douloureuses du nourrisson, stress (nervosité des adultes et des enfants et trouble du sommeil) :

La 1^{ère} préparation consiste à mettre 1/2 cuillère à café de feuilles d'oranger dans ½ litre d'eau bouillante pendant 10 minutes, filtrer puis, prendre un verre 2 fois par jour (matin et soir) pendant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à piquer de clous de girofle dans une orange laisser agir 1 heure puis presser l'orange et consomme-le 2 fois par jour (matin et soir) pendant 7 jours.

Désodorisant : piquez de clous de girofle dans une orange et laisser agir 1 heure, posez-le dans un coin. Cette préparation permet d'assainir et de parfumer la maison quotidiennement.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux femmes enceintes; Aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Thapsia vrai, Père de la santé, Turbith bâtard, Faux fenouil, Thapsie

Nom en arabe : بونافع، درياس

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Apiales

Famille : Apiacées

Genre : Thapsia

Espèce : *Thapsia garganica*



Fig. N° 98: *Thapsia garganica* (Thapsie)

Description : est une plante vivace, haute de 50 à 80 cm. Sa racine cylindrique, verticale, brunâtre, du diamètre du poignet est marquée de stries annulaires. Les feuilles à pétiole cylindrique, possèdent un limbe finement divisé en lanières (un peu à la façon de fenouil). Peu rameux striés, les axes supportent en mai- juin de grande ombelle composées susceptibles de mesurer 25 cm de diamètre. Chaque fleur jaune (figure 98), de type 5, mais avec seulement de deux carpelles, est à l'origine d'un fruit sec, ou diakène, pourvue de 3 côtes dorsales accusées et de 2 ailes latérales très développées. Cette plante renferme un suc âcre drastique, irritant, emménagogue. Sous l'appellation de Silphium de Cyrénaïque tous les auteurs anciens se sont accordés sur ces vertus merveilleuses (Bernard Boullard, 2001). Cette plante qui est classée parmi les plantes toxiques (Quezel. P et Santa. S., 1962).

Physiologie : La floraison a lieu entre Avril et Juillet (Benseddik, 2021).

Biotope : Très commun dans bassin méditerranéen, et plus particulièrement, en Algérie ou il est adapté à la sécheresse méditerranéenne et à l'aridité des steppes et des montagnes sahariennes; tous les sols lui conviennent, depuis les sables maritimes jusqu'aux sables sahariens du nord en passant par toutes les formes d' argiles sèches ou gorgées d'eau (Merad et Hammiche, 1992).

Période de la récolte : les feuilles en printemps (Mars-Avril). Les racines en hiver (Décembre)

Partie utilisée : Toute la plante (racine et partie aérienne).

Utilisation : Chez l'être-humain : douleurs au dos et aux articulations, contre les entorses et antirhumatisme, toux et gale.

Chez les animaux domestiques : vaches qui ont les mamelles enflées, aussi contre la gale (moutons, vaches, caprins...).

Forme d'emploi : huiles végétales, brut, infusion.

Dose : 3 œufs, une cuillère à café de d'écorce de Thapsia vrai coupées en petites morceaux un verre huile de table, 3 litres d'eau, un verre de feuille et tiges de Thapsia vrai coupées en petites morceaux;

Mode d'utilisation: Thapsia vrai doit être utilisé avec une extrême prudence (toxique).

a. Chez l'être-humain :

Douleurs au dos et aux articulations, contre les entorses et antirhumatisme : cuire une cuillère à café de d'écorce de Thapsia vrai coupées en petites morceaux dans un verre huile de table quelques minutes, ensuite laisser reposer 1 heure, puis appliquer la préparation sur le dos ou l'endroit enflammé, laissez 1 heure puis laver-le. Utiliser-la 1 fois par jour pendant 7 jours.

Contre la toux : cuire 2 à 6 grammes de d'écorce de Thapsia vrai coupées en petites morceaux dans 2 cuillères d'huile de table quelques minutes, ajouter 3 œufs et manger-les 1 fois par jour pendant 7 jours.

Contre la gale : tremper un verre de feuille et tiges de Thapsia vrai coupées en petites morceaux dans 3 litres d'eau, laissez agir une nuit complète, et le lendemain, filtrer et mettez-le dans un flacon pulvérisateur puis vaporisez-le sur la zone douloureuse 1 fois par jour pendant 7 jours (laissez 1 heure puis laver-le).

b. Chez les animaux :

Mamelles enflées et gale : d'après les habitants des communes enquêtées cette préparation donne de très bons résultats. Elle consiste à tremper un verre de feuille et tiges de Thapsia vrai coupées en petites morceaux dans 3 litres d'eau, laissez agir une nuit complète, et le lendemain, filtrer et mettez-le dans un flacon pulvérisateur puis vaporisez-le sur la zone douloureuse (en caressant doucement les mamelles enflées) 1 fois par jour pendant 7 jours (laissez 1 heure puis laver-le).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Berbéris vulgaire, oseille des bois

Nom en arabe : البرباريس، الغريس، عود غريس، أغريس

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Ranunculales

Famille : Berberidacées

Genre : Berberis

Espèce : *Berberis hispanica*

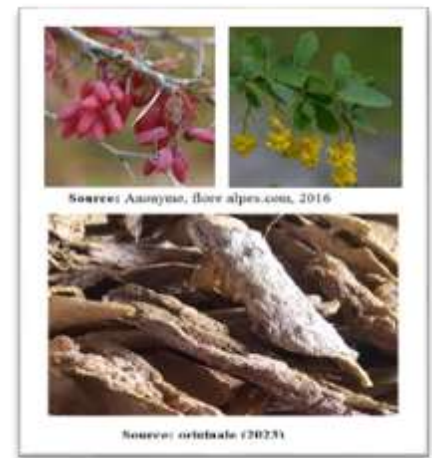


Fig. N° 99: *Berberis hispanica* (Berbéris vulgaire) feuilles, fleurs et écorces

Description : Est un arbuste à l'écorce grise et au port dressé, hauteur de 3 mètres maximum. Ses rameaux cannelés ont de nombreuses épines de teinte jaune. Ses Feuilles caduques, vert clair, finement ciliées, sont regroupées en bouquet au niveau d'une épine divisées en 3. Ses fleurs sont petite, jaunes, réunies en grappes pendantes à l'aisselle des épines, plus longue que les feuilles. Ses fruits sont des petites Baies rouge corail de forme ovoïde (figure 99), allongées, dotées de 2 ou 3 graines mûrissant au début de l'automne. Ses baies n'ont pas d'odeur mais une agréable saveur très acidulée (Elizabeth Lemoine, Françoise Izrael, 2001).

Physiologie : La floraison du mai à juin (Elizabeth Lemoine, Françoise Izrael, 2001). Les fruits (baies) apparaissent à la suite des fleurs, dès le mois de juillet, mais ne seront mûrs et comestibles qu'au mois de septembre. Avant cela, elles sont légèrement toxiques (Daniel, Jaime jardiner.com, 2015).

Biotope : Europe méridionale (sud-est de l'Espagne), Afrique subtropicale (Maroc, ouest de l'Algérie). Floraison : juillet. (Plantes botanique. org, 2005). On la rencontre en Asie centrale et en Asie du Sud- Ouest. Elle apprécie les terrains calcaires et pousse dans les bois, les haies et les bords des chemins (Elizabeth Lemoine, Françoise Izrael, 2001).

Il est originaire de l'Europe centrale et méridionale, de l'Afrique du Nord-Ouest et de l'Asie occidentale, naturalisé en Europe du Nord, en Amérique du Nord et dans d'autres pays (Shahid Akbar, 2020). En Algérie, l'épine vinette se trouve sur les hautes montagnes, au-dessus de 1500 mètre, à Djurdjura- Babors, Atlas de Blida, Aurès, montagnes d'El Hodna et Atlas saharien (Quezel et Santa, 1962).

Période de la récolte: les feuilles en printemps, les fleurs : mars-juin, les fruits (baies) septembre.

Partie utilisée : écorce.

Utilisation : selon les habitants des communes enquêtées, l'épine vinette est utilisée dans les cas suivants: les maux de tête, le foie, les calculs biliaires, rénales et de la vessie, l'estomac et diabète, les voies respiratoires, renforce le système immunitaire, taches et acnés de la peau, traite divers types de cancer (utérus, thyroïde, foie...).

Forme d'emploi : poudre, infusion.

Dose : 50 grammes de écorce d'épine vinette en poudre, une cuillère à soupe beurre naturelle 200 gramme des Nigelle cultivée (habat elbaraka) en poudre (ou remplacez par une petite bouteille huile de Nigelle cultivée, 60 à 70 ml), 100 gramme des feuille de pêcher en poudre, 150 grammes de Haloxylon (Ramth rouge) en poudre, 500 gramme de miel naturel, une cuillère à café de d'écorce d'épine vinette en poudre, 1 à 2 écorces d'épine vinette 1 litre d'eau froide

Mode d'utilisation:

Contre divers types de cancer:

La 1^{ère} préparation consiste à Mettre 50 grammes de d'écorce d'épine vinette en poudre, une cuillère à soupe beurre naturelle, 200 gramme des Nigelle cultivée (habat elbaraka) en poudre (ou remplacez par une petite bouteille huile de Nigelle cultivée, 60 à 70 ml), 100 gramme des feuille de pêcher en poudre, 150 grammes de Haloxylon (Ramth rouge) en poudre dans 500 gramme de miel naturel. Mélangez bien les ingrédients ensemble, jusqu'à ce qu'ils soient complètement homogènes pour qu'ils prennent la forme d'une pâte. Prenez ensuite une petite quantité de la taille d'un pois chiche. Il est préférable de prendre 2 comprimés le matin à jeun quotidiennement pendant une période d'au moins 21 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger un verre d'épine vinette en poudre avec du miel naturel selon besoin jusqu'à ce qu'ils prennent la forme d'une pâte, puis Prenez ensuite une petite quantité de la taille d'une lentille, prendre 2 comprimés 2 fois par jours (le matin à jeun et le soir) pendant 1 mois.

Diabète : Prenez une cuillère à café de d'écorce d'épine vinette en poudre et placez-la dans un litre d'eau froide pendant 24 heures jusqu'à dissolution complète. Ensuite, prendre 1 petite tasse le matin avant le petit-déjeuner et une autre le soir pendant son sommeil pendant 1 mois.

Élimine les taches et acnés sur la peau : ajoutez une cuillère à café de d'écorce d'épine vinette en poudre avec du miel, puis appliquez sur la peau (cette crème donner à la peau un éclat, une fraîcheur et une beauté naturels).

Les maux de tête, le foie, les calculs biliaires, rénales et de la vessie, l'estomac et diabète, les voies respiratoires, renforce le système immunitaire : Mettez 1 à 2 écorces d'épine vinette 1 litre d'eau froide laissez agir 24 heures. Ensuite, prendre une petite tasse 2 fois par jour (le matin à jeun et le soir pendant son sommeil) pendant 1 mois.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Cresson officinal, Cresson de fontaine, Cresson d'eau

Nom en arabe : الجرجير

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Capparales

Famille : Brassicacées

Genre : Nasturtium

Espèce : *Nasturtium officinale*



Fig. N° 100: *Nasturtium officinale* (Cresson officinal)

Description : Plante vivace, à saveur piquante, à souche rampante ; tige de 10-50 cm, radicante à la base, ascendante, épaisse, creuse, rameuse ; feuilles pennatiséquées, à lobes obovales ou oblongs, le terminal plus grand, arrondi en coeur dans les feuilles inférieures ; fleurs blanches (figure 100), en grappe peu fournie; sépales verts ; pétales 2 fois plus longs que le calice ; siliques étalées, courtes, cylindracées, arquées, plus longues que les pédicelles ; graines ovoïdes, brunes, ponctuées, sur 2 rangs (Préservons la nature, 2023).

Physiologie : La période de floraison du Mai à septembre (Préservons la nature, 2023).

Le semis s'effectue au printemps entre le mois d'avril et juin.

Biotope : Europe centrale et méridionale ; Asie occidentale ; Afrique septentrionale.

Lieux vagues et cultures, dans le Midi, l'Ouest et le Centre ; naturalisé ailleurs (Préservons la nature, 2023).

Période de la récolte : durant toute l'année (deux mois après la plantation).

Partie utilisée : les feuilles.

Utilisation : selon les habitants des communes enquêtées, le Cresson officinal se consomme cru en salade ou légèrement cuit. Cette plante est utilisée pour le traitement des bronchites et de la toux. Il réduit le risque de maladie cardiaque, le taux de cholestérol et le cancer.

Forme d'emploi : cru, cuit, jus.

Dose : poignée de feuilles de cresson de fontaine, une cuillère à café de miel, 1/2 litre d'eau froide, une cuillère à soupe d'huile d'olive

Mode d'utilisation:

La 1^{ère} préparation consiste à prendre une poignée de feuilles de cresson de fontaine avec 1/2 litre d'eau et mettez-la dans le mixeur jusqu'à obtenir un jus ou une boisson fraîche. Il est préférable de prendre un verre, sucré par une cuillère à café de miel, 1 fois par jour pendant une période d'un mois.

La 2^{ème} préparation consiste à préparer une poignée de feuilles de cresson comme une salade, consommez 2 fois par semaine pendant 3 mois.

La 3^{ème} préparation consiste à mettre une 1 à 2 poignées de feuilles de cresson dans une poêle et cuit en ajoutant une cuillère à soupe d'huile d'olive puis ajouter 1 œuf, consommez 2 fois par semaine pendant 3 mois.

NB : Le cresson de fontaine doit être bien lavé pour retirer la terre ou le sable qu'il contient.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Inule Visqueuse, Nasque

Nom en arabe : مكرمان، الطيون، مكرمان

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Asterales

Famille : Astéracées

Genre : *Inula*

Espèce : *Inula viscosa L.*



Fig. N° 101: *Inula viscosa* (Inule Visqueuse)

Description : Plante herbacée à odeur forte, annuelle, glanduleuse et visqueuse. Elle peut atteindre de 50 cm à 1 m de hauteur, présente des capitules à fleurs jaunes très nombreuses au sommet de la tige. Les feuilles sont allongées à lancéolées, alternées et insérées directement sur la tige (figure 101), sans pétioles. La base du limbe des feuilles de la tige semble l'entourer partiellement (feuilles embarrassantes). Leur marge est lisse ou dentée, et le sommet aigu. Toute la plante est couverte de poils glanduleux qui libèrent une résine odoriférante et collante (Quezel et Santa, 1963). Les racines sont lignifiées, fortes pivotantes. elles atteignent 30 cm de long (Bayer *et al.*, 1990).

Physiologie : La période de floraison à la fin d'été et au début de l'automne (Al Dissi *et al.*, 2001).

Biotope : distribuée largement dans le Sud d'Espagne, le Nord de l'Afrique et du Moyen Orient (Wang *et al.*, 2004), très connue à la région méditerranéenne (Guignard J. Louis, 1994). D'après Ait Youssef (2006) se trouve en Algérie surtout dans les garrigues, les rocailles et sur les terrains argileux et peu humides.

Période de la récolte : durant toute l'année (feuilles persistantes).

Partie utilisée : les feuilles.

Utilisation : Selon les habitants des communes enquêtées, les feuilles d'*Inula viscosa L.* sont utilisées pour le traitement des plaies ouvertes, brûlures et favorise la cicatrisation plus rapide, Hémorroïdes, hémorragie, bronchite, maladies du système urinaire, digestion, diabète et rhumatisme.

Forme d'emploi : poudre, tisanes, huiles végétales, pommade, cataplasme.

Dose : poignée de feuilles d'*Inula viscosa L.*, un verre de feuilles d'*Inula viscosa L.* en poudre, 1/2 litre d'eau bouillante, un verre huile d'olive.

Mode d'utilisation:

Rhumatisme, brûlures, hémorroïdes ou blessures :

La 2^{ème} préparation consiste à mixer une poignée de feuilles d'*Inula viscosa L.* et mettez-la dans une compresse stérile et appliquer sur la zone douloureuse. Il est préférable d'appliquer le traitement 1 fois par jour le soir durant un mois.

La 2^{ème} préparation consiste à appliquer une cuillère à soupe de feuilles d'*Inula viscosa L.* en poudre sur les plaies ouvertes et les brûlures 2 fois par jour jusqu'au guérir.

La 3^{ème} préparation consiste à mélanger un verre de feuilles d'*Inula viscosa L.* en poudre avec l'huile d'olive, selon les besoins, jusqu'à l'obtention d'une crème ou pommade, puis appliquer sur les zones infectées 2 fois par jour jusqu'au guérir.

La 4^{ème} préparation consiste à mettre dans un bain-marie 2 cuillères à soupe de feuilles d'*Inula viscosa L.* et un verre d'huile d'olive laissé bouillir 15 à 20 minutes, laisser refroidir puis filtrer et appliquer comme une pommade 2 fois par jour jusqu'au guérir.

Bronchite, diabète, maladies du système urinaire et digestif : mettre une cuillère à café de feuilles d'*Inula viscosa L.* (fraîche ou sèches) dans ½ litre d'eau bouillante pendant 10 minutes, filtrer puis prendre un verre 2 fois par jour (matin et soir) pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Garance, Garance voyageuse

Nom en arabe : الفوة، الفوة المتجولة، العرق الأحمر

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Gentianales

Famille : Rubiacées

Genre : Rubia

Espèce : *Rubia peregrina*



Fig. N° 102: *Rubia peregrina* L. (Garance)

Description : plante herbacée vivace, peut mesurer plus de 1 m de long, à feuilles persistantes et coriaces sont ovales-lancéolées et possèdent des dents crochues sur la nervure médiane et le bord du limbe (figure 102). Les fleurs, disposées en cymes axillaires, au sommet de longs pédoncules, sont petites (2 mm de diamètre), jaune pâle, les cinq pétales brusquement terminés par une pointe. La plante est hermaphrodite et à pollinisation entomogame. Le fruit est une baie lisse, verte puis noire à maturité, à corolle infundibuliforme tubuleuse. Fruits à péricarpe charnu, bacciforme (Quezel et Santa, 1962).

Physiologie : La floraison s'étale de juin à août (Benoît Larroque et Jean Favennec, 2016).

Biotope : distribuée dans l'Europe méridionale et occidentale, jusqu'en Irlande; Afrique septentrionale (Tela botanica.org, 2021).

Période de la récolte : durant toute l'année (feuilles persistantes).

Partie utilisée : les racines.

Utilisation : anti inflammatoire, calculs rénaux (calcique) et calculs biliaires (phosphate), affection des voies urinaires, jaunisse et des maladies hépatiques.

Forme d'emploi : poudre.

Dose : un verre de *Rubia peregrina* L. en poudre, 1/2 litre d'eau bouillante et miel selon besoins.

Mode d'utilisation:

Anti inflammatoire, calculs rénaux (calcique) et calculs biliaires (phosphate), affection des voies urinaires : Ajoutez une cuillère à café de garance en poudre dans 1/2 litre d'eau bouillante

(transforme au rouge qu'au contact de l'eau), en la buvant de préférence deux fois par jour, pendant 7 jours.

Jaunisse et des maladies hépatiques : mélanger un verre de racine de *Rubia peregrina L.* en poudre avec le miel, selon les besoins, jusqu'à l'obtention d'une pâte, puis prendre une cuillère à café de 2 fois par jour (matin et soir) pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques, aux femmes enceintes et aux enfants.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement (ne dépasser 7 jours).

Nom Commun : Lin cultivé, Graine de lin

Nom en arabe : بذور الكتان، زريعة الكتان

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Linales

Famille : Linacées

Genre : *Linum*

Espèce : *Linum usitatissimum L*



Fig. N° 103: *Linum usitatissimum L.* (Graine de lin)

Description : Plante annuelle, bisannuelle ou vivace, d'une extrême finesse, assez peu profondément enracinée (racine pivotante) car le lin est arraché, il n'est pas fauché (Roberto, 1982 et Bernard, 2001). Elle peut atteindre 1, 2 m de hauteur et de 1 à 2 millimètres de diamètre au collet. Les feuilles sont allongées et sessiles (entre 80 et 100 feuilles par tige) et les fleurs à 5 pétales, l'autopollinisation est prédominante. La durée de floraison est 15 jours, mais seulement quelques heures par fleur (des fleurs bleues, rouges ou blanches plus ou moins rosées). Le fruit est une capsule contenant 10 graines riches en huile et les Graines de couleur brune (parfois jaune clair), lisses (figure 103), plates, petites et légères (4 à 7 grammes de pour mille graines), longues de 4 à 6 mm et larges de 3 mm (Hocking *et al.*, 1997).

Physiologie : La période de floraison s'étale de juin à juillet (Hocking *et al.*, 1997).

Biotope : Son origine probablement des hauts plateaux d'Asie, de l'Ouest et de la Méditerranée (Millam *et al.*, 2005). Son utilisation a été étendue par l'Égypte des pharaons. La culture du lin a été introduite en Europe par Charlemagne au cours du premier millénaire après J.C. C'est une ancienne plante signalé dans toutes les vieilles civilisations (Debuigne G. et Couplan F, 2013).

Période de la récolte : Le moment optimal pour récolter la graine de lin est celui où les capsules sont totalement mûres et virent au brun (Prota prota 4u. org, 2011) La récolte a pu être effectuée à la mi-septembre ou avant le 15 octobre le lin atteint la maturité entre 120 et 130 jours après le semis (Pageau et La jeunesse J., 2011).

Partie utilisée : les graines, huiles végétales.

Utilisation : Constipation chronique, anticancéreuse, réduit la croissance des tumeurs mammaires, diminution du cholestérol, diminue le poids, amélioration des cheveux (antichute).

Forme d'emploi : poudre, brut, décoction.

Dose : une cuillère à soupe d'huile de lin, une tranche de citron, 2 cuillères à soupe de graines de lin, un oignon découpé en petits morceaux, une cuillère à soupe de clous de girofle et 2 cuillères à soupe de romarin, 1 litre d'eau et une tasse de shampoing.

Mode d'utilisation:

Diminue le poids : Mélangez une cuillère à café de graines de lin avec une tasse d'eau chaude et remuez bien. Ajoutez ensuite des tranches de citron (pour la saveur). Prenez cette boisson une fois par jour pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Constipation chronique : Prendre une cuillère à café d'huile de lin à jeun, 1 fois par jour pendant une semaine.

Anticancéreuse et réduit la croissance des tumeurs mammaires: Prendre une cuillère à café d'huile de lin à jeun, 1 fois par jour pendant 03 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Diminution du cholestérol :

La 1^{ère} préparation consiste à prendre une cuillère à café d'huile de lin à jeun, 1 fois par jour pendant 03 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de graines de lin (graines ou poudre) avec 1 pot de yaourt nature ou de salade ou de soupe, 1 fois par jour pendant 03 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Amélioration des cheveux (antichute) : Dans un bol profond, ajoutez 2 cuillères à soupe de graines de lin, 1 oignon découpé en petits morceaux, une cuillère à soupe de clous de girofle et 2 cuillères à soupe de romarin et faites bouillir dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes. Bien mélanger jusqu'à consistance lisse, filtrer le mélange et l'ajouter à la tasse de shampoing jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé. Versez-le ensuite dans une bouteille vide. Appliquer sur le cuir chevelu et masser pendant 5 minutes, puis laver soigneusement vos cheveux à l'eau 2 fois par semaine jusqu'au guérir.

NB : conservez le mélange au réfrigérateur pendant un mois.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques et aux femmes enceintes.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Ivette musquée, Germandrée musquée

Nom en arabe : شندقورة، مسك القبور

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : *Ajuga*

Espèce : *Ajuga iva* L.



Fig. N° 104: *Ajuga iva* L. (Ivette musquée).

Description : Plante aromatique vivace, velue et au goût amer; les tiges ont une épaisseur de 5 à 15 cm et les fleurs s'épanouissent presque à partir de la base; les rameaux sont nombreux et étalés, munis de feuilles touffues, entières ou dentées (figure 104); les fleurs sont généralement plus courtes que les feuilles, roses, rarement blanches ou jaunâtres, longues de 18 à 24 mm à lobe terminal large, obcordé (en forme de cœur mais attachée à la tige); les graines sont oblongues, à hile très grand, finement réticulées, alvéolées (Kaddem, 1999; Lamnouer, 2005; El Hilaly, 2007; Beloued, 2014).

Physiologie : La période de floraison s'étale de Mai et Juin (Halimi, 2004).

Biotope : Elle est largement distribuée dans la région méditerranéenne : le sud de l'Europe et le nord de l'Afrique, en particulier en Algérie, Maroc, Tunisie, et en Egypte (Halimi, 2004). Très répandue dans les pelouses et les forêts du Tell Algérien, très abondante dans les étages bioclimatiques arides et semi-arides (Djelfa, Médéa...) où elle croît dans les champs (Baba Aissa, 2000 ; Halimi, 2004).

Période de la récolte : La récolte a pu être effectuée au printemps (mars –juin).

Partie utilisée : partie aérienne sans racines.

Utilisation : le diabète, l'hypertension, les maux de tête et dents, digestion (Les troubles intestinaux et gastro-intestinaux, l'inflammation intestinale, l'estomac et contre l'ulcère de l'estomac), fièvre, diarrhée et gaz, antiseptique, antimicrobien et cicatrisante sur les plaies.

Forme d'emploi : poudre ou brut, infusion.

Dose : un verre de la poudre d'*Ajuga iva* L., miel selon besoins, 1 litre d'eau bouillante.

Mode d'utilisation:Digestion, maux de tête et dents :

La 1^{ère} préparation consiste à mélanger un verre de la poudre d'*Ajuga iva L.* avec du miel, selon besoins (pour surmonter son goût amer), en faisant de petites boules et en les prenant par voie orale, à jeun, 1 fois par jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à ajoutez une cuillère à café de d'Ivette musquée (ou en poudre) à 1 litre d'eau bouillante pendant 10 minutes et consommez-la en buvant une tasse, 2 fois par jour, jusqu'au guérir.

Fièvre, diarrhée et gaz : Ajoutez 20 à 30 grammes de d'Ivette musquée en poudre à 1 litre d'eau bouillante pendant 10 minutes et consommez-la en buvant une tasse, 2 fois par jour, jusqu'au guérir.

Diabète, hypertension: Ajoutez une cuillère à café de d'Ivette musquée (ou en poudre) à 1 litre d'eau bouillante pendant 10 minutes et consommez-la en buvant une tasse, 3 fois par jour, pendant une période n'excédant pas 1 mois.

Antiseptique, antimicrobien et cicatrisante sur les plaies :

La 1^{ère} préparation consiste à utilisez directement sur la plaie la poudre d'Ivette musquée, cela l'aide à guérir rapidement, 2 fois par jour, jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à bouiller une cuillère à café de d'Ivette musquée dans 1 litre d'eau bouillante pendant 3 minutes, puis laver soigneusement les zones infectées, 2 fois par jour, jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Cresson, Cresson alénois, Alliaire
Nom en arabe: حب الرشاد، الحرف
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Capparales
Famille : Brassicacées
Genre : *Lepidium*
Espèce: *Lepidium sativum. L*



Fig. N° 105: *Lepidium sativum. L.* (Cresson alénois)

Description : Plante annuelle, glabre, glauque et pruneuse dans le haut, Tige ramifiée de 20-60 cm Haut, à odeur fétide et saveur piquante. Feuilles inférieures 1 ou 2 fois pennatiséquées, pétiolées, à divisions étroites, plus ou moins entières, feuilles supérieures, presque indivises, sessiles. Pétales blancs, parfois rosés, longs d'environ 2, 5 mm. Silicules largement ovales, nettement échancrées, ailées à l'extrémité, longues de 5-6 mm et larges de 3-5 mm; pédicelles un peu plus courts, glabres (Info flora, 2024).

Physiologie : Floraison de juin à juillet (Info flora, 2024). Période favorable de Semis est de mars à octobre (Au Jardin.info, 2024)

Biotope : Le cresson alénois est originaire en Afrique d'Égypte et d'Éthiopie, au Moyen-Orient du Liban, de la Syrie, de Jordanie, Palestine, de Turquie, d'Irak, d'Iran et en Asie d'Afghanistan et du Pakistan. Il est subspontané au Québec dans le Bas du fleuve. D'une manière générale, cette plante cultivée se rencontre au voisinage des habitations (Wikipedia.org, 2024).

Période de la récolte : Les feuilles se récoltent environ un mois après le semis.

Les graines de la cressonnette (figure 105) se récoltent pour la culture de l'année suivante et se conservent l'hiver dans un endroit frais, au sec : garage ou réfrigérateur (Au Jardin.info, 2024).

Partie utilisée : graines.

Utilisation : Ostéoporose, Fractures osseuses, Asthme, Digestion, diabète, tension artérielle.

Forme d'emploi : Poudre, tisane.

Dose : 200 gramme de graines de cresson alénois moulu, 100 gramme de sésame moulu, 1 petit verre de thé graine de fenugrec en poudre et un verre de lait, un verre de cacahuètes, un verre d'eau, miel selon besoin.

Mode d'utilisation :

Ostéoporose, Fractures osseuses: Mélanger 200 gramme de graines cresson alénois moulu, 100 gramme de Fenugrec moulu et 100 gramme de sésame moulu, verser une cuillère à café de du mélange dans un verre de lait et prend-les 2 fois par jours pendant 1 mois.

Asthme : Mélanger un verre de Cresson, un verre sésame et un verre de cacahuètes avec miel, prendre une cuillère à café de la préparation à jeun 1 fois par jours pendant 1 mois.

Digestion, diabète, tension artérielle : Verser une cuillère à café de graines de cresson dans une tasse d'eau et laissez-les pendant 5 minutes. Faites bouillir les graines pendant 3 minutes, puis buvez-les quotidiennement à jeun. 1 fois par jours pendant 1 mois..

Conseils d'utilisation : Déconseillé aux personnes allergiques, diabétique, hypotendues et aux femmes enceintes.

Vous pouvez remplacer le lait par un verre d'yaourt.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun: Palmier dattier, Dattier

Nom en arabe: التمر

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Arecales (Palmale)

Famille : Arecacées (Palmacées)

Genre : Phoenix

Espèce : *Phoenix dactylifera* L.



Fig. N° 106: *Phoenix dactylifera* L. (Palmier dattier)

Description : *Phoenix dactylifera* L. est un palmier dioïque (comporte pieds mâles et pieds femelles) au stipe (tronc) de 15 à 30 m de hauteur et jusqu'à 50 cm d'épaisseur, feuilles persistantes, arquées multiples, pennées et glabres, longues de 3 à 5 m constituent une couronne. Ces palmes montrent des pétioles et un rachis très épineux. Les pennes sont fortement carénés, raides et piquants. Il produit souvent de nombreux rejets. Les inflorescences mâles sont petites (12 à 30 cm). Les inflorescences femelles sont longues de 90 à 120 cm, et une fois fécondées, produisent des grappes denses de dattes. Elles émergent d'entre les palmes et pendent sous la couronne. Le fruit est la datte (comestible) telle qu'on la connaît (figure 106), existant en diverses variétés (Au Jardin.info, 2024).

Physiologie : Floraison au printemps (Mi-février à la Mi-mars), la couleur des fleurs est jaune (Au Jardin.info, 2024).

Biotope : Le dattier est originaire soit l'Afrique du Nord, soit le Moyen-Orient. Outre son exploitation en tant que fruitiers, est une espèce importante dans les zones semi-désertiques (Jardin.info, 2024). Le palmier dattier se trouve également en Algérie (surtout Biskra et El-Oued, Ouargla, Ghardaïa, Adrar, Béchar, Tamanrasset, Illizi et Tindouf), d'autres wilayas situées dans des zones de transition entre la steppe et le Sahara (Djoudi Imene, 2013).

Période de la récolte : Les dattes sont cueillies en octobre, puis conditionnées afin d'être consommées durant l'année (Les fruits et légumes frais.com, 2024).

Partie utilisée : fruit.

Utilisation : selon les personnes enquêtées, le dattier augmente les chances de grossesse et traite les problèmes d'infertilité chez les hommes et les femmes, aussi aide à stimuler les ovaires, est un bon stimulant pour l'accouchement (dilatation du col) et l'activité de circulation sanguine dans le corps, est un repas équilibré et adapté à l'enfant, aide à réduire le risque

d'anémie ou de carence en fer et la croissance osseuse de l'enfant. Aussi il réduit le cholestérol (les dattes sont riche en fibres), hypertension artérielle et santé visuelle.

Forme d'emploi : poudre et brut, infusion, décoction.

Dose : quelques dattes (de préférence 7 dattes), 7 cuillères à café de graines de cresson alénois, un verre de lait, un verre d'eau, un verre de lait ou 1 pot d'yaourt, 1 à 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Mode d'utilisation :

Augmente les chances de grossesse et problèmes d'infertilité, accouchement, activité de circulation sanguine : retirez les noyaux de quelques dattes (de préférence 7 dattes) et trempez-les dans un verre d'eau chauffée jusqu'à ce qu'elles soient cuites, puis, remplir chaque datte par une cuillère à café de graines de cresson alénois, puis mettez 1 à 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et remuez-les bien. Ensuite, prendre les dattes à jeun, le matin, avec un verre d'eau 1 fois par jour pendant 7 jours.

Un repas équilibré et adapté à l'enfant, réduire le risque d'anémie ou de carence en fer et la croissance osseuse de l'enfant :

La 1^{ère} préparation consiste à manger 7 dattes le matin à jeun tous les jours.

La 2^{ème} préparation consiste à verser une cuillère à café de dattier en poudre dans un verre d'eau (ou un verre de lait ou 1 pot d'yaourt) et buvez-le 1 fois par jour jusqu'au guérir.

Hypertension artérielle, cholestérol et santé visuelle :

La 1^{ère} préparation consiste à retirez les noyaux de quelques dattes (de préférence 7 dattes) et trempez-les dans un verre d'eau chauffée jusqu'à ce qu'elles soient cuites, puis, remplir chaque datte par une cuillère à café de graines de cresson alénois, puis mettez 1 à 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et remuez-les bien. Ensuite, prendre les dattes à jeun, le matin, avec un verre d'eau 1 fois par jour pendant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à manger 7 dattes à jeun tous les jours.

La 3^{ème} préparation consiste à verser une cuillère à café de dattier en poudre dans un verre d'eau (ou un verre de lait ou 1 pot d'yaourt) et buvez-le 1 fois par jour jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Molène à feuilles sinuées, Molène sinuée, Bouillon blanc sinué

Nom en arabe: بوصير، مصلح لنظار، مصلح لمدار، لبيدة، بزير، بوصير دائري الأوراق

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Scrophulariales

Famille : Scrophulariacées

Genre : Verbascum

Espèce : *Verbascum sinuatum* L.



Fig. N° 107: *Verbascum sinuatum* L.
(Molène à feuilles sinuées)

Description : est une plante herbacée, bisannuelle, vivace peut atteindre 2 m de hauteur. La tige porte de nombreux rameaux fleuris, couverte de minuscules poils rassemblés en petits groupes les feuilles basales énormes, ondulées et souvent très poilues (plante à rosette), les feuilles supérieures sont sessiles. Les fleurs sont jaune soufre (figure 107) avec des étamines violettes. Le fruit est une capsule portant plusieurs graines (Mosseray. R, 1935)

Physiologie : la floraison est à partir de mois de juin jusqu'à octobre (Sylvie Remal Puigmal, 2014).

Biotope : *Verbascum sinuatum* L. présente en en Turquie, en Europe, en Afrique du nord et dans toute la région méditerranée (Sahara algérien) (Sylvie Remal Puigmal, 2014).

Période de la récolte : les feuilles et les fleurs sont cueillies au printemps (Sylvie Remal Puigmal, 2014). La racine se récolte en automne; les semences lorsqu'elles sont parfaitement mûres (Cazin, F. J., 1850).

Partie utilisée : feuilles, fleurs et racines. On distingue que toutes les parties de la plante peuvent donc être utilisées, donc elle est très versatile pour les herboristes et les habitants.

Utilisation : selon les personnes enquêtées, la Molène sinuée est utilisée en traitement respiratoire (toux et tuberculose et l'asthme), maux de dents, saignements de la bouche et l'enrouement (ou altération de la voix), hémorroïdes et les varices des jambes. Aussi, elle est antispasmodique, laxative, et purifie la poitrine, problèmes oculaires comme l'ophtalmie, la confusion, et le flou qui en résulte, avorte et élimine le fœtus (embryon) mort et le placenta de l'utérus.

Forme d'emploi : poudre, huiles végétales et décoction.

Dose : un verre de fleur, un verre de feuilles et une cuillère à café soupe de racine de Molène sinuée, 3 litres d'eau, un verre de miel, ½ litre d'huile d'olive, une cuillère à soupe du khôl, ½ cuillère à café du sucre végétal brûlé et une cuillère à café des noyaux d'olive finement broyés.

Mode d'utilisation :

Traitement respiratoire (toux et tuberculose et l'asthme) antispasmodique, laxative et purifier les branches respiratoires : Fait bouillir une cuillère à soupe de fleur de Molène sinué dans 1 litre d'eau, pendant 3 minutes, filtrez ensuite ajoutez-y un verre de miel, mélangez bien le tout. Boire le sirop un verre, 3 fois par jour, durant 7 jours.

Maux de dents, saignements de la bouche et l'enrouement (ou altération de la voix) : Bouillir une cuillère à café de feuilles, une cuillère à café de fleurs et une cuillère à café de racines de la Molène sinuée, dans 1 litre d'eau pendant 3 minutes, puis utilisez ce mélange en gargarisme 3 fois par jour, quotidiennement, jusqu'à guérir.

Hémorroïdes et les varices des jambes :

La 1^{ère} préparation consiste à trempez une cuillère à café de fleurs de la Molène sinuée dans ½ litre d'huile d'olive diluée, faites bouillir 3 minutes, puis laissez les composants interagir toute la nuit. Filtrez le mélange et appliquez-le sur les hémorroïdes et les varices des jambes, deux fois par jour jusqu'à guérison.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir un verre de fleurs de la Molène sinuée, en poudre, dans ½ verre d'huile d'olive à feu très doux jusqu'à ce qu'une partie s'évapore et l'obtention d'une pommade, puis appliquez-la sur les hémorroïdes 2 fois par jour jusqu'à guérison.

Problèmes oculaires comme l'ophtalmie, la confusion, et le flou qui en résulte : En brûlant les racines Molène sinuées, puis en les écrasant finement, prend une mesure d'une cuillère à café, puis en les mélangeant avec une cuillère à soupe du khôl. Il est possible d'ajouter à ce khôl 1/2 cuillère à café du sucre végétal brûlé et une cuillère à café de des noyaux d'olive finement broyés. Et en le mettant sur les paupières 1 fois par jour jusqu'à guérison.

Avorte et élimine le fœtus (embryon) mort et le placenta de l'utérus : Bouillir un verre de feuilles de la Molène sinuée, dans 3 litres d'eau pendant 3 minutes, en prenant soin de bien couvrir. Utilisez ensuite cette vapeur chaude pour un bain de vapeur intime, permettant à la vapeur de monter de la zone vulvaire jusqu'à l'utérus. Utilisez-le 2 fois par jour jusqu'à ce que vous obteniez des résultats positifs. Cette méthode est très ancienne qui était utilisée pour la santé féminine, mais qui s'est perdue ou limitée actuellement.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Sauge, thé de la Grèce, Herbe sacrée

Nom en arabe: مريمية، سواك النبي، سالمة

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiacées

Genre : Salvia

Espèce : *Salvia officinalis* L.



Fig. N° 108: *Salvia officinalis* L. (Sauge officinale)

Description : est une plante aromatique, d'une odeur forte et une saveur chaude, piquante et un peu amer. La tige porte de rameaux dressés, nombreux, presque quadrangulaires, pubescents, les feuilles sont opposées, ovales, lancéolées, longuement pétiolées, épaisses, finement denticulées sur les bords (figure 108). Les fleurs sont disposées en un épi simple, réunies par verticilles, munies de bractées, caduques, cordiformes (juin-juillet), le calice est tubuleux, quelquefois coloré, bilabié, la corolle à deux lèvres, d'un bleu rougeâtre ou violacé; la supérieure obtuse et échancrée, l'inférieure à trois lobes, celui du milieu plus grand. Deux étamines à filet court à anthères séparées par un long connectif. Un style très-long. Un stigmate bifide. Le fruit a quatre akènes nus au fond du calice. La racine est une souche ligneuse, dure et fibreuse (Cazin, F.J, 1850).

Physiologie : la floraison est à partir de mois de juin jusqu'à juillet (Cazin, F.J, 1850).

Biotope : *Salvia officinalis* L. est originaire des régions méditerranéennes orientales, préfère les terrains chauds et calcaires, croit de manière spontanée et en culture le long de tout le bassin méditerranéen, depuis de l'Espagne jusqu' en Turquie, et dans le nord de l'Afrique. C'est une espèce Euro-méditerranéenne, assez cultivée en Algérie (Khiredine, 2013). Ce genre est distribué dans trois régions principales dans le monde 530 espèces à l'Amérique centrale et latine, 250 espèces en Asie centrale et en régions méditerranéennes, 30 en Afrique du Sud et 90 espèces en Asie de l'Est (Walker *et al.*, 2004).

Période de la récolte : On récolte les feuilles un peu avant la floraison ou en automne, et même en toute saison, parce qu'elles sont toujours vertes. Les fleurs se cueillent quand elles sont épanouies.

Partie utilisée : Les feuilles et les fleurs (Cazin, F.J, 1850).

Utilisation : Les habitants de la campagne font usage de la sauge au lieu de thé. Ils prétendent, avec raison, que cette boisson les préserve des fièvres (Cazin, F.J, 1850).

Selon les personnes enquêtées, la Sauge est utilisée en traitement cardiovasculaires, stress, dépression, concentration et amélioration de la mémoire, vertiges nerveux, tremblement des membres et paralysie, antimicrobienne, anti-inflammatoire (Infections de la bouche et de la gorge, Infections de l'utérus), digestion (ballonnement, vomissements, diarrhées, estomac) rhume, toux chroniques, bronchite, et fièvre, perte de poids et minceur, peau et sa fraîcheur.

Forme d'emploi : décoction, crème.

Dose : une poignée de sauge, 3 litres d'eau, une cuillère à café de girofle, une cuillère à café de sauge en poudre, miel ou huile d'amande, selon besoins.

Mode d'utilisation :

Maladies cardiovasculaires, stress, dépression, concentration et amélioration de la mémoire, vertiges nerveux, tremblement des membres et paralysie, digestion (ballonnement, vomissements, diarrhées, estomac), maladie respiratoire (toux chroniques, bronchite et rhume), perte de poids et minceur : Fait bouillir une cuillère à soupe de sauge dans 1 litre d'eau, pendant 3 minutes, filtre, ensuite boire un verre, 3 fois par jour pendant 3 mois ; utilisez pendant 20 jours, suivis d'une pause de 10 jours.

Antimicrobienne et anti-inflammatoire (Infections de la bouche et de la gorge) :

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir une cuillère à soupe de sauge dans 1 litre d'eau, pendant 3 minutes, filtrer, ensuite boire un verre, 3 fois par jour pendant 3 mois ; utilisez pendant 20 jours, suivis d'une pause de 10 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir une cuillère à café de sauge, une cuillère à café de girofle dans 1 litre d'eau pendant 3 minutes, puis utilisez ce mélange en gargarisme 3 fois par jour, quotidiennement, jusqu'à guérir.

Infections de l'utérus : fait bouillir 1 poignée de sauge dans 3 litres d'eau pendant 3 minutes, en prenant soin de bien couvrir. Utilisez ensuite cette vapeur chaude pour un bain de vapeur intime, permettant à la vapeur de monter de la zone vulvaire jusqu'à l'utérus. Utilisez-le 2 fois par jour pendant 1 mois.

La peau et sa fraîcheur :

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir une cuillère à soupe de sauge dans 1 litre d'eau, pendant 3 minutes, filtrez ensuite utilisez ce mélange en lavant le visage 1 fois par jour pendant 1 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de sauge en poudre avec du miel pour les peaux grasses, et avec de l'huile d'amande pour les peaux normales, sèches et mixtes, selon les besoins, jusqu'à l'obtention d'une pommade. Ensuite, faites-en un masque et laissez agir 20 minutes et lavez-le (ce masque restaure la fraîcheur perdue et raffermi la peau).

Effets secondaires : Le thé à la sauge peut provoquer une fausse couche chez les femmes enceintes, surtout au cours des trois premiers mois, aussi, réduire la sécrétion de lait pendant l'allaitement.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques et aux femmes enceintes.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Cannelle, Cannelier
Nom en arabe : القرفة
Règne : Plantae.
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Laurales
Famille : Lauracées
Genre: Cinnamomum
Epèce : *Cinnamomum zeylancium*



Fig. N° 109 : *Cinnamomum zeylancium* (Cannelle)

Description : il s'agit d'un arbre mesure entre 10 - 15 mètres de hauteur. Elle a des feuilles persistantes d'un vert brillant, oblongues (7 à 18 cm). Les fleurs sont verdâtres et ont une odeur assez désagréable. Le cannelier produit un fruit en forme de baie de 1 cm de diamètre et de couleur pourpre. L'écorce (figure 109) est récoltée à la saison des pluies (myrtea formations.com, 2023).

Physiologie : feuilles persistantes, d'un vert brillant. Fleurs d'une couleur verdâtre et une odeur plutôt désagréable. Fruit est une baie en forme de massue et de couleur pourpre.

Biotope : Asie tempérée, en Europe et en Afrique du Nord. (Wikipedia.org, 2023), originaire du Sri Lanka, Madagascar et Inde (la drome.bio, 2023).

Période de la récolte : L'écorce des branches est récoltée à la saison des pluies, six ou sept ans minimum après la plantation du Cannelier.

Partie utilisée : Ecorce.

Utilisation : Selon les habitants, elle réduit le risque de cancer, hypertension artérielle, les angines (inflammation des amygdales) et toux.

Forme d'emploi : Tisane, poudre.

Dose : une cuillère à café de poudre de cannelle, 2 écorces de cannelle, ½ litre d'eau, cuillère à café de miel, 1/2 citron.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir 2 écorces de cannelle dans ½ litre d'eau pendant 10 à 15 minutes, prendre-en une tasse 1 fois /jours (à jeun) pendant 1 mois.

La 2^{ème} préparation (Les angines et toux) consiste à mélanger une cuillère à café de poudre de cannelle avec une cuillère à café de miel et pressez ensuite 1/2 citron, puis prendre une cuillère à café soupe de cette préparation 1 fois /jours (à jeun) jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Anis étoilé, Badiane de Chine

Nom en arabe: نجمة الأرض، اليانسون النجمي

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Illiciales

Famille : Illicacées

Genre : *Silicium*

Epèce : *Silicium verum*.



Fig. N° 110 : *Silicium verum*. (Anis étoilé)

Description : est un arbre ornemental et aromatique, peu rustique (Brown SA *et al.*, 1992), peut atteindre généralement en pleine terre de 4 à 6 m de hauteur et 3 m de largeur, sachant que des sujets âgés de 100 ans et plus atteignent jusqu'à 15 de hauteur dans son pays d'origine, il supporte les températures allant jusqu'à -5 °C (Au jardin.info, 2024). Les feuilles sont persistantes, alternes, presque verticillées (regroupées au même nœud), Elles dégagent un agréable parfum de réglisse quand on les froisse (Philippe Eberhardt, 1907), les fleurs assez grandes et généralement solitaires, rose ou jaune, le fruit, marron-rouge une fois séché, ressemble à une étoile à 8 branches (figure 110), contenant chacun à maturité une grosse graine unique, marron brillante. Le péricarpe (l'enveloppe) du fruit possède une forte odeur, très agréable, et une saveur douce un peu sucrée (Brown S. A., *et al.*, 1992).

Physiologie : la floraison est à partir de mois de mai jusqu'à juin. La période favorable de plantation est le printemps (Au jardin.info, 2024).

Biotope : est originaire d'Asie, la badiane, provient de la badiane de Chine. Très présente dans le sud de la Chine et dans le nord du Viêt Nam (Jesus Cardenas, doctissimo.fr, 2017). Elle a commencé à être introduite en Europe à partir du XVII^{ème} siècle et a été utilisée par les spécialistes de l'époque. Poussant essentiellement dans les régions tropicales il peut supporter le climat tempéré doux européen (Brown S. A., *et al.*, 1992).

Période de la récolte : On récolte les fruits habituellement deux fois par an, au printemps et en automne. C'est ce fruit, cueilli vert, qui est séché après maturation pour être utilisé moulu, broyé ou en huiles végétales, selon l'usage (Doctissimo.fr, Jesus Cardenas, 2017). Ainsi être conservé 3 années dans des récipients hermétiques, au frais et à l'abri de la lumière (Jardinage, Pages jaunes.fr, 2024).

Partie utilisée : le fruit (cueilli à maturité et séché)

Utilisation : D'après les enquêtes, il apparaît que l'Anis étoilé est utilisée pour traiter différents troubles cardiovasculaires comme l'hypertension et les pulsations cardiaques, ainsi que pour des problèmes de stress, de dépression, la fatigue physique, les infections de la vessie, et les troubles digestifs (notamment les ballonnements, la dyspepsie, estomac et intestin). Elle est aussi appréciée pour réguler les déséquilibres hormonaux, réduire les bouffées de chaleur de la ménopause, soulager les douleurs rhumatismales, articulaires, musculaires et dorsales, stimuler la vésicule biliaire, et aider à fluidifier les sécrétions nasales, le rhume. Aussi, ils ont utilisé pour le traitement du coronavirus (COVID-19), donc une protection antivirale naturelle.

Forme d'emploi : décoction, poudre, huiles végétales.

Dose : 15 à 20 étoiles séchées, 2 litres d'eau, une cuillère à café de en poudre de chaque épice - Anis étoilé¹, girofle, feuilles de thym et feuilles d'armoise blanche, une cuillère à café de miel, quelques gouttes de citron, un verre d'huile d'olive.

Mode d'utilisation :

Maladies cardiovasculaires (l'hypertension, pulsations cardiaques, stress, dépression), troubles digestifs (ballonnements, dyspepsie, estomac et intestin), fatigue physique, infections de la vessie, déséquilibres hormonaux, réduire les bouffées de chaleur de la ménopause, vésicule biliaire : Fait bouillir 10 étoiles séchées dans ½ litre d'eau, pendant 3 à 5 minutes, laissez-le agir durant 10 minutes, puis filtre et boire un verre, 3 fois par jour pendant 15 jours.

Fluidifier les sécrétions nasales, rhume:

La 1^{ère} préparation consiste à bouillir, dans une marmite, 15 à 20 étoiles séchées dans 2 litres d'eau pendant 10 minutes, en prenant soin de bien couvrir. Utilisez ensuite cette inhaler la vapeur chaude, il convient de se couvrir la tête avec une serviette et d'inspirer fortement la vapeur produite, durant 10 minutes. Recommencer. Utilisez-le 3 fois par jour pendant 7 jours. Aussi, cette préparation est possible de boire un verre d'elle, 3 fois par jour pendant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre quelques gouttes d'huile végétale d'Anis étoilé avec 1 litre d'eau bouillante dans une marmite, inhaler la vapeur chaude, il convient de se couvrir la tête avec une serviette et d'inspirer fortement la vapeur produite, durant 10 minutes. Recommencer l'opération 3 fois par jour pendant 7 jours.

Douleurs rhumatismales, articulaires, musculaires et dorsales :

La 1^{ère} préparation consiste à appliquer 4 gouttes d'huile végétale d'Anis étoilé et une cuillère à café soupe d'huile d'olive. Massez les zones indiquées pendant 10 minutes, puis répéter cette action trois fois par jour pendant une période de 15 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de chaque épice en poudre - Anis étoilé, girofle et thym - avec un verre d'huile d'olive. Étalez le mélange sur la zone affectée et laissez poser 20 minutes, puis prenez une douche chaude. Utilisez cette méthode 2 fois par semaine jusqu'à guérir.

Traitement du coronavirus (COVID-19): fait bouillir une cuillère à café Anis étoilé dans 2 litres d'eau pendant 3 minutes, en prenant soin de bien couvrir, puis ajouter une cuillère à café de Ajoutez alors une cuillère à café de chaque épice - girofle, feuilles de thym et feuilles d'armoise blanche, laissez infuser pendant 5 minutes, puis buvez un verre avec une cuillère à café de miel et quelques gouttes de citron, 3 fois par jour pendant 20 jours.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques, aux femmes enceintes ou atteintes de mastose mammaire (Seins gonflés) et d'un cancer du sein. et aux enfants (Ne pas utiliser chez les nouveau-nés).

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Fenouil
Nom en arabe : البسباس (الشمر)
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Apiales
Famille : Apiacées
Genre : *Foeniculum*
Epèce : *Foeniculum vulgare*



Fig. N° 111 : *Foeniculum vulgare* (Fenouil)

Description : Plante généralement vivace et parfois bisannuelle, utilisée en alimentation pour le renflement bulbeux et charnu de leurs feuilles imbriquées les unes dans les autres. Atteindre 1, 50 à 2, 50 m de haut, son port est léger, ses grosses racines fusiformes sont presque toujours bifides. Les feuilles basales sont 3 à 4 fois pennatiséquées, à lanières nombreuses, filiformes, très allongées ; feuilles supérieures dotées d'une gaine plus longue que le limbe. Tiges cannelées et brillantes. Persistent parfois dressées d'une année sur l'autre. Fleurs jaunes réunies en ombelles plates de 7 à 10 cm, constituées de 5 pétales à lobe arrondi, enroulés, sans sépales. Apparaissent généralement en août- septembre. Leur parfum est très anisé. Fruit formé de 2 akènes, il est rainuré par 5 côtes de forme ovoïde (figure 111). Son goût est proche de celui de l'anis. (Wikipedia.org, 2022).

Physiologie : Floraison: août- septembre. Récolte: d'août à novembre.

Biotope : Bassin méditerranéen; Turquie, Égypte, Zones chaudes et ensoleillées, en sol bien drainé.

Période de la récolte : été.

Partie utilisée : graine.

Utilisation : Tension nerveuse et ballonnement.

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de fenouil, une cuillère à café de tilleul, 1 litre d'eau bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain):

Tension nerveuse et ballonnement :

La 1^{ère} préparation consiste à mettre une cuillère à café de fenouil dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes. Prendre un verre 3 fois / jour après les repas pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de fenouil + une cuillère à café de tilleul dans 1 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes. Prendre un verre 3 fois / jour après les repas pendant 1 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Oignon

Nom en arabe : البصل

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Liliales

Famille : Liliacées

Genre: Allium

Espèce : *Allium cepa* L.



Fig. N° 112: *Allium cepa* L. (Oignon)

Description : L'oignon est une plante herbacée, vivace par son bulbe unique (composé des bases épaissies des feuilles s'enroulant les unes dans les autres), et qui est cultivée comme une espèce annuelle ou saisonnière (consommé dans toutes les régions du monde). Il s'agit d'une plante de 60 à 100 cm de haut, aux feuilles vertes cylindriques et creuses (figure 112), ce qui la distingue du poireau et de l'ail, autres espèces cultivées du genre (*Allium*). La tige florale dressée est aussi étroite et renflée à sa base. Le bulbe est assez grand, sphérique, parfois plus ou moins trapu.

Les fleurs sont petites (de 4 à 5 mm de large), de couleur blanche ou verte, regroupées en une ombelle sphérique, en position terminale sur la tige. Les fleurs ont une symétrie trimère, à trois sépales, trois pétales et six étamines. L'ovaire unique est divisé en trois loges. Le fruit est une capsule s'ouvrant par trois valves, libérant chacune généralement deux graines (Hamdini, 2009).
Physiologie : Plante bisannuelle (1^{ère} année formation des bulbes, 2^{ème} année floraison et production de graines) (ITCMI, 2022).

Biotope : Originaire de l'Asie centrale. Bassin Méditerranéen (Ali Esmail Al-Snafi, 2013) et dans le monde entier (Inoussa G.O., 2014) Cultivée par les Egyptiens il y a 5000 ans (ITCMI, 2022). La Chine et l'Inde, l'Égypte et des États unis. Les États unis l'Iran, la Turquie, la Fédération de Russie et le Pakistan. Bangladesh et Brésil (Menacer *et al.*, 2017 et Mohamed A. *et al.*, 2021).

L'oignon est cultivé dans plusieurs régions d'Algérie, mais les trois zones les plus connues pour sa production sont la plaine de Ghris à Mascara, El harrouch à Skikda et Ouled Moussa à

Boumerdès. Il y a eu des expériences réussies de culture de l'oignon sous le pivot dans le Sud, avec des rendements records de 800q/ha à El Goléa (Agrichem.dz, 2023).

Période de la récolte :

- L'oignon en vert : récolte fin mars à mai
- L'oignon production bulbille : mai
- L'oignon consommation et de conserve : juillet- août – septembre
- L'oignon en bulbes récolté doit séjourner quelques jours au champ pour le séchage (ITCMI, 2022).

Partie utilisée : Bulbe.

Utilisation : Prévenir les infections bactériennes et fongiques, éliminer les verrues, stimuler la croissance des cheveux, soulager les maux d'oreille la grippe et la toux, tirer le pus des abcès et traiter les furoncles.

Forme d'emploi : cataplasme, cru, jus, extrait.

Dose : 1 à 3 oignons, ½ tasse à 5 litres d'eau, 1 à 2 cuillères à café de miel, 2 cuillères à soupe lavande, 2 cuillères à café de clou de girofle.

Mode d'utilisation :

Infections bactériennes et fongiques, la grippe et la toux : Faites bien griller un oignon sur le feu, puis épluchez-le, coupez-le puis mettez-le dans le mixeur avec ½ tasse d'eau. Laissez le tout bien hacher. Filtrer le mélange et le mettre dans un récipient en verre, y ajouter 2 cuillères à café de miel et mélanger bien jusqu'à ce qu'il se mélange à l'eau. Fermer le récipient et le placer dans un endroit un peu frais. Donner cette préparation à un enfant de plus d'un an en cas de toux, de mucosités, à raison d'une cuillère à café par jour pendant une semaine. Les oignons sont un antibiotique naturel contre les bactéries et peuvent être données aux adultes (à raison d'une cuillère à soupe). Ils sont également efficaces.

L'oignon peut être mangé tel quel ou après avoir mariné dans de l'huile d'olive pendant quelques heures.

Maux d'oreille : Prendre un oignon et diviser-le en deux. Exprimer son eau à l'aide d'une cuillère et introduire- en une à deux gouttes dans l'oreille avant de vous endormir, et ce, pour une durée de 3 jours.

Elimination des verrues :

Prendre un oignon, épluchez-le, coupez-le puis mettez-le dans le mixeur avec ½ tasse d'eau. Laissez le tout bien hacher. Filtrer le mélange puis ajouter 2 cuillères à café de miel et mélanger

bien. Prendre ½ verre de la préparation à jeun 1 fois par jours, 3 jours successifs pendant 6 mois (3 jours/mois).

Croissance des cheveux : Prenez un oignon, épluchez-le, coupez-le et mettez-le dans un mixeur avec ½ tasse d'eau, ajoutez 2 cuillères à soupe de poudre de lavande, 2 cuillères à café de poudre de clou de girofle et mélangez la préparation, filtrez, versez la solution dans le pulvérisateur. Appliquez-le sur vos cheveux, laissez-le agir une heure ou deux puis lavez-vous les cheveux (la lavande réduit l'odeur des oignons). Utilisez cette préparation 2 fois par semaine jusqu'au guérir.

Tirer le pus des abcès et traiter les furoncles : Pour traiter un furoncle et éliminer les gonflements, coupez les oignons crus en tranches épaisses, puis faites-les chauffer légèrement à feu doux, puis enveloppez-les dans un linge ou des compresses stériles. Placez-le sur le furoncle ou la plaie pendant une heure, toute la nuit ou deux fois par jour jusqu'au guérir. Cette méthode génère de la chaleur dans la zone, ce qui contribue à augmenter le flux sanguin vers la zone du furoncle afin d'accélérer le processus de guérison.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, Ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun : Ail commun, Ail

Nom en arabe : الثوم، الفوم

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Liliales

Famille : Liliacées

Genre : Allium

Espèce : *Allium sativum*.



Source: originale (Herboriterie El Ghali à Médéa)

Fig. N° 113: *Allium sativum*. (Ail commun)

Description : Sous arbrisseau érigé, buissonnant, les feuilles, de 6 à 12cm de long, sont aromatique, ovales, larges, pennatiséquées, bleu-verts. Elles présentent de nombreux lobes oblongs, lancéolés ou obovales (figure 113). En été s'épanouissent des fleurs de 1 à 2cm de diamètre, en coupe, jaune, portant quatre pétales frangés de long poils ; elles sont réunies en cymes lâches hauteur et étalement à l'âge adulte de 60cm. L'origine : Sud de l'Europe. Nord-est de l'Afrique, Sud-ouest de l'Asie (Jardinage le monde.fr, 2020).

Physiologie : L'inflorescence est rare chez beaucoup de cultivars et n'apparaît qu'occasionnellement en cas de stress. Elle est enveloppée d'une spathe en une seule pièce tombant assez rapidement. Les fleurs sont groupées en ombelles. Assez peu nombreuses, elles sont de couleur blanche ou rose et s'épanouissent en été. Le fruit est une capsule à trois loges, mais celle-ci est très rarement produite et la hampe florale donne plus souvent naissance à des bulbilles florales sauf pour les cultivars originaires d'Asie centrale et du Caucase qui sont proches du type sauvage (Wikipedia.org, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen; Sud de l'Europe. Nord-est de l'Afrique, Sud-ouest de l'Asie.

Période de la récolte : été

Partie utilisée : fruit.

Utilisation (Animaux; Etre humain) : Abaisse la pression artérielle; Antibiotique; Digestion; Rhume; Vermifuge

Forme d'emploi : tisane.

Dose : 1gousse d'ail, 1 œuf, 1 tranche de citron, eau.

Mode d'utilisation :Digestion, Abaisse la pression artérielle; Antibiotique; Rhume; Vermifuge

- Etre humain : La 1^{ère} préparation consiste à placer 1 gousse d'ail superficiellement dans l'oreille ou le nez pour quelques minutes (réduire la tension artérielle) 1 fois/ jours pendant 1 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à hachez une gousse d'ail dans un œuf et mettez-le dans la poêle. Une fois cuit, ajoutez une cuillère à café de jus de citron (rhume), manger la préparation 1 fois/ jours pendant 1 jours.

- Animaux : coupez une gousse d'ail en deux et mettre-la dans l'abreuvoir des oiseaux laisser environ 20 minutes (vermifuge) donner la préparation aux oiseaux 1 fois/ jours pendant 1 jours.

Conseils d'utilisation : les oiseaux ne doivent pas recevoir d'eau 2 heures à l'avance afin qu'ils puissent boire la préparation.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Céleri, Pascal
Nom en arabe : الكرفس
Règne : Plantae.
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Apiales
Famille : Apiacées
Genre: Apium
Espèce : *Apium graveolens* L.



Fig. N° 114 : *Apium graveolens* L. (Céleri)

Description : Le céleri est une plante de 30-80 cm, glabre, luisante, aromatique, à souche courte munie de fibres un peu charnues, d'une tige creuse, sillonnée-anguleuse, très rameuse (figure 114). Ses feuilles peu épaisses, les inférieures pennatiséquées, à segments ovales en coin, inciséslobés, les supérieures à 3 segments plus petits et plus étroits et ses fruits sont petits, subglobuleux, presque didyme, comprimé par le côté, glabre ; méricarpes à 5 côtes filiformes, égales, blanchâtres ; vallécules à 1 bandelette. Enfin les fleurs blanchâtres, en ombelles courtement pédonculées ou subsessiles, à 6-12 rayons inégaux ; involucre et involucelle nuls ; calice à limbe nul ; pétales suborbiculaires en cœur, plans, entiers, à pointe un peu enroulée ; stylopode déprimé (Coste H., 1900-1906).

Physiologie : Les feuilles de céleri sont tendres, finement ciselées, utilisé en cuisine (soupes et sauces). Les tiges du céleri se consomment cuites ou crues. La racine du céleri à saveur un peu piquante, se consomme aussi crue ou cuite (Wikipedia.org, 2023).

Biotope : répandue dans les régions humides aux sols riches, argileux et salés (dans les marais salins, sur le littoral, près de certaines sources salines). Elle est présente dans toute l'Europe, de l'Asie occidentale à l'est de l'Inde, du nord au sud de l'Afrique tout comme en Amérique du Sud et du Nord. (P . Quezel., S. Santa, 1963).

Période de la récolte : Toute l'année.

Partie utilisée : feuille, tige.

Utilisation : hypertension artérielle, Augmenter l'immunité corporelle, Combattre le cancer et diminuer les chances de le contracter, antibactériens, anti inflammatoire et digestion.

Forme d'emploi : Jus, brut, décoction.

Dose : 1 à 3 branches de céleri, 1 carotte, 1 orange, ½ citron, 1 pomme et 1 tasse d'eau.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à préparer un jus de céleri, mélangez 3 branches de cette plante, une carotte, une orange, un demi citron, prendre-en une tasse 2 fois /jours jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mixer 2 à 3 branches de céleri 1 pomme et 1 tasse d'eau, prendre-en une tasse 1 fois /jours jusqu'au guérir.

La 3^{ème} préparation consiste à ajouter 1 à 2 branches de céleri aux soupes pendant 5 minutes, puis manger-les 2 fois /jours jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Chou cabus ou C. blanc

Nom en arabe : الملفوف، الكرنب، الكرم

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Capparales

Famille : Brassicacées

Genre: Brassica

Espèce : *Brassica oleracea*



Fig. N° 115 : *Brassica oleracea* (Chou blanc)

Description : C'est une plante bisannuelle de 30 à 60 cm de hauteur et riches en vitamines C, à feuilles cloquées, lisses et comestibles, font formant des pommes rondes et compactes (figure 115). Les fleurs jaunes, composées de 4 pétales positionnées en croix sur 4 sépales, sont chargées en pollen et nectar, ce qui ravit les butineurs. Après les fleurs, apparaissent les fruits, des siliques dressées (Au Jardin.info, 2024). Chou pommé est une plante herbacée à tige épaisse, la tête de chou que l'on consomme est le bourgeon terminal de la première année dont chou dit "pommé". (Wikiphyto.org, 2024).

Physiologie : Il fleurit l'année suivante (Les fruits et légumes frais.com, 2024).

Choux cabus hâtifs : semis en janvier-février, récolte en juin-juillet ou semis en septembre et récolte en avril.

Choux cabus de moyenne saison : semis de mars à juin, récolte de juillet à août.

Choux cabus tardifs : semis de mai à juin, récolte de novembre à mars (Wikipedia.org., 2010).

Biotope : Le chou sauvage est originaire des côtes de la Manche et de la Méditerranée, spontané sur falaises calcaires (Wikiphyto.org, 2024).

On le trouve dans les côtes rocheuses de la Méditerranée, dans le nord de l'Espagne et le sud-ouest de la France (Doctissimo.fr, Jesus Cardenas, 2018).

Période de la récolte : Automne (Les fruits et légumes frais.com, 2024).

Pour les choux Hâtifs : juin-juillet ou avril, à moyenne saison : juillet à août et tardifs : novembre à mars. (Wikipedia.org., 2010).

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : digestion (troubles digestifs, estomac, ulcères), anémie, Fatigue, douleurs musculaires, varices et grippe.

Forme d'emploi : Brut ou cru, cataplasme, jus, usage alimentaire, tisane.

Dose : feuille de chou, eau (froide ou bouillante), 1 carotte, 1 orange, ½ citron, 1 pomme et 1 tasse d'eau, une cuillère à café de miel.

Mode d'utilisation :

- Douleurs musculaires, varices : cuit les feuilles de chou selon besoins à la vapeur pendant 3 à 5 minutes, ensuite appliquer (poser les feuilles) sur la région malade et couvrir par une bande stérile 1 fois /jours jusqu'au guérir.

Digestion (troubles digestifs, estomac, ulcères) : mixer ½ chou dans 1 litre d'eau et prendre un verre 1 fois /jours à jeun jusqu'au guérir.

Anémie, Fatigue :

La 1^{ère} préparation consiste à couper ½ chou et mixer avec 1 pomme, orange et 1 citron ajouter 1 litre d'eau laisser 2 heures ensuite prendre un verre 1 fois /jours à jeun jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à préparer une salade variée contient ½ chou, salade verte, 1 betterave, 1 carotte coupés en petit morceaux et consommer-la 2 à 3 fois/ semaine jusqu'au guérir.

Grippe et toux : cuit les feuilles de chou à la vapeur pendant 5 à 10 minutes, ensuite utiliser l'eau cuisson de chou, ajouter une cuillère à café de miel, prendre un verre 1 fois/ jours jusqu'au guérir.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques. Aux personnes ayant problème du goitre.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Bettrave, Betterave commune

Nom en arabe: شمندر

Règne : Plantae.

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Caryophyllales

Famille : Chenopodiacees

Genre: Beta

Espèce : *Beta vulgaris subsp. Vulgaris*



Fig. N° 116 : *Beta vulgaris subsp. Vulgaris*
(Bettrave commune)

Description : il s'agit d'une plante herbacée bisannuelle avec des racines tuberculeuses de couleur rouge violacé (figure 116), globulaire, sucré (coniques, rondes ou aplaties), des racines pivotantes forment un système racinaire dense et étendu donc, pouvant atteindre 60 cm de profondeur, avec une ramification latérale. Les feuilles forment une rosette à la racine, sont grandes, succulentes, ovales et pétiolées la deuxième année. Les tiges anguleuses et ramifiées des racines s'élèvent à 1 mètre de hauteur et donnent des grappes de fleurs vertes (Bounefla Assia, 2022).

Physiologie : Floraison : Eté – Automne (juillet- septembre).

Biotope : Régions tempérées de l'hémisphère Nord, au Chili et en Uruguay dans l'hémisphère Sud (Klorane Botanical Foundation, 2023). Il existe aussi en Afrique du nord (Algérie, Tunisie.....) et l'Europe.

Période de la récolte : Automne (septembre – début de décembre).

Partie utilisée : Tubercule.

Utilisation : Anémie, digestion et hypertension artérielle.

Forme d'emploi : Tisane, Jus et brut.

Dose : 1 à 2 betteraves, ½ à 1 litre d'eau, une cuillère à café de gingembre, un citron.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à lavez bien la betterave et coupez-la en petits morceaux, puis mettez-les dans le mixeur. Ajoutez un peu d'eau jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Prendre une tasse et mangez-le immédiatement ou mettez-le au réfrigérateur jusqu'à ce qu'il refroidisse.

La 2^{ème} préparation consiste à mettre dans une casserole 2 betteraves coupées en petits morceaux et 1/2 litre d'eau, laisser cuire 15 à 20 minutes puis filtrer et manger les comme une salade 1 fois/ jour pendant 1mois (ajouter la sauce vinaigrette).

La 3^{ème} préparation consiste à coupez 2 betteraves en petits morceaux et mettez-les dans un mixeur. Ajoutez une cuillère à café de gingembre émincé et remuez bien le mélange. Pressez ensuite 1 citron et ajoutez-le au mélange avec 1/2 litre d'eau, buvez-en une tasse 2 à 3 fois/semaine pendant 2 mois. Il est préférable de consommer le jus frais pour obtenir le maximum de nutriments.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Citrouille
Nom en arabe : اليقطين
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Violales
Famille : Cucurbitacées
Genre : Cucurbita
Espèce : *Cucurbita pepo L.*



Fig. N° 117 : *Cucurbita pepo L.* (Citrouille)

Description : Plante rampante, de forme ronde, oblate ou ovale, ronde ou plate aux extrémités. Tige couchée ou grimpante, longue de 1-10 m, à poils rudes, munie de vrilles rameuses. Feuilles à long pétiole, palmatifides, larges de 10-30 cm, à 5 lobes aigus, irrégulièrement dentés. Monoïque. Fleurs jaunes, longues de 6-10 cm, en entonnoir ou en cloche, les femelles solitaires, les mâles groupés par 1-6 aux aisselles des feuilles. Pédoncule à 5 angles. Fruit subsphérique ou cylindrique, en forme de turban ou de bouteille, lisse ou tubéreux, long de 8-60 cm, monocolore ou multicolore, jaune, orange, vert ou brun (figure 117).

Physiologie : Floraison: Juin- Septembre (Info Flora, 2023).

Biotope : Bassin méditerranéen, haute altitude en Afrique de l'Est ou à des latitudes supérieures. Préfère les sols fertiles et bien drainés avec un pH de 5,6 à 8,0.

Origines: Amérique, Mexique, puis introduite en Europe et dans le reste du monde.

Période de la récolte : automne

Partie utilisée : graine.

Utilisation : augmentation du nombre de spermatozoïdes Stimulateur sexuel, Augmenter le taux de fécondité des femmes, Inflammation et hypertrophie de la prostate. Décongestionne la prostate, réduit les troubles liés à la miction et contribue à abaisser le taux d'antigène prostatique spécifique. Diurétique, Laxatif doux

Forme d'emploi : poudre.

Dose : une cuillère à café de poudre de graine de citrouille, 1 pot d'yaourt ou un verre de lait ou miel.

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de graine de citrouille en poudre dans 1 pot d'yaourt ou un verre de lait ou miel et prendre le mélange 3 fois par jour après les repas pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

La 2^{ème} préparation consiste à Mélanger une cuillère à café de graine de citrouille en poudre plus miel et prendre le mélange 3 fois par jour après les repas pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes diabétiques (augmentation de la glycémie) et dialysées.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Cumin

Nom en arabe : الكمون

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Apiales

Famille : Apiacées

Genre : Cuminum

Espèce : *Cuminum cyminum L.*



Fig. N°118: *Cuminum cyminum L.* (Cumin)

Description : Plante herbacée annuelle, originaire du Proche-Orient. Il y est apparu comme épice, Egypte, Inde, Chine, de 20-50 cm de haut, glabre, ramifiée; feuilles alternes pennatiséquées à segments filiformes, engaînantes ; ombelle composée de 3, 5 cm de diamètre, à bractées à 1-3 lobes linéaires; 2-10 rayons principaux, inégaux ; 3-8 rayons secondaires par ombellule, munis de bractéoles ; fleurs blanches ou rosées ; fruit : schizocarpe se séparant en 2 méricarpes oblongs, côtelés, courbés, de 3, 5-6, 5 mm de long, brun-jaunâtre (figure 118).

Physiologie : Feuillage : caduc. Floraison : fleurs blanc-rosé – juillet à août. Fructification : fruits à poils – septembre à octobre. Toxicité : plante comestible. Cultivé en Pleine-terre, pot, vérandas, balcons, La récolte des graines de cumin se fait au bout de 3 à 4 mois, et celle des feuilles au bout de 3 mois.

Biotope : Bassin méditerranéen et ensoleillé avec sol peu humide mais riche, Inde, Asie, Europe ; Afrique du Nord, au Moyen-Orient, pays chauds.

Période de la récolte : automne.

Partie utilisée : graine.

Utilisation : ballonnement, digestion et tension nerveuse.

Forme d'emploi : poudre et tisane.

Dose : une cuillère à café de graine de Cumin et l'Anis vert ou de poudre de graine de Cumin, 1/2 L d'eau bouillante ;

Mode d'utilisation:

Ballonnement (tisane/ infusion) : une cuillère à café de graine de Cumin +1/2 L d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 mn, prendre un verre, pendant 1 mois (3 fois/jours après les repas).

Digestion; Tension nerveuse :

- Tisane (infusion): une cuillère à café de graine de Cumin et l'Anis vert +1/2 L d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 mn, prendre un verre. 2, pendant 1 mois (3 fois/jours après les repas).

- Poudre: prendre directement une cuillère à café de poudre de graine de Cumin (vous pouvez boire du lait ou eau froide), pendant 1 mois (3 fois/jours après les repas).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Giroflier
Nom en arabe : القرنفل
Règne : Plantae
Division : Angiosperme
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Myrtales
Famille : Myrtacées
Genre : *Syzygium*
Espèce : *Syzygium aromaticum* L.



Fig. n° 119: *Syzygium aromaticum* L. (Giroflier)

Description : arbre de 20 mètres de haut, d'une forme conique ou pyramidale. Les clous de girofle sont les boutons de ses fleurs avant leur éclosion. Feuilles de couleur vert foncé sont effilées, coriaces et persistantes. Fleurs blanches, légèrement rosées, groupées en petites cymes compactes et ramifiées. Le calice, rouge et long, contient un bouton de fleur, qui s'ouvre en révélant quatre pétales (figure 119). Si elle est fécondée, la fleur du giroflier donne un fruit appelé mère de girofle ou antofle. La partie la plus aromatique, et donc la plus prisée, n'est pas le fruit mais le bouton non éclos aux pétales encore soudés les uns aux autres. Antiviral, antibactérien, antifongique, anesthésiant (local), antioxydant, anti-inflammatoire, carminatif (futura sciences.com, 2022).

Physiologie : La floraison intervient au printemps ou en été en fonction du climat. Fructification: Vers la fin de l'été. La drogue : Fruit.

Biotope : En Afrique (Madagascar, Zanzibar), en Asie (Indonésie) et en Amérique du Sud (Brésil), c'est-à-dire qu'il pousse principalement dans des pays tropicaux. Le giroflier est originaire des Philippines et d'Indonésie (îles Moluques) (Créa pharma, 2023).

Période de la récolte : hiver.

Partie utilisée : fruit.

Utilisation : Antibactérien, Antiviral (Covid 19), Douleurs articulaires, Digestion, et Ballonnement.

Forme d'emploi : Poudre et tisane.

Dose : une cuillère à soupe de girofle, une cuillère à soupe thym, 4 à 5 clou, une cuillère à soupe (thym, Gingembre), une cuillère à café de miel, une cuillère à café soupe Poudre de girofle, une cuillère à soupe thym, une cuillère à jus de citron, 1/2 litre eau bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain)

Douleurs articulaires: Au hammam, mélangez une cuillère à soupe de clous de girofle avec une cuillère à soupe de thym et étalez-le sur la zone concernée (articulations). Laissez agir 15 à 20 minutes, puis lavez la zone. 2 à 3 fois par semaine jusqu'à guérison.

Antiviral, Antibactérien, Antiviral (Covid 19): bouillir 4 à 5 clou de girofle dans 1 litre d'eau pendant 3 minutes, ajouter une cuillère à soupe de du mélange (thym, Gingembre) et une cuillère à café de jus de citron pendant 5 minutes, ajouter une cuillère à café de miel. Prendre un verre 1 fois par jour pendant 7 à 14 jours.

Digestion et Ballonnement: mettre 4 à 5 clou de girofle dans 1/2 litre eau bouillante, pendant 10 minutes, ajouter une cuillère à café de miel, prendre un verre 3 fois par jour après les repas pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Arbousier commun

Nom en arabe : اللنج، ساسنو

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Ericales

Famille : Ericacées

Genre : Arbutus

Espèce : *Arbutus unedo*



Fig. N° 120 : *Arbutus unedo*(Arbousier commun)

Description : La hauteur de cet arbuste varie de 8 à 12 mètres, avec une élévation de 3 à 5 mètres dans les climats plus tempérés. L'écorce, à la base d'un gris brunâtre, devient rougeâtre à la partie supérieure des branches. Elle possède feuilles persistantes, ovales, alternes, d'un vert foncé brillant au-dessus, d'un vert pâle dessous, à pétioles courts. Les fleurs clochettes blanches, blanc-verdâtres, pendent en grappes d'octobre à janvier, avec les fruits de l'année précédente. Le fruit, à maturité d'un rouge orangé (figure 120), est une baie charnue, sphérique, à peau rugueuse, avec de petites pointes anguleuses. Il est très semblable avec la fraise chinoise (*Myrica rubra*), mais avec un noyau. Il s'agit d'un fruit à chair mûre, sans goût très prononcé, qui est comestible. C'est une chair molle, un peu farineuse, acidulée et sucrée, avec de nombreux petits pépins. (Nina. az, 2024).

Physiologie : Floraison : Automne, feuillage vert toute l'année et la fructification en Automne. (Nina. az, 2024).

Biotope : Bassin méditerranéen, Régions arides de l'Ouest du bassin méditerranéen, en Afrique du Nord (Maroc, Algérie, Tunisie, Libye), et en Europe du Sud (Espagne, Italie), régions de steppes arides (Wikipedia, 2023).

Période de la récolte : Automne.

Partie utilisée : feuille, fruit.

Utilisation : selon les habitants des communes enquêtées, les feuilles et les fruits de cet arbuste sont utilisées pour traiter l'hypertension artérielle, utiles pour traiter les maladies digestives, bénéfiques pour les maladies cardiaques et artérielles, stimulent la circulation sanguine et sont utilisées comme traitement des infections des voies urinaires.

Forme d'emploi : Tisane, Brut.

Dose : 2 à 3 feuilles de l'alfa, un verre d'eau, une cuillère à café du miel (au choix).

Mode d'utilisation :

La 1^{ère} préparation consiste à tremper environ 2 à 3 feuilles d'arbousier dans une tasse remplie d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 5 à 10 minutes puis sucrer la préparation avec du miel, buvez-en une tasse/jour (le soir) pendant 1 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à manger 2 à 3 2 à 3 fruits d'arbousier.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques;

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement ; la consommation excessive des fruits de l'arbousier peut causer des nausées, des vomissements et de la diarrhée.

Nom Commun : Laurier noble, Laurier sauce

Nom en arabe : الرند، ورق الغار

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Laurales

Famille : Lauracées

Genre : Laurus

Espèce : *Laurus nobilis*



Fig. N° 121: *Laurus nobilis* (Laurier noble)

Description : C'est un arbre large et en forme de boule qui peut atteindre à l'état sauvage une hauteur de 12 mètres de haut ceux-ci ont souvent plus de 100 ans, les feuilles coriaces d'un vert foncé et brillant sont pédonculées (figure 121), les petites fleurs blanches ont un parfum intense (puissant) les fruits murs sont noirs et ovoïdes (Tela botanica.org, 2021). Encyclopédie essentielle des plantes médicinales.). C'est une plante dioïque (les fleurs mâles et femelles sont sur des pieds séparés); à de petites Fleurs femelles épanouies en mars-avril, jaunâtre, groupées en glomérules succèdent des baies verte, puis bleu-rougeâtres, voire noires (Bernard Boullard, 2001).

Fructification : en milieu d'automne, le fruit est une drupe ovoïde, noir violacé et nue contenant une seule graine qui mesure de 10 à 15 mm (Wikipedia.org, 2024).

Physiologie : Fleuraison : mars-avril (Bernard Boullard, 2001).

Biotope : Bassin méditerranéen, Asie Mineure, Quelques-unes subsistent dans les montagnes du sud de la Turquie, au nord de la Syrie, le sud de l'Espagne, le centre-nord du Portugal, le nord du Maroc, dans les îles Canaries et à Madère.

Période de la récolte : Toute l'année.

Partie utilisée : feuille.

Utilisation : Un bon remède pour soigner les troubles de l'appareil digestif supérieur et les douleurs arthritiques facilite la digestion et l'assimilation des aliments (Tela botanica.org, 2021). Répulsion des insectes (Wikipedia.org, 2024).

Forme d'emploi : Tisane, Fumigation.

Dose : 3 à 20 feuilles de laurier, 3 à 4 tasses d'eau, 1 cuillère de miel.

Mode d'utilisation :**Digestion et minceur :**

La 1^{ère} préparation consiste à tremper environ 20 feuilles de laurier dans 4 tasses d'eau. Au fil du temps, les feuilles commencent à absorber de l'eau et lorsque la quantité d'eau diminue de moitié, le trempage est prêt à être utilisé. Placez l'eau de trempage au réfrigérateur, buvez-en une tasse/jour (matin et soir) pendant 1 mois.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger 3 grandes feuilles vertes de laurier frais + 3 tasses d'eau dans une casserole sur le feu réduit, une fois que l'eau commence à bouillir et laissez le mélange bouillir à feu doux pendant 5 minutes. Ensuite laissée dans l'eau pendant environ 3 minutes, avant de la retirer de l'eau. Servez le thé obtenu chaud et ajoutez une cuillère de miel naturel à une tasse de thé au laurier, selon vos envies.

Chez les animaux :

Répulsion des insectes : brûler 4 à 5 feuilles de laurier dans la maison ou la chambre.

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Figuier de Barbarie
Nom en arabe : التين الشوكي
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Caryophyllales
Famille : Cactacées
Genre : *Opuntia*
Espèce : *Opuntia ficus-indica*



Fig. N° 122 : *Opuntia ficus-indica* (Figuier de Barbarie)

Description : Les feuilles ont une forme conique. Elles apparaissent sur les cladodes jeunes et sont éphémères, à la base se trouvent les aréoles qui sont des bourgeons axillaires modifiés, typiques des Cactacées. Les épines proprement dites, blanchâtres, sclérifiées, solidement implantées, s'implantent solidement dans la peau et sont très difficiles à retirer. Ils se cassent facilement quand on cherche à les enlever. L'appareil racinaire est superficiel (30 centimètres du sol) très étendu. Les fleurs à ovaire infère, uniloculaire, de couleur jaune orange. Les fleurs se différencient en général sur des cladodes âgés d'un an. En principe, une seule fleur apparaît dans chaque aréole. Le fruit, ou figue de Barbarie, est une baie charnue, uniloculaire (figure 122), à nombreuses graines (polysperme) (Wikipedia.org, 2023).

Physiologie : La floraison au printemps (jusqu'à juin) ; de larges fleurs en coupe jaune brillant illuminent alors la plante. Elles se transformeront en début d'automne en fruits comestibles (Gerbeaud.com, 2018).

Biotope : Bassin méditerranéen; en Afrique du nord; Dans les régions tempérées, les lisières de forêts, les champs mais aussi dans les montagnes.(incluent les haies, les lisières forestières, les forêts caducifoliées et les fruticées) (Wikipedia.org, 2023).

Période de la récolte : été et printemps.

Partie utilisée : fleur.

Utilisation : Infection des voies urinaires, Maladies, rénales tels que les calculs rénaux et la vésicule biliaire

Forme d'emploi : tisane.

Dose : une cuillère à café de fleurs de figuier de barbarie, 1/2 litre eau bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain): une cuillère à café de fleurs de figuier de barbarie dans 1/2 litre d'eau bouillante, en prenant soin de la couvrir, pendant 3 à 5 minutes, prendre un verre 2 fois par jour pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : déconseillée aux personnes allergiques et dialysées.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Blé dur

Nom en arabe : القمح، القمح الصلب

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Liliopsida

Ordre : Cyperales

Famille : Poacées

Genre : Triticum

Espèce : *Triticum turgidum* L.



Fig. N° 123: *Triticum turgidum* L. (Blé dur)

Description : Le blé est une céréale, plante herbacée annuelle de la famille des Poacées, avec des feuilles alternes naissant sur les nœuds du chaume (tige) cylindrique au bout duquel les fleurs sont regroupées en épis (figure 123). L'épi est constitué de deux rangées d'épillets sessiles et aplatis, de chaque côté de l'axe. Les fleurs sont entourées de deux glumelles. Le blé, plante monocotylédone, est autogame, et les grains qui se développeront suite à la fécondation sont des caryopses. Leur enveloppe est appelée le son, riche en fibres et offrant une valeur nutritive importante (Jardinage le monde.fr, 2020).

Physiologie : Floraison: Avril- Mai. Fructification : Mai-Juin. Maturation: Été.

Biotope : Bassin méditerranéen et tempérés, zo et semi aridesnes arides, France, Algérie (variété Bidi 17, Oued Zenatti), Amérique du Nord, Canada (Ebourse.dz, 2020).

Période de la récolte : toute l'année

Partie utilisée : graine.

Utilisation : digestion et coliques

Forme d'emploi : Poudre.

Dose : une cuillère à café de du son (nkhala), 1 pot de yaourt.

Mode d'utilisation :

Digestion et coliques : mélanger une cuillère à café du son dans 1 pot d'yaourt et prendre la préparation 2 fois/ jours pendant 1 mois.

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : néant.

Nom Commun : Citronnier
Nom en arabe : الليمون
Règne : Plantae
Division : Magnoliophyta
Classe : Magnoliopsida
Ordre : Sapindales
Famille : Rutacées
Genre : Citrus
Espèce : *Citrus limon*



Fig. N° 124: *Citrus limon* (Citronnier)

Description : Un petit arbre ou grand arbuste (fruitier agrume) au port arrondi, bien ramifié, épineux qui peut dépasser 5m de hauteur, Sa rusticité lui permet de supporter jusqu'à -5°C. Feuilles persistantes, alternes, ovales, oblongues et lancéolées, portent une stipule épineuse. Elles peuvent atteindre 10cm de long. Les fleurs blanches s'épanouissent en toutes saisons, elles sont solitaires ou réunies en bouquets et dégagent un parfum agréable. Les fruits sont ovoïdes, pointus aux extrémités et recouverts d'une écorce aromatique épaisse verte virant au jaune à maturité (figure 124).

Physiologie : Floraison: fleurs blanches; en toutes saisons (Jardinage le monde.fr, 2020).

Biotope : Bassin méditerranéen Nord de l'Afrique et le sud de la France; l'Asie du sud-est, à l'Inde.

Période de la récolte : toute l'année

Partie utilisée : fruit.

Utilisation : rhume

Forme d'emploi : Jus.

Dose : 1 à 2 fruits de citronnier, 1 litre eau; 4 cuillères à soupe de sucre ou 2 cuillères à soupe de miel. Une tranche de citron, une cuillère à café du (thym, gingembre) dans 1/2 litre eau bouillante; une cuillère à café de miel

Mode d'utilisation : rhume

- Jus : Préparer un jus de citron : 1 à 2 fruits de citronnier +1 litre eau + 4 cuillères à soupe sucre ou 2 cuillères à soupe miel, prendre un verre 2 fois/ jours pendant 7 jours.
- Tisane: 1 tranche de citron, une cuillère à café du mélange (thym, gingembre) dans 1/2 litre eau bouillante pendant 3 à 5 minutes + une cuillère à café de miel, prendre un verre 2 fois/ jours pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux femmes enceintes; Aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun : Grenadier

Nom en arabe : الرمان

Règne : Plantae

Division : Angiosperme

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Myrtales

Famille : Punicacées

Genre : Punica

Espèce : *Punica granatum*



Fig. N° 125 : *Punica granatum* (Grenadier)

Description : Petit arbre fruitier monoïque auto-fertile à port arbustif, peut atteindre 6 m de haut, peut vivre jusqu'à 200 ans, meilleure production en fruits dans ses 20 premières années de fructification (figure 125). Ecorce gris beige et a tendance à se crevasser et à desquamer avec l'âge. Feuilles caduques, même si certaines variétés persistantes (sous certains climats), opposées (3 à 7 cm de long sur 1 à 2 cm de large). Fleurs rouge vif mesurent 3 cm de diamètre. Elles apparaissent en trois vagues de mai à août. Les fruits de la première floraison sont ceux ayant un meilleur taux de nouaison (90 %) et qui donnent les plus gros fruits. Seul 1/3 des fleurs donne un fruit car les 2/3 des fleurs sont mâles. Fruits (les grenades) sont des baies jaunes à rouge orangé contenant en moyenne 600 semences pulpeuses. La couleur des fruits n'indique pas le degré de maturité des semences, la maturité des fruits est atteinte entre 5 et 8 mois après la floraison (Wikipedia.org, 2023).

Physiologie : Floraison: mars-avril et juillet-août. Fructification: à partir de la 3^{ème} et la 4^{ème} année (Juillet- Août). Récolte: fin Août.

Biotope : Zones tropicales et tempérées chaudes : bassin méditerranéen, sous-continent indien, Proche-Orient, Chine, Sud des États-Unis, Chili, Argentine.

Période de la récolte : été.

Partie utilisée : écorce.

Utilisation : digestion, coliques, douleurs abdominales, côlon, diarrhée et estomac.

Forme d'emploi : tisane et poudre.

Dose : une cuillère à café de d'écorce de fruit de grenadier (ou en poudre), 1 pot d'yaourt, 1/2 litre eau bouillante.

Mode d'utilisation (Etre humain):

La 1^{ère} préparation consiste à mélanger une cuillère à café de d'écorce de fruit de grenadier en poudre avec 1 pot de yaourt et manger les 1 fois par jour pendant 7 jours.

La 2^{ème} préparation consiste à bouillir une cuillère à café de d'écorce de fruit de grenadier dans 1/2 litre d'eau pendant 3 minutes, prendre un verre 1 fois par jour pendant 7 jours.

Conseils d'utilisation : néant.

Précautions d'emploi : respecter les doses et la durée du traitement.

Nom Commun: Pommier commun, Pommier

Nom en arabe: التفاح

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Rosales

Famille : Rosacées

Genre: Malus

Espèce : *Malus domestica* Borkh



Fig. N° 126: *Malus domestica* Borkh
(Pommier commun)

Description : Le *Malus domestica* est un petit arbre à feuilles caduques très ramifié. Les pommiers sauvages peuvent atteindre 10 à 15 m de hauteur, alors que les pommiers cultivés mesurent généralement 2 à 5 m de hauteur dont leur taille et leur forme dépendent principalement du porte-greffe et du mode de conduite adopté. (Cabi, 2012; Flora of China editorial committee, 1959+; Rieger, 2006). Il possède deux types de racines : des racines permanentes, épaisses et étalées, formant une couche horizontale à moins de 50 cm de la surface, d'où partent de nombreuses racines verticales qui descendent jusqu'à la couche imperméable ou à la nappe phréatique (Jackson, 2003). Les jeunes tiges et rameaux sont quelque peu tomenteux (pubescents), alors que les branches plus vieilles sont glabres (lisses) (Bailey L.G et Bailey E.Z, 1976; Cabi, 2012; Webster, 2005a). Les feuilles sont alternes, elliptiques-ovées, à base arrondie, à marge irrégulièrement dentée en scie, et leur dessous est habituellement pubescent (Cabi, 2012; Rieger, 2006; Webster, 2005 a). Les inflorescences apparaissent généralement au bout de dards (elles peuvent aussi pousser latéralement sur les rameaux de un an chez certains cultivars). Les fleurs mesurent habituellement 3 à 4 cm de diamètre. Elles comptent 5 pétales, dont la couleur varie de blanc à rose foncé, 5 sépales (figure 126) (Flora of China editorial committee, 1959; Hancock *et al.*, 2008; Jackson, 2003). Elles sont blanches teintées de rose et possèdent des anthères jaunes (Gleason et Cronquist, 1991; Scoggan, 1979).

Les fruits sont gros atteints 6 à 12 cm de diamètre (Gleason et Cronquist, 1991), globuleux, sont ellipsoïde à obovoïde. Ils sont pourvu d'une cavité à la base et est habituellement pourvu

d'une cavité au sommet. Ils mesurent généralement plus de 5 cm de diamètre et pèsent 200 à 350 grammes de (figure ci-dessus). Sa couleur est variable : il peut être entièrement rouge, vert ou jaune, ou être bicolore et porter. Chaque fruit contient un cortex de chair (comestible) entre la peau et la limite du cœur, et un cœur formé d'une couche charnue enveloppant un endocarpe parcheminé constitué des cinq carpelles soudés- contient habituellement deux graines lisses, luisantes, brun noisette (Jackson, 2003; Rieger, 2006).

Physiologie : Floraison : début du printemps. Fructification : Printemps (fin mars à mai), la croissance des fruits : Été (juin à août). Récolte : Automne (septembre à novembre) (adapté de AAC, 2011).

Biotope : Le pommier *Malus domestica* Borkh est l'espèce fruitière la plus cultivée dans le monde en zone tempérée (Chouinard *et al.*, 2000). Il est cultivé en Europe et en Asie depuis les premiers temps. Des études paléontologiques ont révélé la présence du genre *Malus* à l'ère tertiaire (Challice et Westwood, 1973). En suite la culture du pommier s'est répandue dans toutes les parties du monde (Brown, 1975).

Afrique : Algérie, Égypte, Kenya, Madagascar, Maroc, Tunisie et Zimbabwe (Cabi, 2012),

Asie : Afghanistan, Chine, Inde, Pakistan, Yémen, Liban, Türkiye... (Cabi, 2012; Flora of China editorial committee, 1959+; Hancock *et al.*, 2008).

Amérique : Amérique du Nord : Canada, États-Unis et Mexique, Amérique centrale/Caraïbes : Honduras, Amérique du Sud : Argentine, Brésil, au Chili, Colombie (Cabi, 2012).

Europe : Albanie, Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, Danemark, Espagne, France, Italie (Cabi, 2012; Tutin *et al.*, 1968).

Océanie : Australie, Nouvelle-Zélande (CABI, 2012; Mabberley *et al.*, 2001).

Période de la récolte : Automne, de septembre à novembre (adapté de AAC, 2011).

Partie utilisée : feuille, fruit, vinaigre.

Utilisation : Une cure de Pomme de temps en temps peut faire du bien ! (Les Sens de Théus, 2019). Selon les habitants le pommier est utilisé traditionnellement dans plusieurs cas à savoir : Digestion (ballonnement, diarrhée, colon, estomac), fatigue, calmant et diurétiques, traitement pour les cheveux et la peau, inflammations des reins et de la vessie.

Forme d'emploi : Décoction, tisane, extrait, Brut.

Dose : Pommier, 5 feuilles de Pommier, un verre vinaigre de pomme, une cuillère à café ou à soupe d'huile d'amande, une cuillère à café ou à soupe d'huile d'olive, 3 à 4 jaune d'œufs battus, 2 à 4 fraises, 2 litres d'eau, une cuillère à café de miel.

Mode d'utilisation :

Digestion (ballonnement, diarrhée, colon, estomac), fatigue, calmant et diurétiques :
consommer les fruits 2 pomme par jour jusqu'au guérir.

Traitement pour les cheveux : appliquez le vinaigre de pomme sur les cheveux, laissez agir une heure puis rincez par l'eau (il garde la brillance et la souplesse des cheveux et élimine les pellicules ; antipelliculaire). Refaire cette préparation 2 fois par semaine.

Traitement pour la peau :

La 1^{ère} préparation consiste à mélanger une cuillère à café ou à soupe de vinaigre de pomme, une cuillère à café ou à soupe d'huile d'amande, une cuillère à café ou à soupe d'huile d'olive, battez 3 à 4 jaune d'œufs et ajoutez les au mélange, puis, appliquer au visage, laissez 20 minutes puis rincer (élimination tous les infections et éruptions cutanées).

La 2^{ème} préparation consiste à préparer un masque, mélanger un verre vinaigre de pomme avec 2 à 4 fraises, laissé 2 heures. Puis appliquer sur le visage pendant 20 à 30 minutes, ensuite rincer (élimine toutes les infections, nettoie et resserre les pores de la peau). Refaire ces préparations 2 fois par semaine.

Inflammations des reins et de la vessie : Bouillir 5 feuilles de Pommier dans 1 litre d'eau pendant 3 à 5 minutes, filtrer puis prendre un verre sucré par 1cuillère à café de miel, 2 fois par jour, pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

Nom Commun : Pêcher commun, Pêcher, Pêcher rose

Nom en arabe: الخوخ

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Rosales

Famille : Rosacées

Genre: Prunus

Espèce : *Prunus persica* (L.) Batsch



Fig. N° 127: *Prunus persica* (L.) Batsch
(Pêcher commun)

Description : *Prunus persica* L. est un arbre fruitier avec une hauteur de 5 à 10 m à feuilles caduques (Sumaira et Rahman, 2013), alternes, simples, à bord dentelé, de forme elliptique et lancéolée, à nervation pennée. Les fruits sont ronds, de couleur rouge ou jaune et recouverts de chair. Les fleurs sont disponibles en formes simples, semi-doubles et doubles dans des couleurs allant du blanc pur au rouge profond et aux couleurs bicolores, elles apparaissent en avril avant le déploiement des nouvelles feuilles. Les fleurs sont de couleur rose, rouge ou blanche, possèdent des organes mâles et femelles et sont pollinisées par les abeilles (figure 127) (Kumar *et al.*, 2017).

Physiologie : Floraison : fin de l'hiver ou début du printemps. Fructification : Printemps, maturation : Été. Récolte : été.

Biotope : le pêcher est originaire de Chine, il est transporté vers l'ouest par la mer, l'Inde et le Moyen-Orient. Il a été répandue dans le bassin méditerranéen, toute l'Europe, et l'Amérique (Bassi *et al.*, 2016). L'Algérie étant en tête de production de pêches durant ces 10 dernières années (Zaghoudi, 2015).

Période de la récolte : Été.

Partie utilisée : feuille, fruit et fleur.

Utilisation : La pêche est utilisée dans l'alimentation (les fruits sont riche en vitamines A et C (Anonyme, doctonat.com, 2020).

Selon les habitants le pêcher est utilisé dans plusieurs cas à savoir : Digestion (contre la constipation, colon), anticancéreux, calmant et contre nervosité, inflammations des reins.

Forme d'emploi : tisane, extrait, Brut.

Dose : 3 Pêcher, 5 feuilles de Pêcher, un verre fleurs de pêcher en poudre, 1 litre d'eau, une cuillère à café de miel.

Mode d'utilisation :

Digestion (constipation, colon), calmant et contre nervosité:

La 1^{ère} préparation consiste à consommer 3 fruits Pêcher par jour jusqu'au guérir.

La 2^{ème} préparation consiste à mélanger un verre fleurs de pêcher en poudre avec du miel selon besoins, puis prendre une cuillère à café de 1 fois par jour à jeun pendant 1 mois.

La 3^{ème} préparation consiste à mettre 3 à 4 fleurs de pêcher dans ½ litre d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes, prendre un verre 1 fois par jour à jeun pendant 1 mois.

Inflammations des reins, anticancéreux, calmant: Bouillir 5 feuilles de pêcher dans 1 litre d'eau pendant 3 à 5 minutes, filtrer puis prendre un verre sucré par une cuillère à café de miel, 2 fois par jour, pendant 3 mois (utiliser 20 jours et arrêter 10 jours).

Conseils d'utilisation : Déconseillée aux personnes allergiques.

Précautions d'emploi : Respecter les doses et la durée du traitement, ne pas utiliser trop de la plante médicinale.

CONCLUSION

Conclusion

Conclusion L'étude ethnobotanique réalisée dans le site d'étude, a permis de mettre en évidence l'importante place de la phytothérapie traditionnelle dans la vie des riverains de la zone d'étude. Les informations acquises, à partir des fiches d'enquêtes nous ont aidé à dresser une liste de 80 espèces, relevant de 40 familles et 74 genres dont 21 sont spontanées (62%), cultivées (27%) et importées (11%) et qui ont un intérêt médicinal dans la région, avec la prédominance des Lamiacées (12,13%) de 9 espèces, Astéracées (10,73%) de 7 espèces, Apiacées (10,53%) de 9 espèces, Fabacées (5,20%) de 2 espèce et Brassicacées (5,07%) de 3 espèces, aussi, Urticacées 2,53% d'une seule espèce Cupressacées de 2 espèces et Verbenacées d'une seule espèce avec un même pourcentage de 5% pour chaque famille, suivies de Anacardiacees (4%) d'une seule espèce, puis de Oleacées d'une seule espèce, Myrtacées de 2 espèces et Rutacées de 2 espèces avec un même pourcentage de 3% pour chaque famille. Le reste des familles sont représentées par un nombre allant de 1 à 2 espèces avec un taux de 0,3 % à 2%. Pour l'utilité de la préservation, très peu de travaux scientifiques prennent en charge les études pharmacologiques et l'identification des principes actifs des espèces algériennes.

La mise en place de procédés de cultures, de ces espèces, à la place de la cueillette anarchique, peut améliorer le revenu des populations locales tout en garantissant la conservation de la diversité floristique. La culture de ces plantes médicinales et aromatiques et leur commercialisation aux herboristes, augmentera indéniablement le revenu des populations.

Durant nos enquêtes auprès des populations locales, la fréquence d'utilisation des plantes médicinales dans la zone d'étude est très liée au profil des personnes enquêtées. Ainsi, les jeunes, comparés aux personnes âgées, ne connaissent généralement pas les noms ni l'utilité de la majorité des espèces végétales. Les femmes et les hommes ont un savoir médicinal partagé (Benkhighe et al, 2010), l'utilisation traditionnelle des plantes médicinales persiste encore et cela malgré la révolution de la technologie médicale (Lahssissne et Kahouadji, 2010).

Les résultats des enquêtes ethnobotaniques montrent que les personnes moyennement âgées de 31- 50 ans qui ont des connaissances en PM par rapport aux autres classes d'âge et les femmes sont celles qui ont le plus recours à la phytothérapie traditionnelle, puisque la majorité de cette tranche d'âge est responsable à leurs enfants, femmes et parents et le mode vie où la situation financière est limitée (pauvreté, et les médicaments son trop chères).

La plupart des espèces médicinales, de la région étudiée, sont très utilisées dans le traitement des maladies d'appareil digestif, et métaboliques Fins alimentaires, Equilibre nutritionnel,

Intoxications alimentaires de 29% ainsi que respiratoire, Anti inflammatoire, Antiviral 27%, ce qui explique la pression particulière exercée sur ces plantes dans la région étudiée, suivis par les maladies de tension nerveuse, Diabète, Cholestérol et triglycéride, maladies cardiaques, Goitre de 16%. Aussi, l'antiseptique; cosmétique; furoncles; verrue; infections cutanées; tumeurs cancéreuses externes; fissures anales; hémorroïdes externes et internes de 15%. Quant aux Rhumatismes (Crises de sciatiques et les douleurs rhumatismales; Douleurs articulaires, Douleurs des muscles), anti inflammatoire, reins et calculs biliaires, diminution de risque du cancer, prostate, maux de tête, dents, de la bouche et la gorge, problèmes oculaires, maux d'oreille de (13%).

Ce travail nous a également permis de souligner l'ignorance de certains utilisateurs de plantes médicinales concernant les modalités et les contre indications à l'usage de ces plantes, un point qui devrait faire l'objet d'une sensibilisation afin d'assurer la protection du consommateur.

Les maladies identifiées sont traitées surtout par le feuillage qui constitue l'organe végétal le plus utilisé et par la tisane 51% les tisanes (infusion 73%, décoction 27%) qui représente le mode de préparation le plus dominant en médecine traditionnelle dans la région.

Au vu des résultats obtenus dans cette étude, il ressort que l'utilisation traditionnelle des PM persiste encore dans la région de Médéa et ceci malgré la facilité d'accès aux soins et à la médication moderne. Et il reste déconseiller d'utiliser une plante sans prendre l'avis d'un spécialiste.

Aussi la connaissance des PM et de leurs propriétés s'acquiert souvent grâce à une expérience de longue durée accumulée et transmise de génération en génération. Ce transfert de connaissances est actuellement menacé car il n'est pas toujours garanti, car la fourniture d'informations ou de traitements (y compris le dosage et la composition des mélanges médicamenteux) est refusée sous prétexte de secret professionnel.

L'exploitation rationnelle des plantes médicinales et aromatiques peut contribuer efficacement à la conservation de l'écosystème, d'où la nécessité de sensibiliser la population à la préservation du patrimoine naturel pour le maintien de l'équilibre écologique.

Pour le choix du mode de traitement, 74 % des personnes ont eu recours à un traitement mixte (la médecine thérapeutiques et la médecine moderne en même temps), 16 % ont utilisé la médecine moderne et 10 % ont utilisé les PM. La toxicité de certaines plantes rend la population très méfiante vis-à-vis de ces plantes. Selon les avis, opinions et idées des populations de la zone d'étude, la plante soulage la douleur mais elle n'est pas un scanner ou IRM ou échographie. Donc il faut toujours un vrai diagnostique par la médecine moderne.

Ainsi, ce travail constitue une source d'informations qui contribuera à la connaissance de la flore médicinale et à la sauvegarde du savoir faire populaire local. Il peut également constituer une base de données pour la valorisation de cette ressource précieuse en vue de découvrir de nouveaux principes actifs utilisables en pharmacologie.

Ce travail a été basé surtout sur l'utilisation des PM par la population locale de Médéa, à cet effet, il faut profiter de cette richesse naturelle par l'utilisation durable de ses ressources et de pousser et de sensibiliser la nouvelle génération d'exploiter de domaine de la phytothérapie.

Références Bibliographiques



1. **AAC (2011)** : Profil de la culture de la pomme au Canada, 2009. 72 pages. Programme de réduction des risques liés aux pesticides, Centre de la lutte antiparasitaire, Agriculture et Agroalimentaire Canada (AAC), Ottawa (Ontario).
2. **Abdelguerfi. A, Chehat. F, Ferrah. A et Yahiaoui. S (2009)**: Quatrième rapport national sur la mise en œuvre de la convention sur la diversité au niveau national. MATET-FEM-PNUD. 121P.
3. **Abdelouahid, D.E., Bekhchi C. (2004)**: Pouvoir antimicrobien de l'huile essentielle d'*Ammoïdes verticillata* (Nûnkha). Rev, Biologie et santé, 2004, p.1-10
4. **Abdiche. S et Guergour. H (2011)**: Etude phytochimique et évaluation de l'activité antimicrobienne d'une plante médicinale *Rhamnus alaternus* de la commune de Larbaatch. Mémoire de master, univ. Boumerdes .3p.
5. **Achouche Kaouthar Aichaoui Meyyada Aichaoui Romaisa (2023)**: Etude ethnobotanique des plantes médicinales utilisées contre la polyarthrite humatoïde (<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/40439>)
6. **Adouane Selma (2016)**: Etude ethnobotanique de plantes médicinales de la région deméridionale des Aurès, magistère. (http://thesis.univ-biskra.dz/2548/1/M%C3%A9moire_23_2016.pdf)
7. **Agrichem.dz (2023)** : <https://agrichem.dz/culture/19/oignon/>
8. **Aidoud. F (1997)**: Le complexe alfa-armoise-sparte (*Stipa tenacissima*L., *Artemisia herba-alba* Asso., *Lygeumspartum*L.) des steppes arides d'Algérie: Structure et dynamique des communautés végétales. Thèse de doctorat, Université d'Aix-Marseille.
9. **AIMS (2021)**: Association internationale de morphologie des semences, https://seedidguide.idseed.org/fr/fact_sheets/silene-vulgaris/
10. **Ait Amar Amal (2020)**: Des Plantes Aromatiques et Médicinales. Valorisation dans la Cosmétologie, Munich, GRIN Verlag, <https://www.grin.com/document/1180558>.
11. **Ait Youssef M. (2006)** : Plantes médicinales de kabylie, Ibis Press, Paris :164
12. **Al Dissi N., Salhab A. , Al Hadj H., (2001)**: Effects of inula viscosa leaf extracts on abortion and implantation in rats , Journal of ethnopharmacology . 77 - 117 – 121 .
13. **Ali Esmail Al-Snafi (2013)**: Pharmacological effects of allium species grown in iraq, an overview Department of Pharmacology, College of Medicine, Thiqar University, Nasiriyah, P O Box 42.)
14. **Amarni, Abdelhamid et Ben Aouali Ameer (2017)**: Evaluation des propriétés des antioxydants chez deux plantes médicinales (*Allium sativum* et *Artemisia herba.alba*) et leur influence sur la pyrale des dattes (*Ectomyeloisceratoniae* Zeller, 1839).
15. **Andary C., Rascolj P., Rousselj L. et Privatg. (1988)**: Les esters de l'acide caféique dans

- La chimiotaxinomie des Teucrium de la section polium (Lamiaceae). Can. J. Bot. 66: 1007-1012.
- 16. ANDI (2013):** L'Agence nationale du développement des investissements, invest in Algeria, 2013
- 17. ANIREF (2023):** Agence Nationale d'Intermédiation et de Régulation Foncière/ Monographie de la wilaya de Medea) <https://www.aniref.dz/DocumentsPDF/monographies/Monographie%20WILAYA%20Medea.pdf>
- 18. Anthoula, A., (2003):** Plantes Aromatiques Et Médicinales. Strategie Et Politique Agricole. Direction Des Etudes Et De La Coordination.
- 19. Aquaportail.com (2006):** <https://www.aquaportail.com/definition-10196-plante-alimentaire.html>
- 20. Aribi I. (2013):** Etude ethnobotanique de plantes médicinales de la région du Jijel : étude anatomique, phytochimique, et recherche d'activités biologiques de deux espèces. Mémoire de magister, Univ. Houari Boumediène (USTHB), Algé, 69-71 p.
- 21. Atlas flore 04.org (2021):**
https://atlasflore04.org/detail.php?zoom_fleur=67944&PHPSESSID=8kl2g96d97f5drqkjqd0241596
- 22. Au Jardin.info (2024):**
- <https://www.aujardin.info/plantes/chou-pomme.php>
 - <https://www.aujardin.info/plantes/lepidium-sativum.php>
 - <https://www.aujardin.info/plantes/phoenix-dactylifera.php>
- 23. Ayache S., Quénot G., & Gensel J. (2007):** Classifier fusion for SVM-based multimedia semantic indexing. In European Conference on Information Retrieval (pp. 494- 504). Springer, Berlin, Heidelberg.
- 24. AZZI, R., (2013):** Contribution à l'étude de plantes médicinales utilisées dans le traitement traditionnel du diabète sucré dans l'Ouest algérien: enquête ethnopharmacologique ; Analyse pharmaco-toxicologique de Figuier (*Ficus carica*) et de coloquinte (*Citrullus colocynthis*) chez le rat Wistar. Thèse de Doctorat, Université Abou Bekr Belkaid, Tlemcen, 179 p.
- 25. Baba Aissa F. (1999) :** Encyclopédie des plantes utilisées. Flore d'Algérie et du Maghreb Substance végétale. Edition Librairie Moderne. Rouiba. P 145.
- 26. Baba Aissa F. (2000):** Les plantes médicinales en Algérie Edit. Bouchéne et AD. Diwan, Alger.
- 27. Baci L. (1995) :** Les contraintes au développement du secteur des fruits et légumes en Algérie: faiblesse des rendements et opacité des marchés. INA El-Harrach, Alger. options

- méditerranéennes. Série N°4.P:266-277.
28. **Bahorun T. (1997):** Substances naturelles actives, la flore mauricienne, une source d'approvisionnement potentielle. Food and Agricultural Research. Conseil Mauritius, Amas.
 29. **Bailey L. G., et Bailey E. Z., (1976):** Hortus Third: A Concise Dictionary of Plants Cultivated in the United States and Canada. McMillan Publishing Co., New York (New York).
 30. **Bailleul F (2009):** Cours de pharmacognosie. Faculté de pharmacie, France.
 31. **Barrau (1971):** L'Ethnobotanique au carrefour des sciences naturelles et des sciences humaines, Bull. Soc. bot. Fr., 1971, 118, 237-:MH
 32. **Bassi. D., Mignani. I., Spinardi A., Tura. D., (2016):** Peach (*Prunus persica* (L.) Batsch). In Nutritional composition of fruit cultivars, 535-571. Academic Press.
 33. **Batta, H., et Bouzidi, N. (2017) :** Contribution à l'étude de protéines de fenugrec *trigonella foenum gracume* L.(Fabacées) et évaluation de leur fonctionnalité alimentaire. Doctoral dissertation, Université Mohamed Boudiaf, M'sila.
 34. **Battandier Jules Aimé (1900):** Plantes médicinales Exp. Univ. de 1900, Editeur Exposition universelle internationale de 1900, 1900, Original provenant de Université de Harvard, Numérisé 6 mai 2008).
 35. **Bayer E., Butter K. P., Finkenzeller X., et Grau J., (1990):** Guide de la flore méditerranéenne. Delachaux et Niestlé, S.A-Paris.
 36. **Belbali, C., Abdallah, Z. (2019):** Etude ethnobotanique de plantes cultivées des zones de reggane et Ain Belbal. Mémoire fin d'étude. Univ. Ahmed Draïa d'Adrar. 20p.
 37. **Belgat. S (2001):** Le littoral Algérien: Climatologie, géopédologie, syntaxonomie, édaphologie et relation sol-végétation. *Thèse. Doct. Sci. Agr. I.N.A. El Harrach.* 261p.
 38. **Belkhodja. H (2016):** Effet des biomolécules extraites à partir de différentes plantes de la région de Mascara : Evaluation biochimique des marqueurs d'ostéoarticulation et de l'activité biologique. Thèse de Doctorat lmd 3 ème Cycle En Sciences Biologiques. Université de Mustapha Stambouli –mascara-
 39. **Bellakhdar J. (1997):** *Anacyclus pyrethrum* L. in: La Pharmacopée Marocaine Traditionnelle. Ed Le Fennec, Ibis Press. 177
 40. **Belouad A. (1998):** Etymologie des noms de plantes du bassin méditerranéen. Ed. OPU, Alger, 1998.).
 41. **Beloued A. (2014):** Plantes médicinales d'Algérie. Editions O.P.U. P. 284.
 42. **Bengaid Meriem et Darem Sara (2021) :** Contribution a l'inventaire de la végétation de la zone humide de la région de Ghardaïa (Kef Doukhane), Univ. Ghardaïa, Faculté des Sciences de la Nature et de la Vie et des Sciences de la terre, Département de Biologie,

Domaine : Sciences de la nature et de la vie, Filière : Ecologie et environnement, Spécialité : Ecologie, (Master)

- 43. Benkhnigue O., Zidane L., Fadli M., Elyacoubi H., Rochdi A. et Douira A. (2010):** Etude ethnobotanique des plantes médicinales dans la région de Mechraâ Bel Ksiri (Région du Gharb du Maroc). *Acta Bot. Barc.* 53: 191-216. Barcelona, 2010-2011
- 44. Benoît Larroque et Jean Favennec (2016):** *Guide de la flore du littoral sableux méditerranéen : De la Camargue au Roussillon*, Éditions Sud Ouest, 2016, 277 (ISBN 9782817704487)
- 45. Benseddik, Hesna (2021):** Phytochemical & biological study of medicinal plant *Rhaphanistrum gargarica*. Thèse de doctorat. Univ Mohamed Boudiaf-M'sila.
- 46. Bensmira Wafa Nouzha et Meribai Hafida (2019):** Valorisation des plantes aromatiques et médicinales (PAM) dans la wilaya de Constantine, diplôme master, Univ. Des Frères Mentouri Constantine 1
- 47. Bernard Boullard (2001) :** dictionnaire plante médicinales du monde- réalité & croyances. Editions ESTEM- isbn 2 84371 117 7. Paris.
- 48. Berrah S. (2009):** Contribution à l'étude spatiale de la remontée de la nappe phréatique : problèmes posés et conséquences sur le système agricole "Ghout" à Oued Souf. Mémoire de fin d'études; Agronomie Saharienne; Université KasdiMerbah Ouargla; P 94.
- 49. Bezanger, Beauquesne. L, Pinkas. M, Torck. M (1974):** Les plantes dans la thérapeutique moderne, 2^{ème} édition révisée, Ed. Maloine éditeur, 1986. Et Perrot. E., Paris R. Les plantes médicinales, Nouvelle édition, tomes 1 et 2, Ed. Presses universitaires de France, 1974.
- 50. Bigendako, Polygenis M. J. et Lejoly J. (1990):** La pharmacopée traditionnelle au Burundi. Pesticides et médicaments en santé animale. Pres. Univ. Namur. Pp. 425-442.
- 51. Bitsindou M. (1986):** Enquête sur la phytothérapie traditionnelle à Kindamba et Odzala (Congo) et analyse de convergence d'usage des plantes médicinales en Afrique centrale- Mem. Doc (inééd.). Univ. Libre de Bruxelles. 482 pp
- 52. Bonnet J., 2001:** Larousse des arbres. Dictionnaire des arbres et des arbustes. P 512.
- 53. Bosserdet Rivolier (1977):** Secret et vertus des plantes médicinales. Paris 463p.
- 54. Bouacherine Razika et Benrabia Hafidha (2017):** master, Biodiversité et valeur des plantes médicinales dans la phytothérapie: Cas de la région de BEN SROUR (M'sila)
- 55. Boukhira Smahane (2018):** Vers d'innovants conservateurs naturels pour la cosmétique : Applications du challenge test et évaluation de leurs activités biologiques, thèse de doctorat). Université Sidi Mohammed Ben Abd ellah, Faculté des Sciences Dhar El Mahraz - Fès, Centre d'Etudes Doctorales "Sciences et Technologies
- 56. Boulahiasarra, Kahleras marina et Chenikherfatima (2020):** Etude phytochimique et

- évaluation de l'activité antibactérienne des deux plantes *Lavandulastoechaset Lavandulaofficinalis*, master, Univ. 8 Mai 1945 Guelma
- 57. Boumediou, Addoun (2017):** étude ethnobotanique sur l'usage des plantes toxiques, en médecine traditionnelle, dans la ville de Tlemcen (Algérie). Doctorat en pharmacie. Univ. Abou Bakr Belkaïd, Tlemcen. 67p.
- 58. Bounefla Assia, Hessainia Imane, Hamzaoui Bouthayna et Menaiaia Yousra, 2022 (Master):** Etude des paramètres physicochimiques et potentiel antioxydant d'un fromage enrichi en bêta-lactones de la betterave, Univ. 8 mai 1945 Guelma, domaine : Science de la Nature et de la Vie, Filière : Sciences Alimentaires, Spécialité : Production et Transformation Laitière.
- 59. Bouziane Zahira (2017):** Contribution à l'étude ethnobotanique des plantes médicinales de la région d'Azail (Tlemcen –Algérie), MASTER, Univ. Aboubakr BELKAÏD - Tlemcen
- 60. Brown A.G., (1975):** Apples in "Advances in fruit breeding", Yanick and Moore (Eds), Purdue University press: 3- 38.
- 61. Brown S. A., Biggerstaff J., Savidee G. F. (1992):** Disseminated intravascular coagulation and hepatocellular necrosis due to clove oil. Blood Coagulation & fibrinolysis. 1992; 3(5): 665-668.
- 62. Bruneton J. (2005):** Plantes toxiques, végétaux dangereux pour l'Homme et les animaux, Tec & Doc Lavoisier. 618 p.
- 63. Cabi (2012):** Crop protection compendium. CAB International, Wallingford, Royaume-Uni.
- 64. Carole Brousse (2015):** L'ethnobotanique au carrefour du Muséum national d'Histoire naturelle et du Musée ethnologique de Salagon- Alpes-de-Haute-Provence (<https://doi.org/10.4000/ethnoecologie.2157>, Carole Brousse)
- 65. Carte des accès à la wilaya de Médéa (2023):** https://app.box.com/s/3l6f97_w1_bqcq_6f94_xua3
- 66. Cazin F.J. (1850) :** Traité pratique & raisonné des plantes médicinales indigènes.
- 67. Centre-européen-formation (2023):** <https://www.centre-europeen-formation.fr/blog/bien-etre/phytotherapie/2023>
- 68. Challice J., et Westwood M. N., (1973):** Numerical Taxonomic Studies of the genus pyrus both. Chemical and botanical characters. Bot. J. Linn- Soc. 67: 121- 148.
- 69. Chevallier S. (2001):** Encyclopedia des plantes médicinales. Edit. La rousse, Paris, pp16, 293, 295.
- 70. Chiej R. (1982):** Les plantes médicinales. Milan: Solar Editions ; 1982
- 71. Chikhouné (2007):** Huiles essentielles de thym et d'origan, étude de la composition chimique, de l'activité antioxydante et antimicrobienne

- 72. Chouinard G., Firlé J. A., Vanoosthuysse. F., et Vincent C., (2000):** Guide d'identification des ravageurs des pommiers et leurs ennemis naturels. IRDA et Saint- Laurent. Québec, 69 p.
- 73. Christian Zidorn, Birthe Schubert, Hermann Stuppner (2005):** Altitudinal differences in the contents of phenolics in flowering heads of three members of the tribe Lactuceae (Asteraceae) occurring as introduced species in New Zealand
- 74. Climate-data.org (2024):** <https://fr.climate-data.org/afrique/algerie/medea/medea-3561/#temperature-graph>
- 75. Conservation des forêts de Médéa (2014):**rapport sur la wilaya de médéa
- 76. Coste H., 1900-1906 :** Flore descriptive et illustrée de la France, de la Corse et des contrées limitrophes. 3 volumes. Ed. Paul Klincksieck, Paris, 1850 p.
- 77. Créa pharma (2023):** <https://www.creapharma.ch/girofle.htm>
- 78. CRSTRA.dz (2023):** <https://www.crstra.dz/telechargement/fiches-techniques/ fenugrec.pdf> (Centre de recherche scientifique et technique sur les régions arides-CRSTRA-Biskra)
- 79. Daine E. A. et Moustefai M. (1998),** Contribution à l'étude du pouvoir antimicrobien de l'HE d'Ammoides verticillata (Nounkha) de la région de Tlemcen et comparaison avec l'effet antiseptique du thymol et des antibiotiques. Mémoire d'ingénieur d'état, Université Aboubakr belkaid Tlemcene, Département de biologie.
- 80. Daniel, Jaime-jardiner.com (2015):** <https://jaime-jardiner.ouest-france.fr/epine-vinette/>
- 81. Debuigne, G. et Couplan, F. (2013):** Le petit Larousse des plantes qui guérissent 500 plantes et leurs remèdes. Larousse, Paris.
- 82. Découpage administratif de l'Algérie & Monographie (2014):**<http://decoupageadministratifalgerie.blogspot.com/2014/10/cartegeographique Medea. html>. Publié par El Hachmi AROUR
- 83. Delaveau P. (1987):** Les épices: histoire, description et usage des différents épices, aromates et condiments.Paris : Albin Michel
- 84. Delille. L (2007):** Les plantes médicinales d'Algérie. Éd. BERTI, Alger, 122 P
- 85. Dhif Mokhtar et Dahmani Nacer (2018):**Contribution à l'élaboration de la carte du degré de base d'incendie de forêt de la wilaya de Médéa, Univ. Yahia Fares Médéa. Master en écologie
- 86. Djebaili. S (1978):**Recherches phytoécologiques et phytosociologiques sur la végétation des hautes plaines steppiques et de l'Atlas Saharien Algérien. Thèse. Doct. Univ. Languedoc. Montpellier. 229p
- 87. Djeridane A., Yousfi M., Nedjmi D., Boutassouna D., Stoker P., Vidal N. (2006):** Antioxydant activity of some medicinal plants extracts containing phenolic compounds.

- Food Chemistry; 97; 654-660.
- 88. Djoudi Imene (2013):** Contribution à l'identification et à la caractérisation de quelques accessions du palmier dattier (*Phoenix Dactylifera.L*) dans la région de Biskra. Magister en sciences agronomiques (<http://thesis.univ-Biskra.dz//5611/1/memoie%20djoudi%20imene.pdf>)
- 89. Doctissimo.fr, Jesus Cardenas**
- **2017 :** <https://www.doctissimo.fr/html/sante/phytotherapie/plante-medicinale/anis-vert.htm#precautions-d-emploi-de-l-anis-vert>
 - <https://www.doctissimo.fr/html/sante/phytotherapie/plante-medicinale/aubepine.htm>
 - <https://www.doctissimo.fr/html/sante/phytotherapie/plante-medicinale/badiane-anis-etoile.htm>
 - **2018 :** <https://www.doctissimo.fr/html/sante/phytotherapie/plante-medicinale/chou.htm>
- 90. Doctonat.com (2020):** <https://doctonat.com/pecher/>.
- 91. Dubief J., 1953:** Essai sur l'hydrologie superficielle au Sahara Service des études scientifiques, Alger; P 26 –103.
- 92. Ebourse.dz., (2020):** <https://ebourse.dz/ble-dure-lalgerie-en-exportera-a-la-lisiere-de-fin-2020/>
- 93. El Hafian, M., Benlamdin, N., Elyacoubi, H., Zidane, L., et Rochdi, A., (2014):** Etude floristique et ethnobotanique des plantes médicinales utilisées au niveau de la préfecture d'Agadir-Ida – Outanane. Maroc. Journal of Applied Biosciences, 81:7198 – 7213.
- 94. EL Hilaly J. (2007):** Les propriétés pharmacologiques, ethnobotaniques et phytochimiques de *Ajuga reptans*. UFR Physiologie-Pharmacologie Fac des Sciences DharMehraz, Fès.
- 95. El Rhaffari U. et Zaid A. (2002):** Pratique de la phytothérapie dans le sud-est du Maroc (Tafilalet) : Un savoir empirique pour une pharmacopée rénovée, Metz.IRD.SFE, Paris, 293-318 p.
- 96. El Yahyaoui, O., Ait Ouaziz, N., Sammama, A., Kerrouri, S., Bouabid, B., Lrhorfi, L. A., Zidane, L. et Bengueddour, R., (2015):** Etude ethnobotanique 2015: Plantes médicinales commercialisées à la province de Laâyoune; identification et utilisation International. Journal of Innovation and Applied Studies, 12 :533-541.
- 97. Elconsolto.com (2023):** <https://www.elconsolto.com/medical-advice/advice-news/details/2023/1/23/2358685/>(فوائد عشبة الحلفاء - خبير تغذية - علاج فعال لهذه الأمراض)
- 98. Elizabeth Lemoine, Françoise Izrael (2001):** plantes aromatiques et médicinales. Edition ISBN. Molière 2001, Paris, P44
- 99. Emberger, L.,**
- **1930:** La végétation de la région Méditerranéenne. Essai d'une classification des

- groupements végétaux. *Rev. Géo. Bot.* Pp 42, 341-404, pp 641-662.
- **1952:** Sur le Quotient pluviothermique. C.R. Sci ; n°234 : 2508-2511, Paris.
 - **1955:** Une classification biogéographique des climats -, Rev. Trav. Lab. Bot. Fac.Sci., Montpellier, pp 3-48.
 - **1971:** Travaux de botanique et d'écologie. Ed. Masson. Paris. 520 p.
- 100. Esmail D., Hossein Motamedi., Seyyed M. et Sayed N. (2010):** Antimicrobial properties of *Teucrium polium* against some clinical pathogens. *Asian Pacific Journal of Tropical Medicine*, 124-127.
- 101. Famille-mary (2023):** <https://www.famillemary.fr/bienfaits-reglisse-famille-mary>
- 102. Farnsworth N. R., Akerele. O, Bingel. A. S, Soejarto D. D, et Guo. Z, 1986,** Places des plantes médicinales dans la thérapeutique. *Bulletin de l'organisation mondiale de la santé*, 64 (2) : p 159- 175.
- 103. Fennane M., Ibn-Tattou M., Ouyahya A., Mathez J. et El Oualidi J. (1999) :** Flore pratique du Maroc. Vol. 1. Pteridophyta, Gymnospermae, Angiospermae (Lauraceae-Neuradaceae): Inst. Scientifique. 558p.
- 104. Fleurentin Jacques et Dans Hegel 2012,** L'ethnopharmacologie au service de la thérapeutique : sources et méthodes [*] Jacques Fleurentin Dans Hegel 2012/2 (N° 2), pages 12 à 18 (<https://www.cairn.info/revue-hegel-2012-2-page-12.htm>).
- 105. Flora maroccana.fr (2023):** <https://www.floramaroccana.fr/a.-campestris-glutinosa.html>
- 106. Flora of China editorial committee (1959):** *Flora of China*. 80+ vol. Disponible en ligne :<http://flora.huh.harvard.edu/china/mss/intindex.htm> [2012].
- 107. Flore alpes.com**
- **2016:**https://www.florealpes.com/comparaison.php?compar_code_1=epinevinette&compar_code_2=scorzoneracrispatula&zoomph2=0&zoomph1=2&PHPSESSID=d9accab62b9ee918dcc95918482c4472#visiga
 - **2023:** https://florealpes.com/fleurs_montagne_liens.php. Consulté le 17/03/2023
- 108. Flores M. (2011):** *Malva sylvestris*L. et autres mauves de France. Thèse de doctorat d'état, université de Nantes, France, 221 p.
- 109. Futura sciences (2022):**
- <https://www.futura-sciences.com/planete/definitions/arbre-girolle-18008/>
 - <https://www.futura-sciences.com/sante/definitions/medecine-plante-medicinale-11529/>
- 110. Gamm vert. fr (2023):**
- <https://www.gammvert.fr/conseils-idees/comment-bien-cultiver-le-persil#quelques-mots-sur-le-persil>
 - <https://www.gammvert.fr/conseils-idees/camomille#description-de-la-camomille>

111. **Génial végétal. net (2023)** : <https://www.genialvegetal.net/-GalINETte->
112. **Gerbeaud.com (2018)**: <https://www.gerbeaud.com/jardin/fiches/figuier-barbarie-opuntia,1822.html>
113. **Ghedira K. (2013)**: *Zizyphus lotus* (L.) Desf (Rhamnaceae) : jujubier sauvage. *Phytothérapie*, 11, P 149-153.
114. **Gleason H. A., et Cronquist A., (1991)**: *Manual of Vascular Plants of Northeastern United States and Adjacent Canada*. Deuxième édition. The New York Botanical Garden, Bronx, New York.
115. **Gorai M. ; Maraghni M. ; Neffati M. (2010)**: Relationship between phenological traits and water potential patterns of the wild jujube *Zizyphus lotus* (L.) In southern Tunisia. *Plant Ecology & Diversity*, 3, P 273-280.
116. **Guedje N.M., Ntungwen Fokunang C., Tafokou Jiofack R.B. et Fogou Dongmo R. (2010)**: Opportunités d'une exploitation soutenue des plantes médicinales dans l'aménagement forestier. *Int. J. Biol. Chem. Sci*, 4(4) : 1346-1372.
117. **Guignard, J.L. (1994)**: *Abrégé Botanique*. 9ème Ed: p 203-204
118. **Halfaoui F. (2017)**: Application du SIG dans la cartographie des formations végétales de la région de Tamezguida, Wilaya de Médéa. P 31-32, master (sciences Agronomiques), Univ. Blida 1
119. **Halimi A. K., (2004)**: *Les plantes médicinales en Algérie*. 1ère édition. BERTI Editions, Alger. Pp : 156-157.
120. **Halimi. A, 1980**: *L'Atlas Blidéen : climat et étages végétaux*. O.P.U. Alger. 484 p.
121. **Hamdini (2009)**: *La culture d'oignon*, Université sidi Med Ben abdellah Fès, Maroc, Licence.
122. **Hancock, J. F., Luby, J. J., Brown, S. K., et Lobos, G. A., (2008)**: Apples. Pages 1-37 in J. F.Hancock, dir. *Temperate Fruit Crop Breeding: Germplasm to Genomics*. Springer Science+ Business Media B.V., New York (NY).
123. **Hélène Gaillard -pharmacie-homeopathie.com (2021)**: <https://www.pharmacie-homeopathie.com/blog/la-scrofulaire-noueuse-la-plante-aux-milles-vertus/#:~:text=La%20scrofulaire%20est%20une%20plante%20m%C3%A9dicinale%20bien%20connue.&text=Son%20nom%20latin%20est%20issu,dans%20des%20cas%20de%20tuberculose.>
124. **Hensel .W, 2008**, 350 plantes médicinales. Ed Délachaux et Niestelé. 12-13p.
125. **Hmamouchi Mohamed. (1999)**: *Les plantes médicinales et aromatiques marocaines*. Edition Imprimeries de Fedala, Rabat, Maroc. 389 p.
126. **Hmamouchi I., Rachidi M., Abourazzak F.Z., Khazzani H., Bennani L., Bzami F., El Mansouri L., Tahiri L., Harzy T., Abouqal R., Allali F. et Hajjaj-Hassouni N., (2012)**:

- Pratique traditionnelle d'utilisation des plantes médicinales marocaines en rhumatologie.
Rev Mar Rhum, 22 : 52-6
- 127. Hocking P. J., Kirkegaard J. A. et Angus J. F. (1997):** Comparison of canola, Indian mustard and linola in two contrasting environments. I. Effects of nitrogen fertilizer on dry matter production, seed yield and seed quality. *Field Crops Research* 49, 2-3.
- 128. Houdret J. (2004):** Bien se soigner par les plantes. Paris: Solar Editions; 2004.
- 129. Info Flora :**
- 2023 : <https://www.infoflora.ch/fr/flore /centaurium-erythraea.html>
 - <https://www.infoflora.ch/fr/flore/595-cucurbita-pepo.html>
 - 2024: <https://www.infoflora.ch/fr/flore/lepidium-sativum.html>
- 130. Inoussa G.O., (2014):** Amélioration de la technologie de séchage l'oignon et formulation de condiments assaisonnés à base d'oignon séché .mémoire licence professionnel en genie biologique .université polytechnique de Bobo Dioulasso(U.P.B)p 16 ,17
- 131. INPN (2016) :** Inventaire national du patrimoine naturel,
https://inpn.mnhn.fr/espece/cd_nom/112355 (fiche)
- 132. Iserin .P (2001):** Encyclopédie des plantes médicinales .London, ypoygly Edith Ybert, Tatiana Delasalle-Feat. Vol01, 239p.
- 133. Iserin. P, 1997,** Encyclopédies des plantes médicinales : Identification, préparation, soins.Ed Larousse-Bordas. 1-130p.
- 134. ITCMI (2022):** Institut technique des cultures maraichères et industrielles, Fiches techniques valorisées des cultures maraîchères et Industrielles
- 135. Ivan (2005):** Medicinal Plants of the World, Volume 3, Chemical Constituents, Traditional and Modern Medicinal Uses By Ivan A. Ross, Totowa, New Jersey Humana Press 2005.
- 136. Jackson J. E., (2003):** Biology of apples and pears. Cambridge University Press,Cambridge.
- 137. Jacques Fleurentin, Pierre Cabalion, Guy Mazars, et al. et al, 1993,**
L'ethnopharmacologie : approche pluridisciplinaire. Ethnopharmacologie, sources, méthodes objectifs. Paris-Metz : EdsOrstom. 493p
- 138. Jan H. A., Turi M. A., Kunwar R. M., Bussmann R. W., Zambrana N. Y. P.(2021):**
Ethnobotany of the Himalayas. *Malvaneglecta*Wallr. Malvaceae. pp 1239–1246.
- 139. Jardin sec.com (2023):** https://www.jardin-sec.com/jardin-sec_web/fr/Fichetechnique.awp?P1=Stipa%20tenacissima&P2=FR
- 140. Jardinage le monde.fr (2020):**
- <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-1415-ble-triticum.html>
 - <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-174-ail.html>;

- <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-30-citronnier.html>;
 - <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-3484-concombre-ane.html>;
 - <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-3503-nerprun-alaterne.html>;
 - <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-399-tilleul-tilia-arbre-tisanes.html>
 - Jardinage le monde.fr, Nathalie Guellier, (2017) : <https://jardinage.lemonde.fr/dossier-1289-mauve-malva-sylvestris-grande.html>.
- 141. Jardinage, Pages jaunes.fr (2024):** <https://jardinage.pagesjaunes.fr/plante/voir/402/badiane>
- 142. Jean-Yves Chabrier (2010):** Plantes médicinales et formes d'utilisation en phytothérapie
- 143. Kabahoum Marwa et Ladjal Loubna (2021):** Etat de la recherche scientifique sur les plantes médicinales et la phytothérapie en Algérie, mémoire fin d'étude (master), université Mohamed Boudiaf - M'sila
- 144. Kaddem S.E. (1999):** Les plantes médicinales en Algérie. Le monde des pharmaciens. 181 p.
- 145. Khireddine H. (2013):** Comprimés de poudre de dattes comme support universel des principes actifs de quelque plantes médicinales d'Algérie, Mémoire de Magister, option : Technologie Alimentaire, université Bougara-Boumerdes.
- 146. Klorane Botanical Foundation, 2023 :** <https://www.kloranebotanical.foundation/labotanique/fiches-plantes/la-betterave-sucre>
- 147. Kumar R., Ghoshal G., Jain A. et Goyal M., (2017):** Rapid Green Synthesis of Silver Nanoparticles (AgNPs) Using (Prunus persica) Plants extract: Exploring its Antimicrobial and Catalytic Activities. J Nanomed Nanotechnol 8: 452. doi: 10.4172/2157-7439.1000452
- 148. L'herbier de Gabriel (2024):** S.E.S.A- Flore du département de l'Aude, <http://www.herbier.sesa-aude.fr/Apium-nodiflorum>.
- 149. La Dépêche du Midi (2016) :** <https://www.ladepeche.fr/article/2016/09/17/2420473-la-scrofulaire-des-chiens-un-nom-a-coucher-dehors.html>
- 150. Ladrome.bio, 2023 :** <https://ladrome.bio/blogs/herbier-plantes-medicinales/cannelle-ceylan>
- 151. Lahsissène H., Kahouadji A., Tijane M., Hseini S., (2010) :** Catalogue des plantes médicinales utilisées dans la région de Zaër (Maroc Occidental) - Lejeunia, Revue de Botanique [En ligne], N° 186, URL : <https://popups.uliege.be/0457-4184/index.php?id=710>.
- 152. Lamnouer D. (2005):** A guide to medicinal plants in North Africa. IUCN center for mediterraneancooperation, Malaga (Spain).
- 153. Laouedj M., 2018:** Les Plantes médicinales du Sahara. Les bienfaits du jujubier sauvage

- (sidr) en arabe (en ligne, page consulter le 11-04-2021)
- 154. Laure Martinat, doctissimo.fr (2020):** la lavande
(<https://www.doctissimo.fr/html/sante/phytotherapie/plante-medicinale/lavande.htm>)
- 155. Lepage vivaces. com (2016):** https://www.lepage-vivaces.com/detail-article.php?ID_Article=179.
- 156. Les fruits et légumes frais.com (2024) :**
- <https://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/fruits-legumes/agrume/orange/tout-savoir-sur-lorange#:~:text=%C3%80%20la%20fin%20de%20la,la%20parfumerie%20et%20la%20p%C3%A2tisserie>).
 - <https://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/fruits-legumes/choux/chou-pomme/tout-savoir-sur-le-chou-pomme>.
 - <https://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/fruits-legumes/fruits-exotiques-et-tropicaux/datte/tout-savoir-sur-la-datte>
- 157. Les Sens de Théus (2019) :** <https://www.lessensdetheus.fr/a-lordre-du-jour/pommier-phytotherapie/>
- 158. Lim T. K. (2014):** Edible Medicinal and Non-Medicinal Plants, vol 8, *Malva sylvestris*, pp. 395-404.
- 159. Litim. A (2012):**Biodiversité et Ethnobotanique dans le parc national Belezma (Batna). Mémoire de master : option : Gestion des systèmes Ecologiques protégés. Sétif .université Ferhat Abbas. 21p
- 160. Loussert R. (1989) :** Les agrumes.2.paris : production Edition Lavoisier. 157 p :12.
- 161. Lucas Heitz, le Jardinier Curieux (2015):** Insolite : Une plante aromatique à l’odeur de saucisson [archive] », sur Alsagarden - Le Blog des Jardiniers Curieux, 7 juillet 2015
- 162. Lucienne. A. D., (2010):** Les plantes médicinales d’Algérie 2ème Edition. pp: 24-25.Alger.
- 163. Mabberley, D. J., Jarvis, C. E., et Juniper, B. E., (2001):** The name of the apple. *Telopea* 9(2):421-430.
- 164. Malaisse (2004):** Ressources Alimentaires Non Conventionnelles Tropicultura 2004, SPE, (30-36p), Cite : https://www.researchgate.net/profile/Francois-Malaisse-2/publication/45266508_Ressources_Alimentaires_Non_Conventionnelles/links/02e7e529f604d8fa0e00000/Ressources-Alimentaires-Non-Conventionnelles.Pdf.
- 165. Malki Asmaa, Ziadi Nadia et Meddah Asmaa (2021):**Etude ethnobotanique sur des plantes utilisées en médecine traditionnelle pour le traitement des affections respiratoires (master biologie), Univ. Ain Temouchent- Belhadj Bouchaib.
- 166. Mansour. S (2015):**Evaluation de l’effet anti inflammatoire de trois plantes médicinales :

Artemisia absinthium L, Artemisia herba alba Asso et Hypericumscarboides- Etude in vivo. Thèse de Doctorat, Univ. Mohamed BOUDIAF, Oran, 19p.

167. Mawdoo3.com:

- **2021** : https://mawdoo3.com/#cite_note-LJJqtCICxD، Écrit par : Atika Ziad Al-Borini, dernière mise à jour 21/04/2021
- https://mawdoo3.com/#cite_note-LJJqtCICxD
- **2024** : https://mawdoo3.com/#cite_note-LJJqtCICxD مكانة شجرة السدر في الإسلام/

168. Mehdioui R. et Kahouadji A. (2007): Etude ethnobotanique auprès de la population riveraine de la forêt d'Amsittène : cas de la commune d'Imi n'Tlit (Province d'Essaouira). Bulletin de l'institut scientifique, Rabat, 29 : 11-20.

169. Menacer A, Boukhatem M. N., Benhelal A., et Saïdi F., Manacer et al, (2017): In vitro antioxidant activity of different extracts of Algerian allium plant (*Allium triquetrum L.*)

170. Merad R. (1973). Contribution à l'étude qualitative et quantitative de l'huile essentielle d'*Ammoidesverticillata* (Nounkha) de la région de Tlemcen et de son pouvoir antimicrobien. Mémoire d'Ingénieur, Institut de Biologie, Université de Tlemcen.

171. Merad R., et Hammiche V., (1992) : The inventory of toxic plants of Algeria. Recent advances in toxinology research. 3: 7-11.

172. Michel Caron, futura-sciences (2024) : <https://www.futura-sciences.com/planete/definitions/botanique-orme-champetre-8505/>

173. Millam S., Bohus O. et Anna P. (2005): Plant cell and biotechnology studies in *Linum usitatissimum* - A review, Plant Cell Tissue Organ Culture 82, 93-103.

174. Mohamed A., el-saied , El-saadany, Hefnawy, El-sayed, (2021): phytochemical screening and antioxidant activity of onion(*allium cepa l.*) extracts. 489-498.

175. Mohammedi. S (2013):Phytothérapie: la première médecine du monde. N°18. 36-37p.

176. Mokkaem. A (1999):Cause de dégradation des plantes médicinales et aromatiques d'Algérie. Revue Vie et Nature n° 7, 24-26.

177. Monographie de la wilaya de la wilaya de Médéa (2012): <http://decoupageadministratif.algerie.blogspot.com/2014/10/monographie-de-la-wilaya-de-medea.html>

178. Moreau. B (2003): Maître de conférences de pharmacognosie à la faculté de Pharmacie de Nancy. Travaux dirigés et travaux pratiques de pharmacognosie de 3ème année de doctorat de pharmacie.

179. Mosseray R. (1935): Matériaux pour une flore de Belgique : IV-le genre *Verbascum*. Royal Botanical Society of Belgium, (68), 88-103.

180. Musée national d'histoire de la nature (2023): <https://www.mnhn.fr/fr/collection-d-ethnobotanique> , Juin 2015, modifié Février 2023, MNHN

181. **Myrtea formations.com (2023)** : <https://www.myrtea-formations.com/index.php?mod=aromatheque&act=fiche&ind=35>
182. **Myrtea formations.com (2023)**: <https://www.myrtea-formations.com/index.php?mod=aromatheque&rubrique=HE&act=fiche&ind=62>
183. **Nanson A., 2004**): Génétique et amélioration des arbres forestiers. Les Presses Agronomiques de Gembloux. Belgique.
184. **Ndjouondo G.P., Ngene J.P., Ngoule C.C., Kidik Pouka M.K., Ndjib R.C., Dibong S.D. et Mpondo E., (2015)**: Inventaire et caractérisation des plantes médicinales des sous bassins versants Kambo et Longmayagui (Douala, Cameroun). Journal of Animal & Plant Sciences, 25(3) : 3898-3916.
185. **Nina. az, 2024**: <https://www.wikidata.fr-fr.nina.az/Arbouse.html>
186. **Nogaret A. S (2003)**: La phytothérapie : Se soigner par les plantes. Ed. Groupe Eyrolles, Paris, 191 p.
187. **Office de Tourisme de Médéa (2023)**: <https://www.oltmedea.dz/presentation/>. Office de Tourisme de Médéa
188. **Oueida Fathi (2002)**: Médecine arabe et ethnopharmacologie : les plantes du Coran. p. 327-330, IRD Éditions (<https://books.openedition.org/irdeditions/7247?lang=fr>)
189. **Ozenda, P., (1977)**: Flor du Sahara. 2^{ème} Edition .Centre National de la Recherche
190. **Pageau, D. et La jeunesse J. (2011)**: Effet de la date de semis sur la productivité du lin oléagineux cultivé en climat frais. Canadian Journal of Plant Science[en ligne],10(1),(1 Janvier 2011). <https://cdnsiencepub.com/doi/10.4141/cjps10021>
191. **Parc National de Chréa (2022)**:rapport annuel du PNC, Année 2022
192. **Pensez sauvage.org (2023)** : https://pensezsauvage.org/graines_bio_de_fleurs/ricin-commun
193. **Petropoulos G. A., Fenugreek (2002)**: The genus Trigonella, Taylor & Francis, New York
194. **Pharmacien Xavier Gruffat (Mai 2023)**, Littérature sur les plantes médicinales, NPR (radio américaine), <https://www.creapharma.ch/phytotherapie.htm>
195. **Pharmacopée Française (Août 2013)**: ANSM: agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé) <https://ansm.sante.fr/uploads/2020/10/22/tisanes.pdf>
196. **Philippe Eberhardt (1907)** : La badiane et sa culture en Indo – Chine (Bibliothèque d'agriculture coloniale). Librairie Maritime et Coloniale, Paris, Augustin Challamel , éditeur, rue Jacob, 17)
197. **Pierre Goujon, flore en ligne.fr (2024)**:
– http://flore-en-ligne.fr/herbier/Scrofulaire_des_chiens.html

- http://flore-en-ligne.fr/herbier/Silene_enfle.html
- <https://flore-en-ligne.fr/herbier/Coquelicot.html>
- 198. Plantes botanique. org(2005) :** https://www.plantes-botanique.org/espece_berberis_hispanica
- 199. Plantes/monoplan (2017):** <https://www.sfm.uqam.ca/toxin/plantes/monoplan/ecballi2.HTM>
- 200. Porteres Roland (1961):** L'ethnobotanique : Place - Objet - Méthode - Philosophie. In: Journal d'agriculture tropicale et de botanique appliquée, vol. 8, n°4-5, Avril-mai 1961. pp. 102-109;doi (<https://doi.org/10.3406/jatba.1961.6902> https://www.persee.fr/doc/jatba_0021-7662_1961_num_8)
- 201. Prescrire (2007):** Bien utilisé les plantes en situations de soins, numéro spécial été, T. 27, n° 286
- 202. Préservons la nature.fr :**
 - **2022 :** <https://www.preservons-la-nature.fr/flore/taxon/1825.html>
 - <https://www.preservons-la-nature.fr/flore/taxon/2903.html>
 - **2023:** <https://www.preservons-la-nature.fr/flore/taxon/777.html>
 - **2024 :** <https://www.preservons-la-nature.fr/flore/taxon/3875.html>
- 203. Prota prota 4u. org (2011):**
<https://protaprotat4u.org/protav8.asp?fr=1&p=Linum+usitatissimum>
- 204. Quelle est cette plante. fr:**
 - **2023 :** <https://quelleestcetteplante.fr/especes.php?genre=Artemisia&variete=absinthium>
 - <https://www.quelleestcetteplante.fr/especes.php?genre=Paronychia&variete=argentea>
 - **2024 :** <https://quelleestcetteplante.fr/especes.php?genre=Scrophularia&variete=canina>
- 205. Quézel P. et Santa S., (1963):** Nouvelle flore de l'Algérie et des régions désertiques Méridionales, CNRS, Tome II, 218-940. Paris : Centre national de la recherche scientifique (CNRS).
- 206. Quezel, P. et Santa, S., (1962):** Nouvelle flore de l'Algérie et des régions désertiques méridionales. T 1. Paris : Centre national de la recherche scientifique (CNRS).
- 207. Regehr D. L. et El Brahli A. (1995):** Wild Jujube (Ziziphus lotus) Control in Morocco.
- 208. Rieger M., (2006):** Introduction to fruit crops. Food Products Press, Binghamton.
- 209. Roberto C. (1982):** Les plantes médicinales. Guide vert. Solar, Paris, 500p.
- 210. Rsaissi N. et Bouhache M. (2002)** La lutte chimique contre le jujubier. Transfert de technologie en agriculture. p 94.
- 211. Sadoudi et Latreche (2017),** étude ethnobotanique et caractéristique phytochimique des plantes médicinales a effet antimicrobien (master en biologie), Univ. M'Hamed Bougara Boumerdes.68p).

212. **Sahi. L, 2016**, La dynamique des plantes aromatiques et médicinales en Algérie, p 101
213. **Salon des solidarites.org (2018)**: (<https://www.salondessolidarites.org/plantes-medicinales-vertus-et-bienfaits-pour-la-sante%E2%80%89/>)
214. **Sauvage. Ch, 1961**: Recherches géobotaniques sur le chêne liège au Maroc. Thèse Doct. Etat, Montpellier, Trav. Inst. Sci. Chérifien, Série Botanique. Pp : 21- 462.
215. **Schauenberg Paul, 1977**, guide des plantes médicinales, 500 pages, Paris
216. **Scoggan H. J., (1979)**: Flora of Canada. Musées nationaux du Canada, Ottawa (Ontario).
217. **Sebia. M et Boudali. M, 2012**, La phytothérapie entre la confiance et méfiance. Institut de formation paramédical CHETTIA Mémoire professionnel infirmier de la santé publique. (2012). La Phytothérapie entre la confiance et méfiance. Mémoire professionnel d'infirmier de la sante publique. Institut de formation paramédical, Alger, p 9.
218. **Selles Chaouki (2012)** : Valorisation d'une plante médicinale à activité antidiabétique de la région de Tlemcen : *Anacycluspyrethrum* L. Application de l'extrait aqueux à l'inhibition de corrosion d'un acier doux dans H_2SO_4 0.5M. Thèse Doctorat en sciences physiques. Univ. Abou Bekr Belkaid (Tlemcen), faculté des sciences département de chimie, option chimie physique.
219. **Selwa Lahmadi, Hadjer Guesmia, Reguia Zeguerrrou (2018)** : Flore de la plaine d'El Outaya (Ziban). CRSTRA, 2^{ème} édition 2018. La directrice de la publication: Fattoum Lakhdari
220. **Semences du puy.com (2023)** : <https://www.semencesdupuy.com/graminees/3523-stipatenacissima.html>
221. **Shahid Akbar (2020)**: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-16807-0_44
222. **Shauenberg P. (2005)**: Guide des plantes médicinales: analyse, description et utilisation de 400 plantes. Paris: Delachaux Editions 2005.
223. **Société française d'ethnopharmacologie plantes médicinales et pharmacopées traditionnelles, (2023)** : <http://www.ethnopharmacologia.org/definition/>.
224. **Sofowora. A, 2010**, Plantes médicinales et médecine traditionnelle d'Afrique. Ed. Karthala, France, 378 p. substances végétales d'Afrique d'orient et d'occident. Ed Edas Alger. 368p.
225. **Soltner. D, 1987**: Les bases de la protection végétale. Tom II, 4^{ème} édi. Sci et Tech. Agr. Sainte Gène sur la Loire. France. 466 p
226. **Steward, J. H. (1969)**: Arid Zone Climate Classification: A Simplified Approach. In: Arid Lands Research. Journal of Climatology and Meteorology, 12(2), pp. 155-170.
227. **Strang. C, 2006**, Larousse médicale. Ed Larousse.
228. **Sumaira. A, Rahman. H U, (2013)**: Biological activities of *Prunuspersica* L. batch.

- Journal of Medicinal Plants Research, 7(11):987-951
- 229. Sun Hwang, L., (2005):** Sesame oil. In: Fereidoon Shahidi (Ed.), Bailey's Industrial Oil and Fat Products, Sixth Edition, Six Volume Set, John Wiley & Sons
- 230. Sylvie RemalPuigmal (2014):** Approche morphologique et moléculaire du genre *Verbascum* L.
- 231. Tardío J. ; Sánchez-Mata M. C. ; Morales R. ; Molina M., et al. (2016):** Ethnobotanical and Food composition Monographs of Selected Mediterranean Wild Edible Plants (Chapter 13). Springer Science + Business Media New York. P 273-470
- 232. Tauheed A., Hamiduddin. et Akhtar A. (2017) :** Aqarqarha (*Anacyclus pyrethrum* DC) a potent drug in Unani medicine: A review on its historical and phyto-pharmacological perspective. *J PharmSciInnov*, 6: 22-28.
- 233. Techno science. net (2023) :** <https://www.techno-science.net/glossaire-definition/Persil.html>.
- 234. Tela botanica.org :**
- **2021 :** <https://www.Tela botanica.org/bdtx-nn-70417-description>. *Urtica membranacea* Poir.
 - <https://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-38070-ethnobotanique>
 - **2023:** <https://www.Tela botanica.org/bdtx-nn-31557-synthese>.
 - <https://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-4134-synthese>
 - <https://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-48428-synthese>
 - <https://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-57881-synthese>.
 - <https://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-75277-synthese>
 - <https://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-75405-synthese>
- 235. Terrones, A. (1990):** Sesame, safflower seek new impetus in Mexico. International news on fats, oils and related materials (USA).
- 236. The Qur'anic Botanic Garden (2023):** <https://qbg.org.qa/ar-qbg-plants/>, 2023 (النباتات الحديث حديقة القرآن النباتية), The Qur'anic Botanic Garden (حديقة القرآن النباتية)
- 237. Thurzova. L, 1978,** Les plantes-santé qui poussent autour de nous; Elsevier Séquoia; P 268.
- 238. Tout sur la botanique. fr (2023):** <https://www.jean-marc-gil-toutsurlabotanique.fr/page/introduction-a-la-botanique/les-vegetaux/les-plantes-vivaces/nomenclature-des-plantes-vivaces/ruta-chalepensis-rue-de-chalep.html>
- 239. Tutin, T.G., Heywood V.H., Burges N.A., Moore, D.M., Valentine, D.H., Walters, S.M. & Webb D.A., (1968):** Flora europaea, volume 2, Rosaceae to Umbelliferae. Cambridge University Press.

240. Virginie T. site promesse de fleurs.com (2022):

<https://www.promessedefleurs.com/conseil-plantes-jardin/fichefamille/ricin-commun-plantation-semis-culture/>

241. Voisin P. (2004): Le Souf. Ed. El-Walia de El-Oued.

242. Walker J. B., Kenneth J., Treutlein J. et Wink. M. (2004) : *Salvia* (lamiaceae) is not monophyletic: Implications for the systematics, radiation, and ecological specializations of *Salvia* and tribe Mentheae. *American Journal of Botany*, 91 (7), 111.

243. Wang W. Q., Ben Daniel B. H., et Cohen Y., (2004): Extracts of *Inula viscosa* control downy mildew caused by *Plasmopara viticola* in grapevines. (Abstr.) *Phytoparasitica* 32:208.

244. Webster, A. D., (2005). The origin, distribution and genetic diversity of temperate tree fruits. Pages 1-11 in J. Tromp, A. D. Webster, S. J. Wertheim, dir. *Fundamentals of Temperate Zone Tree Fruit Production*. Backhuys Publishers, Leiden, Pays-Bas.

245. WHO (2007): Monographs on selected medicinal plants, Vol 3, WHO Press, Geneva

246. Wichtl M., Anton R. (2003) : *Plantes thérapeutiques*. EMI/Tec et Doc, Lavoisier, Paris

247. Wikipedia.org :

- **2010** : https://fr.Wikipedia.org/wiki/Chou_cabus
- **2019** : https://fr.Wikipedia.org/wiki/Thuya_de_Chine
- **2022** : https://fr.Wikipedia.org/wiki/Fenouil_commun;
- <https://fr.Wikipedia.org/wiki/Serpolet>;
- **2023** : [https://fr.wikipedia.org/wiki/C%C3%A9leri#:~:text=Le%20c%C3%A9leri%20\(Apium%20graveolens%20L,racine%20tub%C3%A9ris%C3%A9e%20consomm%C3%A9es%20comme%20l%C3%A9gumes](https://fr.wikipedia.org/wiki/C%C3%A9leri#:~:text=Le%20c%C3%A9leri%20(Apium%20graveolens%20L,racine%20tub%C3%A9ris%C3%A9e%20consomm%C3%A9es%20comme%20l%C3%A9gumes).
- https://fr.Wikipedia.org/w/index.php?title=Thymus_vulgaris&oldid=205801921
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Marrube_blanc
- <https://fr.Wikipedia.org/wiki/Alfa>
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Anis_vert
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Crataegus_monogyna
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Eucalyptus_globulus:
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Figuier_de_Barbarie
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Grenadier_commun
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Moringa_oleifera
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Pyr%C3%A8tre_d%27Afrique
- **2024** : https://fr.Wikipedia.org/wiki/Laurus_nobilis, 2024
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Cresson_alénois
- https://fr.Wikipedia.org/wiki/Apium_nodiflorum (février 2024)

- 248. Wikiphyto.org (2024) :** https://www.wikiphyto.org/wiki/Chou_vert, janv2024
- 249. World Flora Online (2024):** <https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0000456559>
- 250. WREN M., al (2007):** Les plantes médicinales.
- 251. Zaghdoudi. K., (2015):** Optimisation de l'extraction des caroténoïdes à partir du persimmon (*Diospyros kaki* L.), de l'abricot (*Prunus armeniaca* L.) et de la pêche (*Prunus persica* L.): étude photophysique en vue d'une application en thérapie photodynamique (PDT) (Doctoral dissertation, Université de Lorraine).
- 252. Zeghad Nadia (2009):** Etude du contenu polyphénolique de deux plantes médicinales d'intérêt économique (*Thymus vulgaris*, *Rosmarinus officinalis*) et évaluation de leur activité antibactérienne. Diplôme de Magister, Univ des Frères Mentouri, Constantine. Algérie.

ANNEXES

Annexe N° : 01

Liste des espèces végétales non cultivées protégées, conformément au décret n° 12-03 du 10 4 janvier 2012

I - Angiospermes		كاسيات البذور
I-1 - monocotyledones		ذوات الفلقة الواحدة
Nom latin الفصيلة famille السلالة	Nom commun الاسم العادي	Nom vernaculaire مع الاسم المترجم مع الاسم المحلي
ALISMATACEAE :		أليسمتاسي :
<i>Damasonium polyspermum</i> Var : <i>eupolyspermum</i>	Etoile d'eau à nombreuses graines	دماسونيوم بوليسبارموم
BUTOMACEAE :		بيتوماسي : منازيات
<i>Butomus umbellatus</i>	Jonc fleuri	بيتوميس أمبيلاتوس
CYMODOCEAE :		سيمودوسي :
<i>Cymodocea nodosa</i>		سيمودوسيا نودوزا
CYPERACEAE :		سيبيراسي : سعديات
<i>Carex elata</i>	Laïche élevée	كاريكس ايلاتا (سعادي)
<i>Carex hirta</i>	Carex hérissé	كاريكس هيرتا
<i>Carex mairii</i>	Carex de Mairie	كاريكس ميرري
<i>Carex pseudocyperus</i>	Carex faux souchet	كاريكس بسودوسيباروس
<i>Cyperus bulbosus</i>	Souchet bulbeux	سيبيروس بيلبوزوس
<i>Cyperus corymbosus</i>	Souchet	سيبيروس كوريمبوزوس
<i>Cyperus globosus</i>	Souchet globuleux	سيبيروس غلوبوزوس
<i>Cyperus longus eu-longus</i>	Souchet long (souchet odorant)	سيبيروس لونغوس أو - لونغوس
<i>Cyperus michelianus eu-michelianus</i>	Souchet (Scirpe) de Micheli	سيبيروس ميكيليانوس أو - ميكيليانوس
<i>Cyperus polystachyos</i>	Souchet à plusieurs épis	سيبيروس بوليستاكايوس
<i>Fimbristylis dichotoma</i>	Fimbristylis dichotome	فيمبريستيليس ديكوتوما
<i>Fimbristylis ferruginea</i>		فيمبريستيليس فيروجينيا
<i>Fuirena pubescens</i>	Fuirene pubescent	فويرينا بيبسانس
<i>Heleocharis caribaea</i>	Heleocharis des Caraïbes	هيليوكاريس كاريبايا
<i>Rhynchospora glauca</i>	Rhynchospora	رانكوسبورا غلوكا

ANNEXE (suite)

NAJADACEAE :		ناجاداسي :
<i>Najas arsenariensis (muricata)</i>	Najade	ناجاس أرسيناريانسييس (موريكاتا)
<i>Najas graminea</i>	Najade graminée	ناجاس غرامينيا
<i>Najas pectinata</i>	Najade pectinée	ناجاس بيكتيناتا
ORCHIDACEAE :		أوركيداسي : سحلبيات
<i>Neottia nidus-avis</i>	Néottie nid d'oiseau	نيوسيا نيدوس افيس
<i>Ophrys pallida</i>	Ophrys mouche pâle	أوفريس باليدا (الحيه و الميته)
<i>Ophrys sphegodes moesziana</i>	Ophrys araignée	أوفريس سفيغوديس موسيزيانا (الحيه و الميته العنكبوتية)
<i>Orchis collina</i>	Orchis des collines	أوركيس كولينا (الحيه و الميته للتل)
<i>Orchis coriophora ssp fragrans</i>	Orchis à punaise	أوركيس كوريفورا فراغرانس (الحيه و الميته)
<i>Orchis coriophora ssp martini</i>	Orchis à punaise	أوركيس كوريفورا مارتيني (الحيه و الميته)
<i>Orchis elata ssp Durandoi</i>	Orchis à feuilles larges	أوركيس ايلاتا ديراندوا (الحيه و الميته ذات أوراق واسعة)
<i>Orchis elata ssp mynbiana</i>	Orchis à feuilles larges	أوركيس ايلاتا مانبيانا (الحيه و الميته ذات أوراق واسعة)
<i>Orchis italica</i>	Orchis d'Italie	أوركيس ايتاليكا (الحيه و الميته الإيطالية)
<i>Orchis longicornu</i>	Orchis à éperon allongé	أوركيس لونجيكورنو (حفارة مهرة)
<i>Orchis mascula ssp euhmascula</i>	Orchis coralline (mâle)	أوركيس ماسكولا أو ماسكولا (الحيه و الميته - السحلب الذكر)
<i>Orchis mascula ssp olbiensis</i>	Orchis coralline	أوركيس ماسكولا أولبيانسييس (الحيه و الميته)
<i>Orchis morio picta</i>	Orchis bouffon	أوركيس موريو بيكتا (الحيه و الميته)
<i>Orchis palustris var : mediterranea</i>	Orchis des marais	أوركيس بالوستريس نوع : ميديتيراني (الحيه و الميته)
<i>Orchis papilionacea</i>	Orchis papillon	أوركيس بابيليوناسيا (الحيه و الميته)
<i>Orchis patens var : fontanesii</i>	Orchis étalée	أوركيس باتانس نوع فونتانيزي (الحيه و الميته)

ANNEXE (suite)

<i>Orchis provincialis</i> var : <i>lactea</i>	Orchis de Provence	أوركيس بروفانسياليس نوع : لاكتيا (الحية و الميتة)
<i>Orchis pupurea</i>	Orchis pourpré	أوركيس بوربوريا (الحية و الميتة)
<i>Orchis simia</i>	Orchis signe	أوركيس سيميا (الحية و الميتة)
<i>Orchis sulphurea</i> var : <i>markusi</i>	Orchis soufrée	أوركيس سولفوريا نوع : ماركوسي (الحية و الميتة)
<i>Orchis tridentata</i> <i>lactea</i>	Orchis tridenté	أوركيس تريذنتاتا لكتيال (الحية و الميتة)
<i>Platanthera algeriensis</i>	Platanthère	بلانتثيرا ألجيرينسيس
POLYCOCEAE /GRAMINEAE :		بواسي / غراميني : النجيليات
<i>Agropyropsis lolium</i>		أغروبوروبسيس لوليوم
<i>Aristida brachyptera</i>	Aristide	أريستيدا براكيبتيرا
<i>Aristida foexiana</i>	Aristide	أريستيدا فوكسيانا (الموس - بلول)
<i>Avena breviaristata</i>	Avoine	أفينا بريفيارستاتا
<i>Bromus garamas</i>	Brome	بروموس غراماس (شعر الحلوف - بعل الفار)
<i>Bromus racemosus</i> ssp <i>commutatus</i>	Brome rameux	بروموس راسيموسوس كوموتاتوس
<i>Catabrosa aquatica</i>	Catabrosa aquatique	كتابروزا اكواتيكا
<i>Cœlachyrum oligobrachiatum</i>	Célachyre à court épi	كيلاكيروم اوليغوبرا كياتوم (ازلن)
<i>Eragrotis tricophora</i>	Eragrostide	ايراغروتيس تريكوفورا
<i>Festuca algeriensis</i>	Fetuque d'Algérie	فستوكا ألجيرينسيس
<i>Coeleria balansae</i>		كوليريا بالونسي
<i>Aspalidium obtusifolium</i>		بسيليديوم أوتوسيفوليوم
<i>Phalaris arundinacea</i>	Paturin des forêts	فالاريس ارانديناسيا
<i>Poa nemoralis</i> ssp <i>eu-nemoralis</i>		بوا نيموراليس أو - نيموراليس
<i>Sorghum annuum</i>		سورغوم انوم
<i>Trisetaria nitida</i>	Vulpin d'obter	تريسيتاريا نيتيدا
<i>Tulpia obtusa</i>		فولبيا اوبتوزا (سبولة القمح)

ANNEXE (suite)

POTAMOGETONACEAE :		بوتاموجتوناسي :
<i>Potamogeton hoggarensis</i>	Potamot Pied d'eau du Hoggar	بوتاموجيتون أوغرئيسيس (أفرنعمان)
<i>Posidonia oceanica</i>	Posidonie	بوزيدونيا اوسيانিকা (عشبة البوزيدونيا)
SPARGANIACEAE :		سبرغانيسيا : سافرة/نبات مائي
<i>Sparganium erectum ssp polyedrum</i>	Rubancier	سبرغانيوم أريكتوم بوليديروم
TYPHACEAE :		تيفاسي : البوطيات
<i>Typha elephantina</i>	Massette	تيفا إيليفانتينا (تاهلي - بوردي)
<i>Typha latifolia ssp eu-latifolia</i>	Massette (quenouille) à large feuilles	تيفا لاتيفوليا أو-لاتيفوليا (تاهلي)
I - 2 - Dicotyledones		ديكوتيلودون (ذوات الفلقتين)
ACERACEAE :		أسيراسي : القيقبيات
<i>Acer campestre</i>	Erable champêtre	أسار كامبيستريس (أسفندان - كيكوب)
<i>Acer obtusatum</i>	Erable obtus	أسار أوبستوساتوم (عريش - تفيقة)
<i>Acer opalus</i>	Erable opale, à feuilles d'obier	أسار اوبالوس (تفيقة - سيفمور)
AIZOACEAE :		ايزواسي :
<i>Mesembryanthemum Gaussonii</i>	Ficoïde	ميزومبريونتيميوم غوسيني
<i>Mesembryanthemum Theurkaufii</i>	Ficoïde	ميزومبريونتيميوم تركوفي
AMARANTHACEAE :		أمرونثاسي : قطيفيات
<i>Alternanthera sessilis (Ilcebrum sessilis)</i>	Althernanthère à pétiole carré, herbe à alligators sessile	ألثيرنانتيرا سسيليس (إلسيبروم سسيليس)
ANACARDIACEAE :		أنكردياسي : بطميات
<i>Pistacia atlantica</i>	Pistachier de l'Atlas	بيستاسسا أتلانتیکا (بطم - بطوم)
<i>Rhus coriaria</i>	Sumac des corroyeurs, roux,	روس كورياريا (سوماك)
ASCLEPIADACEAE :		أسكليبياداسي : صقلابيات
<i>Caralluma venenosa</i>	Taiberou	كرالوما فيننوزا (تايبرو)
ASTERACEAE/COMPOSEAE :		أستيراسي / كمبوزي : مركبات/سفلقيات
<i>Andryala floccosa</i>	Andryale	أندريالا فلوكوزا

ANNEXE (suite)

<i>Andryala nigricans</i>	Andryale	أندريالا نيغريكانس
<i>Andryala spartioides</i>	Andreala sparte	أوندريالا سبارتيويداس (بوناييل)
<i>Anthemis chrysanta</i>	Anthemis	أنتيميس كريزانقا
<i>Anvillea radiata Var australis</i>	Anvillea rayonnante d'Australie	أنفيليا رادياتا نوع أوستراليس (خرف - عرفج - شجرة الصب - عين البقرة)
<i>Artemisia atlantica</i>	Armoise de l'Atlas	أرتيميزيا أتلانتيكا (شيخ الاطلس)
<i>Atractilis caerulea</i>	Atractyle	أتراكتيليس كارولا (حداد)
<i>Bellis annua Var. vergens</i>		بيليس أنويا نوع : فارجانس (بريانية)
<i>Bellis repens</i>	Pâquerette	بيليس روبانس (رزيمة)
<i>Bidens tripartita</i>	Bident à feuilles tripartites	بيدانس تريبارتيتا
<i>Blumea gariepina</i>		بلوميا غاريبينا
<i>Calendula monardi</i>	Souci	كلاندولا موناردي (موريرة)
<i>Carduncellus chouletianus</i>	Cardoncelle	كاردانسيلوس كوليتيانوس
<i>Carduncellus ilicifolius</i>		كاردانسيلوس اليسيفوليوس
<i>Carduncellus rhaponticoïdes</i>	Chardon	كاردانسيلوس رابونتيكويداس (حافر البغل - كيوش الحمير)
<i>Carlina atlantica</i>	Carline de l'Atlas	كارلينا أتلانتيكا (بونقار)
<i>Carthamus strictus</i>	Carthame	كرتموس ستريكتوس (كنجر)
<i>Centaurea alpina</i>	Centauree des Alpes	سانتوريا البينا (عشب النساء - عشب القنفوذ - عين البومة)
<i>Centaurea amara Rapollon</i>		سانتوريا امارا رابولون (سقية)
<i>Centaurea microcarpa</i>		سانتوريا ميكروكاربا
<i>Centaurea nicaeensis ssp walliana</i>		سانتوريا نيكانسيس واليانا
<i>Centaurea omphalotricha</i>		سانتوريا اومفالوتريكا
<i>Centaurea senegalensis</i>	Centauree du Sénégal	سانتوريا سينغالانسيس (بلالة)
<i>Centaurea tougourensis foucauldiana</i>		سانتوريا توغورانسيس فوكولديانا
<i>Centaurea phaeolepis Var : phaeolepis</i>		سانتوريا فايولوبيس نوع فايولوبيس

ANNEXE (suite)

<i>Chrysanthemum raboudianum reboudianum</i>	Chrysanthème	كريزانثيموم رابوديانوم رابوديانوم (أوقليز)
<i>Cirsium kirbense</i>	Circe	سيرسيوم كيربانس (بسوس العيد)
<i>Cotula anthemoides</i>	Awleslis	كوتولا أنتيمونيداس
<i>Crepis claryi</i>	Crepide de Clary	كربيس كلاري (بد الرض)
<i>Crepis clausis (clausonis)</i>		كربيس كلونيس (كلوزونيس)
<i>Crepis faureliana</i>	Crepide de Faurel	كربيس فوريليانا (بد الرض)
<i>Crepis suberostris ssp arenaria</i>		كربيس سوبروستريس أريناريا
<i>Crupina vulgaris</i>	Crupine vulgaire, commune	كروبينا فولغاريس (دومران - تاتسنت)
<i>Evax mauritanica</i>	Evax de Mauritanie	ايفاكس موريتانكا (ألم)
<i>Filago fuscescens</i>	Cotonnière	فيلغو فوسيسانس
<i>Filago pomelii</i>	Filago de Pomel	فيلغو بوميلي (تايمية)
<i>Gnaphalium uliginosum Var : vaillantii</i>	Gnaphale des fanges	غنالفاليوم أوليجينوزوم نوع : فايلانتي
<i>Hieracium amplexicaule atlanticum</i>	Epervière eamplexicaul	ايراسيوم أمبليكسيكول اتلانتيكوم (عريشة)
<i>Hieracium ernesti</i>	Epervière d'Ernest	ايراسيوم ايرنستي (عريشة)
<i>Hieracium faurelianum</i>	Epervière de Faurel	ايراسيوم فوريليانوم (عريشة)
<i>Hieracium humile</i>	Epervière humble	ايراسيوم أوميل (معريشة)
<i>Hieracium juranum ssp subperfoliatum</i>		ايراسيوم جورانوم سوبار فولياتوم
<i>Hieracium peyerimhoffi</i>	Epervière de Peyerimhoffi	ايراسيوم بيريموفي (عريشة)
<i>Hypochoeris claryi</i>	Hypochoeris de Clary	ايبوكوريس كلاري (لبن - حودلة - سريس)
<i>Hypochoeris saldensis</i>	Porcelle	ايبوكوريس سالدانسيس
<i>Launaea anomala</i>	Launaea anomale	لونيا انومالا (كباد - سداة)
<i>Mantisalca delestrei</i>		مانتيسالكا ديلستري
<i>Mecomischnus pedunculatus</i>	Fradinia à fleurs pedonculées	ميكوميسكوس بيدانكولاتوس (أم علوس)
<i>Omensis lonadioides</i>	Cammomille à feuilles longues	أومانسيس لوناديويدياس (أشديق - بانوج)

ANNEXE (suite)

<i>Onopordon algeriense</i>	Carde d'Algérie	ونوبوردون ألبيرينس (أفريز - بوداود)
<i>Pegoletia dubiefiana</i>	Pegolette du Hoggar	بيغوليتيا دوبيفيانا (لسان الحنش)
<i>Pentzia monodiana</i>	Tehatit	بانزيا مونوديانا (تياهاتيت)
<i>Phagnalon garamantum</i>	Phagnalon	ناغنالون غرامونتوم (طعام الأرنب - عرفاج)
<i>Picris comosa Var. rubiginosa</i>	Picride Kabyle	بيكريس كوموزا نوع : روبيجينوزا (المرّة)
<i>Pulicaria Arabica Var: inuloides</i>	Pulicaire Amayou	بوليكاريا أرابيكا نوع : إنولواييداس
<i>Pulicaria filaginoides</i>	Pulicaire filamenteuse	بوليكاريا فيلاجينويدياس (طعام الطير - عطاس)
<i>Pulicaria laciniata</i>		بوليكاريا لاسينياتا
<i>Pulicaria lothi</i>	Pulicaire de Lothe	بوليكاريا لوثي (طعام الطير)
<i>Pulicaria sicula Var : radiata</i>	Pulicaire à gaines	بوليكاريا سيكولا نوع : رادياتا (طعام لطيّر - حشيشة قملية - عطاس)
<i>Pulicaria vulgaris ssp Pomelia</i>	Pulicaire commune	بوليكاريا فولغاريس بوميليا (طعام الطير - عمس - عطاس)
<i>Senecio gallerandianus</i>	Seneçon de Galle	سينيسيو غاليرانديانوس (عشبة العجوزة - حشيشة الأرض)
<i>Serratula tinctoria</i>	Serratula tinturière	سيراتولا تينكتوريا
<i>Taraxacum getulum</i>	Pissenlit	ناراكساكوم جيتولوم (ضرسة العجوزة - حببية الشيطان)
<i>Tragopogon porrifolius ssp macrocephalus</i>	Salsifis à feuilles de poireau, Salsifis cultivé	تراغوبوغون بوريفوليوس ماكروسفالوس
<i>Varthemia sericea ssp, virescens</i>	Varthema verte	نارتيما سيريسيا فيريسانس (مرارة - بالمرتيقة)
<i>Varthemia sericea ssp, incanescens</i>	Varthema blanche	نارتيما سيريسيا أنكانيسانس (مرارة - تلمرتيقة)
<i>Volutaria saharae</i>	Aouhentet	نولوتاريا صحاري (أوهنتات)
BERBERIDACEAE :		بيربيريداسي : بيرباريسيات
<i>Epimedium perralderianum</i>	Epimède des montagnes	يبيمديوم بيرالديرينوم (كسيلي الجبل)

ANNEXE (suite)

BORAGINACEAE :		بوراجيناسي : محمليات
<i>Cordia rothii</i>	Cordia	كورديا روتي (غراف)
<i>Heliotropium luteum</i>	Héliotrope jaune	ايليو تروبيوم لوتوم (مداب أصفر)
<i>Heliotropium strigosum</i>	Héliotrope	ايليو تروبيوم ستريفوزوم (مداب خشن)
<i>Rindera gymandra</i>	Rindera	رينديرا جيمانديرا
<i>Solenanthes tubiflorus</i>	Solenanthes	سولينانثوس توبيفلوروس (طابع العود)
BRASSICACEAE/CRUCIFERAE :		براسيكاسي / كروسيفيري : الصليبيات
<i>Arabis doumetii</i>	Arabette de Doumi	أرابيس دوميتي (حارت الجبل)
<i>Brassica dimorpha</i>	Choux à deux formes	براسيكا ديمورفا (عشعاش - أسلوس)
<i>Brassica spinescens</i>	Choux épineux	براسيكا سبينسانس (أفزان - أرزاز)
<i>Cardamine parviflora</i>	Cardamine à petites fleurs	كاردامين بارفيفلورا
<i>Crambe kralikii</i>	Crambe, Afahalar	كرامب كراليكي (حرفي - قمح الحجلة - قمح العجمي - ملفوف بحري - أفرحلاغ)
<i>Eruca setulosa</i>	Roquette	إيروكا سيتولوزا (تانكفيت - بغلة عيشة)
<i>Iberis peyerimhoffi</i>	Thlapsi des jardins	إيبيريس بييريموفي (حرفة)
<i>Isatis djurdjurae</i>		إيزاتيس جرجري (المسوسة)
<i>Kremiella cordylocarpus</i>	Kremiella à fruits en forme de cœur	كريميلا كورديلوكاربوس (قلبية)
<i>Lepidium latifolium</i>	Passerage à feuilles larges	ليبيديوم لاتيفوليوم
<i>Maresia malcolmioides</i>	Maresia	مازييا مالكولميوداس (حفنية)
<i>Moricandio foleyi</i>	Moricande	موريكانديو فوليي (فول الإبل - أفرفار - كرمب الجمل)
<i>Otocarpus virgatus</i>	Otocarpus vulgaire	أوتوكاربوس فيرغاتوس (سنافة - سنافو)
<i>Oudneya africana</i>		أودنيا أفريكانا (حنة ليبال)
<i>Rorripa amphibia</i>	Cresson amphibie	روريبا أمفيبيا
<i>Thlaspi bulbosum ssp atlanticum</i>	Tabouret	تلاسبي بولبوزوم أتلانتيكوم
BUXACEAE :		بيكساسبي : بقسيات
<i>Buxus balearica</i>	Buis de Mahon	بوكسوس باليريكا

ANNEXE (suite)

<i>Buxus sempervirens</i>	Buis commun	بوکسوس سامبیرفيرانس (باکس)
CALLITRICHACEAE :		کالیتريکاسي : بهانيات الشعر
<i>Callitriche hermaphroditica ssp clausonis</i>	Callitriche	کالیتريش إيرمافروديتیکا کلوزونيس
<i>Callitriche palustris ssp polymorpha</i>	Callitriche	کالیتريش بالوستريس بوليمورفا
CAMPANULACEAE :		کامبنيلاسي : چريسيات
<i>Campanula alata</i>	Campanule	کامبانولا آلاتا (جرسة)
<i>Campanula aurasiaca</i>	Campanule d'Aurasie	کامبانولا أوراسيكا (تامزغوت - جرسة)
<i>Campanula barborensis</i>	Campanule des Babors	کامبانولا باربورانسيس (نطعات - جرسة)
<i>Campanula numidica</i>	Campanule de Numidie	کامبانولا نوميدیکا (جرسة نوميديا)
<i>Campanula trichocalycina</i>		کمبانولا تريکوکاليسينا
<i>Laurentia bicolor</i>		لورانسيا بيکولور
<i>Specularia juliani</i>	Spéculaire	سبيکولاريا جولياني
<i>Wahlenbergia bernardi</i>	Campanule de Bernard	والانبارجيا بيرناردي (جرسة)
CAPPARIDACEAE :		کباريداسي : کبريات
<i>Boscia senegalensis</i>		بوسيا سينيفلنسيس
<i>Maerua crassifolia</i>	Merru à feuilles épaisses	ميرويا کراسيفوليا (عجار - عکرمة - سارح - مرجة - أتيل)
CAPRIFOLIACEAE :		کاپريفولياسي : خمانيات/بلسانيات
<i>Lonicera kabylica</i>	Chèvrefeuille	لونيسيرا کابليکا (تيسكي)
<i>Viburnum lantana var glabratum</i>	Viorne lantane	فيورنوم لانتانا نوع: غلابراتوم (الرنند)
CARYOPHYLLACEAE :		کاريوفيلياسي : قرنفليات
<i>Buffonia chevallieri</i>		بوفونيا شوفاليري
<i>Cerastium anomalum</i>	Céraïste	سيراستيوم أنومالوم
<i>Moehringia stellarioides</i>	Sabline	مورينجيا ستيلاريونيداس
<i>Polycarpaea repens</i>	Polycarpe rampant	بوليکارپيا ريبانس (صوفية - عربيث)
<i>Sagina procumbens</i>	Sagine couchée	ساجينا بروکومبنس

AINEAE (SUITE)

<i>Silene cirtensis</i>	Silène de cirte	سيلان سيرتانسيس (علك الذبان)
<i>Silene colorata ssp amphorina</i>		سيلان كولوغاتا أومفورينا (قسمير)
<i>Silene ghiarensis</i>	Silène du gharbe	سيلان غيرانسيس (كعلي - علك الذبان)
<i>Silene glaberrima</i>	Silène glabre	سيلان غلابيرما (علك الذبان)
<i>Silene pseudovestita</i>	Silène couvert	سيلان بسودوفستيتا (علك الذبان)
<i>Silene reverchoni</i>	Silène renversé	سيلان رفاركوني (علك الذبان)
<i>Silene sedoides</i>	Silène faux-Sédum	سيلان سيدوثيداس
<i>Silene sessionis</i>	Silene sessile	سيلان سيسيونيس (علك الذبان)
<i>Silene velutinoïdes</i>	Silene velu	سيلان فيلوتينوئيداس (علك الذبان)
<i>Spergularia tenuifolia</i>	Spergulaire à feuilles fines	سبيرغولاريا تينوفوليا (شريعة - بساط الملوك)
<i>Spergularia doumerguaei</i>		سبيرغولاريا دومرغاي
<i>Spergularia fontenellei</i>	Spergulaire des fontaines	سبيرغولاريا فونتينييلي (حبة الحليب - شريعة)
<i>Spergularia pycnorhiza</i>	Spergulaire à racines ponctuées	سبيرغولاريا بيكنوريزا (حشيش الغزال - بساط الملوك)
<i>Spergularia salina ssp microcarpa</i>	Spergulaire saline	سبيرغولاريا سالينا ميكروكاربا
CELASTRACEAE :		سيلاستراسي : قاتيات / حرايبات
<i>Evonymus latifolius Var kabylicum</i>		إيفونيموس لتيفوليوس نوع كابيليكوم
CERATOPHYLLACEAE :		سيراتوفيلاسي :
<i>Ceratophyllum submersum</i>	Cératophylle inerme, cornifle submergé	سيراتوفيلوم سوبمرسوم
CHENOPODIACEAE :		كينوبوديسلي : سرمقيات
<i>Anabasis prostrata</i>		أناباسيس بروستاتا (الذقع)
<i>Atriplex coriacea</i>	Arroche à feuilles coriaces	أتربلاكس كوريسيا (جل - أرماس)
<i>Atriplex mollis</i>	Arroche à feuilles molles	أتربلاكس موليس (قطاف)
<i>Oreboliton thesioides</i>		أوريبوليتون تيسيونيداس
<i>Salicornia europea</i>	Salicorne d'Europe	ساليكورنيا أوروبيا

ANNEXE (suite)

CISTACEAE :		سيستاسي :
<i>Cistus rerhayensis</i>	Ciste	سيستوس ريريانسييس (أرنود)
<i>Halimium umbellatum</i>	Halimium ambellée	أليميوم أمبيلتوم (عطي)
<i>Helianthemum eriocephalum</i>	Helianthème à capitules laineux	إلينتيموم إيريوسيفالوم (رقيقة - فقعة - زفزال)
<i>Helianthemum helianthemoides fontanesii</i>	Helianthème d'helianthème	إلينتيموم إيليانتمواثيداس (حميرة - رقة - رقيقة)
<i>Helianthemum geniorum</i>	Helianthème	إلينتيموم جينيوروم (تاحننت)
<i>Helianthemum getulum</i>	Helianthème	إلينتيموم جيتولوم (سمهاري - لسلس - ورق الترفاس)
<i>Helianthemum lippii velutinum</i>	Helianthème de lippi	إليوننتيموم ليبيي فيلوتينوم (تحسوات - رجيقي)
<i>Helianthemum maritimum</i>	Helianthème maritime	إليوننتيموم ماريتيموم
<i>Helianthemum murbeckii</i>		إليوننتيموم موربيكي (رقيقة)
CONVOLVULACEAE :		كونفولفيلاسي : العليقيات
<i>Convolvulus dryadum</i>	Liseron de Dryad	كونفولفولوس دريادوم (حليب الغزال - بومشنون - طلعلاق)
<i>Convolvulus durandoi</i>	Liseron de Durand	كونفولفولوس دوروندوا (العلايق)
<i>Convolvulus fatmensis</i>	Liseron	كونفولفولوس فاتمانسييس (بومشقون - إمسكن)
<i>Convolvulus supinus brevipes</i>	Liseron couché	كونفولفولوس سوبينوس (ثجيجت - بومشقون)
CRASSULACEAE :		كراسولاسي : المخلدات
<i>Sedum multiceps</i>	Orpin	سيدوم مولتيسابيس
DIPSACEAE :		ديسباسي : ديسباسيات
<i>Scabiosa camelorum</i>	Scabieuse	سكابيوزا كاملوروم
<i>Scabiosa cartenniana</i>	Scabieuse	سكابيوزا كارتينيانا (بومران - حملة - عين تزقيمة)
<i>Scabiosa stellata ssp eu-stellata</i>	Scabieuse	سكابيوزا ستيلاتا أوستيلاتا
<i>Scabiosa succisa</i>	Scabieuse	سكابيوزا سوسيسا

ANNEXE (suite)

ELATINACEAE :		إيلاتيناسي :
<i>Bergia mairei</i>	Berge de maire	بارجيا ميري (عشبة تين ترابي)
<i>Bergia suffruticosa</i>	Berge jaune	بارجيا سوفريتيكوزا (شبة الحجر)
<i>Elatine alsinastrum</i>	Elatine	إيلاتين ألسيناستروم
<i>Elatine brochoni</i>	Elatine de Brochon	إيلاتين بروكوني
<i>Elatine hydropiper Var pedunculata</i>	Elatine	إيلاتين إيدروبيبار نوع : بدانكولاتا
<i>Elatine macropoda</i>	Elatine à longs pédicelles	إيلاتين ماكروبودا
EUPHORBIACEAE :		أوفوربياسي : فريبونيات
<i>Euphorbia dendroides</i>	Euphorbe arborescente	أوفوربيا دنندروإيداس (حبة القعة - حليب الذببة - أم البينة)
<i>Euphorbia hieroglyphica</i>	Euphorbe d'hieroglyphe	أوفوربيا إيروغليفيكا (شدلة - ثلاث)
<i>Euphorbia pilosa</i>	Euphorbe	أوفوربيا بيلوزا
FAGACEAE :		فاقاسي : سومليات
<i>Quercus afares</i>	Chêne Afares	كاركوس أفاراس
FUMARIACEAE :		فومارياسي : شاهترجيات
<i>corydalis solida subsp densiflora</i>		كوريداليس سوليدا دانسيفلورا
<i>Fumaria mairei</i>	Fumeterre de maire	فوماريا ميري (حشيشة السبان - قسيس)
<i>Fumaria munbyi</i>		فوماريا مونبيي (السبان)
<i>Rupicapnos muricaria</i>	Rupicapnos à pointes	روبيكابنوس موريكاريا (ورقن النساء)
GERANIACEAE :		جيرانياسي : فرنوقيات
<i>Erodium asplenioides</i>		إيروديوم أسبلينيونيداس
<i>Erodium battandieranum</i>		إيروديوم بتانديرانوم
<i>Erodium bryonaefolium</i>	Bec de grue	إيروديوم بريونافوليوم (الهر)
<i>Erodium choulettianum</i>	Bec de grue	إيروديوم كوليتيانوم (الهر)
<i>Erodium montanum</i>		إيروديوم مونتانوم
<i>Erodium pachyrhizum</i>		إيروديوم باكيرييزوم

ANNEXE (suite)

HALORRHAGACEAE :		الوفافاسي :
<i>Laurenbergia tetrandra</i>		لورانبارجيا تيترانندرا
HYPERICACEAE :		إيبيريكاسي :
<i>Hypericum aegyptiacum</i>	Millepertuis d'Egypte	إيبيريكوم أيجيبتيكوم (حمرة - برسمون)
<i>Hypericum psilophytum</i>	Millepertuis	إيبيريكوم بسيلوفيتوم (برسلومة)
ILLECEBRACEAE :		إيليسبراسي :
<i>Illecebrum verticillatum</i>	Illécèbre verticillé	إيليسبروم فارتسيلاتوم
LABIATAE/LAMIACEAE :		لابياتي /لامياسي : شفويات
<i>Marrubium alyssoides</i>	Marrube à faux alysse	ماروبيوم أليسويداس (أبركيكو)
<i>Marrubium supinum</i>		ماروبيوم سوبيينوم
<i>Mentha cervina</i>	Menthe des cerfs	مانتا سارفيننا
<i>Origanum floribundum</i>	Origan florifère	أوريغانوم فلوريبونوم (زعتير - رزيمة)
<i>Phlomis bovei</i>	Phlomis	فلوميس بوفاي
<i>Saccocalyx satureoides</i>	Thym	ساكوكالكيس ساتورثيداس (زعتير - عزير الإبل)
<i>Salvia banlansae</i>	Sauge	سالفيا بانلانسي (حبق الإبل - حشيشة كل بلية - بوشوشة)
<i>Salvia jaminiana</i>	Sauge	سالفيا جامينيانا (ساق الجمل)
<i>Satureja baborensis</i>		ساتوريجا بابورنسيس
<i>Satureja hispidula</i>	Sariette hispide	ساتوريجا إسبيدولا (زعتير - ليمران - كيلو)
<i>Satureja juliana</i>		ساتوريجا جوليانا
<i>Satureja pomelii</i>	Calament de pomel	ساتوريجا بوميلي (زعتير - كليو)
<i>Sideritis maura</i>	Crapaudine	سيدريتيس مورا
<i>Stachys guyonniana</i>	Epiare des Aurès	ستاكيس قيونيانا (سبولة الأوراس)
<i>Stachys mialhesi</i>	Epiare de Kabylie	ستاكيس مياسي (سبولة القبائل)
<i>Teucrium atratum</i>	Germandrée noire	توكريوم أتراتوم (عياق - عود الأبيض)

ANNEXE (suite)

<i>Teucrium kabylicum</i>	Germandrée de Kabylie	توكريوم كابيلىكوم (عياق)
<i>Teucrium mauritanicum</i>	Germandrée de Mauritanie	توكريوم موريتانكوم (عود الأبيخ)
<i>Teucrium polium ssp luteum</i>	Germandrée tomenteuse	توكريوم بوليوم لتوم (تاكمزوت - شانقدورة)
<i>Teucrium santae</i>	Germandrée de Santa	توكريوم سانتي (عياق)
<i>Thymus commutatus</i>	Thym commun	تيموس كوموتاتوس (زعتري)
<i>Thymus dreatensis</i>	Thym	تيموس درياتنسيس (زعتري)
<i>Thymus guyonii</i>	Thym des Aurès	تيموس فيوني (زعتري)
<i>Thymus lanceolatus</i>	Thym à feuilles lancéolées	تيموس لنسيولاتوس (زعتري المدية)
LEGUMINOSAE / FABACEAE :		لغيمينوزي/فاباسي : قطانيات (فول)
<i>Acacia albida (Faidherbia albida)</i>	Kade, balanzan	أكاسيا ألبيدا (فيدربيا ألبيدا) (أهت - أزارا)
<i>Acacia laeta</i>	Gimmora d'Abyssinie	أكاسيا ليتا (أزركي - إسنان)
<i>Acacia raddiana</i>	Acacia seyal	أكاسيا راديانا (طلحة - أيسر)
<i>Acacia scorpioides</i>	Mimosa scorpioide	أكاسيا سكوربيويداس (تسانت - تافرة)
<i>Acacia seyal</i>	Seyal, mimosa épineux	أكاسيا سيال (تني - تمت - ثالثة - حنيكش - سيال - أورف)
<i>Adenocarpus faurei</i>	Adenocarpe	أدينوكربوس فوريي (أورزير)
<i>Adenocarpus umbellatus</i>	Adenocarpe ombellé	أدينوكربوس أومبيلاتوس (أورزير)
<i>Argyrolobium saharae</i>	Argyrolobe du Sahara	أرجيرولوبيوم صحاري (ميماش)
<i>Astragalus akkensis uzzararum</i>	Astragale - khouzir	أستراغالوس أكانسيس أوزاراروم (حشيشة العقرب)
<i>Astragalus geniorum</i>	Astragale	أستراغالوس جينيوروم (عكايفة)
<i>Astragalus renii ssp nemorosus</i>	Astragale de Renii	أستراغالوس ريني نيموروسوس (بوقرن)
<i>Coelachyrum olgobrachyatum</i>		سيلاكيروم أولغوبراكياتوم
<i>Crotalaria vialattei</i>		كروتالاريا فيالاتي
<i>Dorycnium gracile</i>	Dorycnie	دوريكنيوم غراسيل (أفرفار)
<i>Festuca algeriensis</i>	Fétuque d'Algérie	فستوكا ألجيريانسيس

ANNEXE (suite)

<i>Genista erioclada atlantica</i>	Genêt	جنيستا إيريوكلادا أتلانتيكا (قندول بوغريس - عويرة)
<i>Genista saharae</i>	Genêt du Sahara	جنيستا صحاري (بيلقة - مرخ - صديدة - قندول)
<i>Genista spinulosa</i>	Genêt épineux	جنيستا سبينولوزا (قندول - تلوحت - ليلقة)
<i>Genista vepres</i>	Genêt	جنيستا فبريس (قندول - تلزقيت)
<i>Hedysarum perralderianum</i>	Hédysarum	إديزاروم بيرالديريانوم
<i>Lathyrus allardi</i>	Gesse	لاتيروس أالاردي
<i>Lathyrus numidicus</i>	Gesse de Numidie	لاتيروس نوميديكوس
<i>Lotus creticus subsp commutatus</i>	Lotier de Crète	لوتوس كريتيكوس كوموتاتوس
<i>Lotus drepanocarpus</i>		لوتوس دريبانوكارپوس
<i>Lyautea ahmedi</i>		ليوتيا أحمدي
<i>Ononis aragonensis</i>		أونونيس أراغونانسيس
<i>Ononis avellana</i>	Bugrane	أونونيس أفيلانا
<i>Ononis crinita</i>	Bugrane	أونونيس كرينيئا
<i>Ononis megalostachys</i>	Bugrane	أونونيس ميغالوستاكييس (أفزداد)
<i>Ononis natrix ssp angustissima</i>	Bugrane	أونونيس ناتريكس أونغوستيسيما (شديدة)
<i>Ononis rosea</i>	Bugrane	أونونيس روزيا
<i>Tetragonolobus gussonei</i>	Lotier	تيتراغونولوبوس غوسوني (قرنيش)
<i>Trifolium congestum</i>	Trèfle	تريفوليوم كونجستوم (نفل)
<i>Trigonella balachowskyi</i>	Trigonelle de Balachowskyi	تريغونيلا بالاكوسكي (أنثيل)
<i>Vicita fulgens</i>	Vesce écarlate	فيسيتا فولجانس (جلبانة - بخير - حشيش النمل)
LENTIBULARIACEAE :		لونتيبيلارياسي :
<i>Utricularia exoleta</i>	Urticulaire	أوتريكولاريا إكزوليتا
<i>Utricularia vulgaris typica</i>	Urticulaire vulgaire	أوتريكولاريا فولغاريس تيبিকা

ANNEXE (suite)

LINACEAE :		ليناسي : كتانيات
<i>Linum grandiflorum</i>	Lin à grandes fleurs	لينوم غرانديفلوروم (كثان)
MORACEAE :		موراسي : توتيات
<i>Ficus salicifolia Var teloukat</i>	Teloukat	فيكوس ساليسيفوليا نوع : تيلوكات (تلوكات)
MYRTACEAE :		ميرتاسي : اسيات
<i>Myrtus nivellei</i>	Myrte du Hoggar	ميرتوس نيفلي (حب العاص - تفلتست - ريحان الصحراء الوسطى)
NYPHEACEAE :		نامفيسسي : نيلوفريات
<i>Nuphar luteum</i>	Nénuphar jaune	نوفار لوتيوم (نيلوفار أبيض - مقابر النحل - عرايس النيل)
<i>Nymphaea alba</i>	Nénuphar blanc	نامفيا ألبا (نيلوفار أصفر - حوزان)
OLEACEAE :		اولياسي : زيتونيات
<i>Fraxinus xanthoxyloides</i>	Frêne jaune	فراكينوس كزانتوكسيلونيداس (توزلت)
<i>Olea laperrini</i>	Olivier de Laperrini, oléastre	اوليا لابيريني (أليو - عامشت)
ONAGRACEAE :		اونافراسي :
<i>Epilobium hirsutum</i>	Epilobe hérissé (à grandes fleurs)	إيبيلوبيوم إيرسوتوم
<i>Epilobium numidium</i>	Epilobe de Numidie	إيبيلوبيوم نوميدوم (حشيشة الشعبة)
<i>Ludwigia (Isnardia) palustris</i>	Isnardie (Ludwigie) des marais	لودويجيا (إسنارديا) بالوستريس
<i>Oenothera mollissima ssp stricta</i>	Onagre	أونوتيرا مولييسما سترىكتا
<i>Trapa natans</i>	Chataigne d'eau	تراپا ناتانس (بو قرنين)
OROBANCHACEAE :		أوروبانكاسي : طفيليات
<i>Orobanche ducellieri</i>	Orobanche de Ducellier	أوروبانش دوسيليري (حليوا - ترنسوس)
<i>Orobanche leptantha</i>	Orbanche mince	أوروبانش لبتانتا (كاروفة)
PAPAVERACEAE :		بابافيراسي : خشخاشيات
<i>Papaver malviflorum</i>	Coquelicot	بابافير مالفيفلوروم (بن نعمان)

PLANTAGINACEAE :		بلانتاجيناسي :
<i>Plantago crassifolia</i>	Plantain à feuilles épaisses	بلانتاغو كراسيفوليا (زلفانا)
<i>Plantago tunetana</i>	Plantain	بلانتاغو تونيتانا (زلفانا)
PLUMBAGINACEAE :		بلانباجيناسي :
<i>Limonium letourneuxii</i>	Limonium	ليمونيوم لتورنوڪسي (وذن الحلوف)
<i>Limonium ramosissimum</i>	Limonium rameux	ليمونيوم راموسيسيموم (وذن الحلوف)
<i>Limonium asparagoides</i>	Statice	ليمونيوم اسباراغوئيداس
<i>Limonium gummiferum</i>		ليمونيوم جوميفروم
<i>Limonium lingua</i>	Statice à grande douve	ليمونيوم لينغا (وذن الحلوف)
<i>Limonium minutum</i>	Statice nains du groupe minutum	ليمونيوم مينوتوم
<i>Limonium multiceps ssp gougetianum</i>		ليمونيوم مولتيسابس غوغيتيانوم
<i>Limonium spathulatum ssp ruscadensis</i>		ليمونيوم سباتولاتوم روزيكدانسيس
<i>Limonium virgatum</i>	Statice en bague	ليمونيوم فيرغاتوم
POLYGONACEAE :		بوليغونايسي : بطباطيات
<i>Calligonum calvescens</i>	Calligonum sans poils	كاليفونوم كالفيسانس (أرسو)
<i>Polygala munbyana</i>	Polygala	بوليغالا مونبيانا
<i>Polygonum hydropiper</i>	Poivre d'eau, renouée poivre d'eau	بوليغونوم إيډروبيبر
<i>Polygonum senegalense Var: numicicum</i>		بوليغونوم سينيفالانس نوع : نوميسيكوم
<i>Rumex algeriensis</i>	Patience d'Algérie	رومكس أليريانسيس (حميض الماء - تاسهمت)
<i>Rumex obtusifolius</i>	Patience à feuilles obtuses	رومكس أوبتوزيفوليوس
<i>Rumex palustris</i>	Patience des marais	رومكس بالوستريس
PRIMULACEAE :		پريميلاسي : ربيعيات
<i>Cyclamen africanum</i>	Cyclamen d'Afrique	سيكلامن افريكانوم (حاذبي)
<i>Cyclamen persicum</i>	Cyclamen de Perse	سيكلامن برسيكوم
<i>Cyclamen repandum</i>	Cyclamen	سيكلامن ريباندوم

ANNEXE (suite)

<i>Lysimachia cousiniata</i>	Lysimaque	ليزيماكيا كوزينياتا
<i>Lysimachia vulgaris</i>	Lysimaque commune, grande lysimaque	ليزيماكيا فولغاريس
<i>Primula acaulis subsp atlantica</i>		بريمولا أكوليس أتلانتيكا
RANUNCULACEAE :		راننكولاسي :
<i>Aquilegia vulgaris ssp viscosa</i>		أكيليجيا فولغاريس فيسكوزا
<i>Delphinium emarginatum</i>	Pied d'allouette	دلفينيوم إمارجيناتوم (عشاش - عية)
<i>Ranunculus batrachioides</i>	Renoncule	راننكولوس باتراكيويثيداس (الحوذان)
<i>Ranunculus divaricatus</i>	Renoncule divariquée	راننكولوس ديفاريكاتوس
<i>Ranunculus flammula</i>	Renoncule flammette (petite douve)	راننكولوس فلامولا
<i>Ranunculus lenormandi</i>	Renoncule	راننكولوس لينورماندي
RHAMNACEAE :		رامناسي : نبقيات
<i>Rhamnus cathartica</i>	Nerprun cathartique, purgatif	رامنوس كاتارتيكا
RESEDACEAE :		ريزيداسي : خزاميات
<i>Randonia africana</i>	Randonia d'Afrique	راندونيا أفريكانا (أبوخلال - أبوجلة - فتم الغزال)
<i>Reseda alphonisii</i>	Réséda	ريزيديا ألفونسي (كوة الحروف)
ROSACEAE :		روزاسي : ورديات
<i>Sorbus aria</i>	Alisier blanc, sorbier des Alpes	سوربوس أريا (روبة - ميس - نلك - عقرنية)
<i>Sorbus domestica</i>	Sorbier domestique, cormier	سوربوس دومستيكا (غيبرا - زعرور)
<i>Sorbus Torminalis</i>	Alisier des bois, sorbier torminal	سوربوس تورميناليس (عقرنية - طبشت - تفاح)
RUBIACEAE :		روبياسي : فويات
<i>Gallium numidicum</i>	Gaillet de Numidie	غالسيوم نوميديكوم
<i>Gallium perraldierii</i>		غالسيوم بيرالديري
<i>Oldenlandia capensis Var: inconstans</i>		أولدنلانديا كابنسييس نوع : أنكونستانس

ANNEXE (suite)

SALICACEAE :		ساليكسي : صفصافيات
<i>Populus euphratica</i> Var : <i>mauritanica</i>	Peuplier de l'Euphrate	بوبولوس أوفراتيكا نوع: موريتانكا (صفصاف)
<i>Populus tremula</i>	Peuplier tremble	بوبولوس تريمولا (عوبرة - حروة - صفصاف - أمادل)
<i>Salix triandra</i>	Saule triandrique, saule - amandier	ساليكس ترياندرا (العذرة - سلف العذرة)
SAPOTACEAE :		سابوتسي : سبوتيات
<i>Argania spinosa</i>	Arganier	أرغانيا سبينوزا (لوز البربر - الأرقان)
SAXIFRAGACEAE :		ساكسيفراغاسي : كسرات الحجر
<i>Parnassia palustris</i>	Parnassie des marais	بارناسيا بالوستريس
<i>Ribes petraeum</i>		ريباس بيترايوم
<i>Saxifraga numidica</i>	Saxifrage de Numidie	ساكسيفراغا نوميدكا (كاسر)
SCROPHULARIACEAE :		سكروفيلارياسي : خنازيريات
<i>Anticharis glandulosa</i>		أنتيكاريس غلاندولوزا
<i>Anticharis linearis</i>	Anticharis linéaire	أنتيكاريس لينياريس (زنبال قطقة)
<i>Aptosimum pumilum</i>		أبتوسيموم بوميلوم
<i>Celsia faurei</i>		سالسيا فوري
<i>Celsia pinnatisecta</i>	Celsia	سالسيا بيناتيسكتا (زهر الكشابين)
<i>Digitalis atlantica</i>	Digitale de l'Atlas	ديجيتاليس اتلانتيكا
<i>Linaria atlantica</i>	Linaire de l'Atlas	ليناريا اتلانتيكا
<i>Linaria burcezia</i>	Linaire	ليناريا بورسيزيانا
<i>Linaria cirrosa</i>	Linaire bouclée	ليناريا سيروزا
<i>Linaria decipiens</i>		ليناريا ديسيبيانس
<i>Linaria dissita ssp gracilescens</i>		ليناريا ديسيستا غراسيليسانس
<i>Linaria gharbensis</i> Var <i>resguniensis</i>	Linaire du gharbe	ليناريا غاربانسيس نوع : رسغونيانسيس
<i>Linaria multicaudis</i>	Linaire à plusieurs tiges	ليناريا ميلتيكوديس

ANNEXE (suite)

<i>Linaria peltieriana</i>	Linaire de Pélissier	ليناريا بليسيريانا
<i>Linaria peltieri</i>		ليناريا بليتييري
<i>Linaria villosa ssp macrocalyx</i>	Linaire velue	ليناريا فيلوزا ماكروكاليكس
<i>Odontites discolor</i>	Odontites à deux couleurs	أودونتيتيس ديسكولور (تلرووست)
<i>Odontites fradini</i>	Odontites de Fradin	أودونتيتيس فراديني (تلرووست)
<i>Odontites lutea</i>	Odontites jaune	أودونتيتيس لوتيا (تلرووست الصفراء)
<i>Odontites purpurea ssp ciliata</i>	Odontite pourpre	أودونتيتيس بوربيريا سيلياتا (تلرووست)
<i>Odontites violacea</i>		أودونتيتيس فيولاسيا
<i>Pedicularis numidica</i>	Pédiculaire de Numidie	بيديكولاريس نوميدিকা
<i>Scrofularia tenuipes</i>	Scrofulaire grêle	سكروفولاريا تنويباس (قوزنة - فرسة)
<i>Veronica scutellata</i>	Véronic à écussons	فيرونیکا سكوتلاتا
SOLANACEAE :		سولاناسي : بلانجانيات
<i>Hyosyanus muticus subsp falezlez</i>	Jusquiane blanche	إيوسيانيس موتيكوس فاليزليز (أفلحج)
<i>Mandragora autumnalis</i>	Mandragore	ماندراغورا أوتومناليس
<i>Withania adpressa</i>	Vithania serrée	ويتانيا أدبريسا (عابد - فركاع - سم الفاروروري)
TAMARICACEAE :		تاماريكسي :
<i>Tamarix balansae</i>	Tamaris	تاماريكس بالانسي (أزوا - طرفة)
UMBELLIFEREAE/APIACEA :		أمبليفييري/أبياسي :
<i>Ammiopsis aristidis</i>	Ammiette	أميوسيس أريستيديس (النوخية)
<i>Bunium chabertii</i>	Bunium de Chabert	بونيوم شابرتي (أكستار)
<i>Bunium crassifolium</i>	Bunium à feuilles épaisses	بونيوم كراسيفوليوم (أكستار)
<i>Bunium elatum</i>	Bunium à feuilles larges	بونيوم إيلاتوم (أكستار)
<i>Bupleurum plantagineum</i>	Buplèvre à feuilles larges	بوبلوروم بلانتاجينيوم (أقربان)
<i>Carum foetidum</i>	Carvi fétide	كاروم فويتيدوم (أزرر - نوداد)
<i>Crithmum maritimum</i>	Perce pierre maritime	كريتموم ماريتيموم (شمرة البحرية)

ANNEXE (suite)

<i>Ferula vesceritensis</i>	Férule	فيرولا فيسيريتانسييس (علخة - أنيل - حبة لحلاوة)
<i>Hydrocotyle vulgaris</i>	Hydrocotyle vulgaire (écuelle d'eau)	إيدروكوتيل فولغاريس
<i>Oenanthe lachenalii</i>	Oenanthe de La Chenal	أوينونت لاكينالي
<i>Pimpinella battandieri</i>	Aniçoun de Battandier	بانينيل باتنديري (أنسون)
VALERIANACEAE :		فاليرياناسي :
<i>Valerianella leptocarpa</i>	Doucette, mâche	فاليريانيل لبتوكاربا
ZYGOPHYLLACEAE :		زيغوفيلاسي :
<i>Fagonia flamandi</i>	Fagonia rouge	فاغونيا فلامندي (شقة - تهننت)
<i>Nitraria schoberi</i> Var : <i>faurei</i>	Atarzin	نيترا رياريا سكوبيري نوع : فوراي (سواك - أقرزين - داموش)
<i>Tribulus longipetalus</i> ssp <i>allatus</i>	Tribulus à pétales longues	تريبولوس لونجيبيتالوس ألاتوس (حساق - حمص الحمير)
<i>Tribulus ochroleucus</i>	Tribulus à fleurs jaunes	تريبولوس أوكروليكوس (تاجنوفت - ترماس - عطرس الكلاب)
II - Gymnospermes		II . جيمنوسبارم عاريات البز
CUPRESSACEAE :		كوبريساسي : سرويات
<i>Cupressus dupreziana</i>	Cypres de Duprez/Cypres du Tassili	كوبريسوس دوبريزيانا (تاغوت)
<i>Juniperus communis</i> eu-communis Var : <i>hemisphaerica</i>	Genévrier commun	جونيبيروس كومونيس أو-كومونيس نوع : إيميسفيركا (تامريوط - ترن)
<i>Juniperus oxycedrus</i>	Genévrier oxycèdre	جونيبيروس أوكسيسدروس (طاقا)
<i>Juniperus phoenicea</i>	Genévrier rouge	جونيبيروس فونيسيا (عرعار)
<i>Juniperus sabina</i>	Genévrier sabine	جونيبيروس سابينا (ايرومن)
<i>Juniperus thurifera</i> Var : <i>africana</i>	Genévrier thurifère	جونيبيروس توريفيرا نوع أفريكانا (سانيفة - أيوال)
<i>Tetraclinis articulata</i>	Thuya de Berberie	تيتراكلينيس أرتيكولاتا
EPHEDRACEAE :		إيفيدراسي : القعوديات
<i>Ephedra alata</i> ssp <i>decaisnei</i>	Ephédra	إيفيدرا ألاتا ديكايسني

ANNEXE (suite)

PINACEAE/ABIETACEAE :		بيناسي/أبيتاسي : تنوبيات
<i>Abies numidica</i>	Sapin du Babor - sapin de Numidie	أبياس نوميديكا (تمنت - تايدة - تاومنت)
<i>Cedrus atlantica</i>	Cèdre de l'Atlas	سدروس أتلانتيكا (المداد - الأرز)
<i>Pinus nigra</i>	Pin noir	بينوس نيغرا (الصنوبر الأسود)
TAXACEAE :		تاكساسبي : طقسوسيات
<i>Taxus baccata ssp communis</i>	If	تاكسوس باكاتا كومونيس (امرول - تارق - سيقل)
III - Cryptogames		III . كريبتوغام : لازهرية
III -1 - Cryptogames vasculaires		III -1 . كريبتوغام فاسكولار : لازهرية قنوية
- Pteridophytes		بتيريدوفيت :
ISOETACEAE :		إيزوتاسبي : لازهرية المناقع
<i>Isoetes velata ssp dubia</i>	Isoete voilé	إزوواتس فيلاتا دوبا
MARSILIACEAE :		مارسيلياسبي
<i>Marsilea aegyptiaca</i>	Marsilée d'Egypte	مارسيليا إجيبتياكا
<i>Marsilea diffusa</i>	Marsilée à feuilles diffuse	مارسيليا ديفوسا (أربع أوراق - قوب)
<i>Marsilea minuta</i>		مارسيليا مينوتا
OPHIOGLOSSACEAE :		أوفيوغلوساسبي : السراخس
<i>Ophioglossum vulgatum</i>	Ophioglosse vulgaire	أوفيوغلووسوم فولغاتوم (العادي)
POLYPODIACEAE :		بوليبوديلاسبي : خنشريات
<i>Cheilanthes pteridioides</i>	fougère	كيلانتاس بتيريدويثيداس
<i>Dryopteris disjuncta ssp calcarea</i>	Polypode, dryopteris	دريوبتيريس ديسجونكتا كالكاريا (معاس)
<i>Dryopteris gongyloides ssp propinqua</i>		دريوبتيريس غونجيلويثيداس بروبينكا (حيث الريح)
<i>Nothalaena marantae</i>	Notolène de Perse	نوتالينا مارانتي
SALVINIACEAE :		سالفينياسبي
<i>Salvinia natans</i>	Salvinie nageante	سالفينيا ناتانس

ANNEXE (suite)

III - 2 - Cryptogames cellulaires		III - 2 - كريبتوغام سيلولار : لازهريات خلوية (ذات خلية)
— Lichens		ليكانس : الأشنيات
I - Lichens fruticuleux		I - ليكانس فروتيكيلو : الأشنيات المثمرة
<i>Alectoria cana</i>		ألكتوريا كانا
<i>Alectoria jubata</i>	Alectoriat crinière	ألكتوريا جوباتا
<i>Alectoria chalyboformis</i>	Alectorie	ألكتوريا كاليبوفورميس
<i>Alectoria implexa</i>	Alectoria entrelacé	ألكتوريا أمبلكسا
<i>Anaptychia ciliaris</i>	Anaptychie intriquée	أنابتيكيا سيلياريس
<i>Anaptychia speciosa</i>	Anaptychie belle	أنابتيكيا سبسيوزا
<i>Evernia prunasti et ses variétés</i>	Evernie cendreuse	إفيرنيا بروناستي وباقي أنواعها
<i>Ramalina canariensis</i>	Ramaline des Canaries	رامالينا كناريانسيس
<i>Ramalina duriaei</i>	Ramalina de duri	رامالينا دوريائي
<i>Ramalina farinacia et toutes ses variétés</i>	Ramaline farineuse	رامالينا فاريناسيا و كل أنواعها
<i>Ramalina fastigiata</i>	Ramaline fastigiée	رامالينا فياستيجياتا
<i>Ramalina obtusata</i>	Ramaline obtue	رامالينا أوبستوزاتا
<i>Ramalina panizzei</i>	Ramalina de panizzei	رامالينا بانيزي
<i>Ramalina pollinaria</i>	Ramaline pollinaire	رامالينا بوليناريا
<i>Ramalina pussila</i>	Ramaline minor	رامالينا بوسيللا
<i>Usnea articulata</i>	Usnée articulée	أوسنيا أرتيكولاتا
<i>Usnea barbata</i>	Usnée barbue	أوسنيا بارباتا
<i>Usnea ceratina</i>	Usnée à poils	أوسنيا سيراتينا
<i>Usnea extensa</i>	Usnée étendue	أوسنيا إكستنسا
<i>Usnea fulvorangeans</i>	Usnée jaune	أوسنيا فولفوراجانس
II - Lichens fruticuleux - Foliacés - Terricoles		II - ليكانس فروتيكيلو - فولياسي - تيريكول : أشنيات مثمرة - ورقية أرضية
Tous les cladonias indigènes		كل الكلاونيا المحلية

ANNEXE (suite)

<i>Cladonia anomaea</i>	Cladonie irrégulière	كلادونيا أنومايا
<i>Cladonia bacilaris</i>	Cladonie filamenteuse	كلادونيا باسيلاريس
<i>Cladonia caea piticia</i>	Cladonie à pitices	كلادونيا كايا بيتيسيا
<i>Cladonia carneola</i>	Cladonie carnée	كلادونيا كارنيولا
<i>Cladonia cerviformis</i>	Cladonie corne de cerf	كلادونيا سيرفيفورميس
<i>Cladonia chlorophaea</i>	Cladonie verte	كلادونيا كلورو فاييا
<i>Cladonia conglomeratum</i>	Cladonie glomérée	كلادونيا كونقلوميراتوم
<i>Cladonia conio craea</i>	Cladonie coin	كلادونيا كونيو كرايا
<i>Cladonia conoidea</i>	Cladonie à cornes	كلادونيا كونوايا
<i>Cladonia fimbriata</i>	Cladonie frangée	كلادونيا فيمبرياتا
<i>Cladonia firma</i>	Cladonie fermée	كلادونيا فيرما
<i>Cladonia foliacea</i>	Cladonie feuillue	كلادونيا فولياسيا
<i>Cladonia furcata</i>	Cladonie fourchue	كلادونيا فوركاتا
<i>Cladonia parasitica</i>	Cladonie parasite	كلادونيا باراستيكا
<i>Cladonia rangiformis</i>	Cladonie à rangées	كلادونيا رانجيفورميس
III - Lichens foliacés :		III - ليكانس فولياسي : الأشنيات الورقية
<i>Cetraria glauca</i>	Cétraire glauque	سيتراريا قلوكا
<i>Cetraria chorophylla</i>	Cétraire à feuilles vertes	سيتراريا كلوروفيللا
<i>Diploicia canescens</i>	Diplone bleuté	ديبلواسيا كانيسينس
<i>Lobaria pulmonaria et ses variétés</i>	Lobarie pulmonaire	لوباريا بولموناريا وباقي أنواعها
<i>Lobaria amplissima</i>	Lobarie double	لوباريا أمبليسيما
<i>Lobaria scrobiculata</i>	Lobarie penchée	لوباريا سكروبيكولاتا
<i>Nephroma bellum</i>	Nephroma la belle	نيفروما بيلوم
<i>Nephroma lavigatum</i>	Nephroma levide	نيفروما لا فيغاتوم
<i>Nephroma resupinatum</i>	Nephroma peignée	نيفروما رزوبيناتوم
<i>Parmelia acetabulum</i>	Parmelie couperose	بارميليا أسيتابولوم

ANNEXE (suite)

<i>Parmelia borrieri</i>	Parmelie de borrieri	بارمیلیا بوریری
<i>Parmelia caperata</i>	Parmelie froncée	بارمیلیا کابیراتا
<i>Parmelia carporrhizon</i>	Parmelie à fruit racine	بارمیلیا کاربوریزون
<i>Parmelia conspersa</i>	Parmelie aspergée	بارمیلیا کونسپیرسا
<i>Parmelia contorta</i>	Parmelie contournée	بارمیلیا کونتورتا
<i>Parmelia duposquoi</i>	Parmelie dupose	بارمیلیا دوبوسکی
<i>Parmelia dissecta</i>	Parmelie coupée	بارمیلیا دیسیکتا
<i>Parmelia exasperata</i>	Parmelie rapée	بارمیلیا إکزاسپیراتا
<i>Parmelia glabra</i>	Parmelie glabre	بارمیلیا قلابرا
<i>Parmelia glabratula</i>	Parmelie glabressante	بارمیلیا قلابراتولا
<i>Parmelia hypotropia</i>	Parmelie pénétrée	بارمیلیا ایبوتروبا
<i>Parmelia flaventior</i>	Parmelie jaune	بارمیلیا فلافینتیور
<i>Parmelia parnifourmis</i>	Parmelie peigne	بارمیلیا پارنیفورمیس
<i>Parmelia pastillifera</i>	Parmelie pastille	بارمیلیا پاستیلیفیرا
<i>Parmelia perlata</i>	Parmelie très large	بارمیلیا پیرلاتا
<i>Parmelia physodes</i>	Parmelie ballonnée	بارمیلیا فیسودس
<i>Parmelia prolixa</i>	Parmelie commune	بارمیلیا پرولیکسا
<i>Parmelia quercina</i>	Parmelie épineuse	بارمیلیا کرسینا
<i>Parmelia reticula</i>	Parmelie dressée	بارمیلیا رتیکولا
<i>Parmelia saxatilis</i>	Parmelie des rochers	بارمیلیا ساکساتیلیس
<i>Parmelia scortea</i>	Parmelie scortée	بارمیلیا سکورتیا
<i>Parmelea stupea</i>	Parmelie stipée	بارمیلیا ستوبیا
<i>Parmelia subrudecta</i>	Parmelie subrocheuse	بارمیلیا سوبرودیکتا
<i>Parmelia sulcata</i>	Parmelie dressée	بارمیلیا سولکاتا
<i>Parmelia tiliacea</i>	Parmelie tilleul	بارمیلیا تیلیاسیا
<i>Parmelia soledians</i>	Parmelie à sore	بارمیلیا سوریدیانس

ANNEXE (suite)

<i>Peltigera collina</i>	Peltigère à collerette	بالتيجيرا الكولينا
<i>Peltigera leucophlebia</i>	Peltigère à nervure blanche	بالتيجيرا لوكوفلبيا
<i>Peltigera praeterea</i>	Peltigère normale	بالتيجيرا برايتيكسا
<i>Phlyctis agelaea</i>	Phlyctis commune	فليكتيس أجيلايا
<i>Phlyctis argina</i>	Phlyctis argentée	فليكتيس أوجينا
<i>Physcia adscendens</i>	Physcia adhérente	فيسكيا أسندنس
<i>Physcia alpolia</i>	Physcie à pôle	فيسكيا إيبوليا
<i>Physcia biziana</i>	Physcie à belle apparence	فيسكيا بيزيانا
<i>Physcia caesia</i>	Physcie bleue	فيسكيا كايزي
<i>Physcia constipata</i>	Physcie serrée	فيسكيا كونستيباتا
<i>Physcia clementi</i>	Physcie de Clément	فيسكيا كليمنتيني
<i>Physcia dimidiata</i>	Physcie dimidié	فيسكيا ديميدياتا
<i>Physcia dubia</i>	Physcie dubie	فيسكيا دوبيا
<i>Physcia leptalea</i>	Physcie laptée	فيسكيا لايتاليا
<i>Physcia semi pinata</i>	Physcie demi peigne	فيسكيا سومي بيناتا
<i>Physcia stellaris</i>	Physcie étoilée	فيسكيا ستيلاريس
<i>Physcia tenella</i>	Physcie tenue	فيسكيا تنيلا
<i>Physconia esteroxantha</i>	Physconie jaune	فيسكونيا أونثيرونزانثا
<i>Physconia grisea</i>	Physconie grise	فيسكونيا قرينيا
<i>Physconia perisidiosa</i>	Physconie périsidieuse	فيسكونيا بربيزيديوزا
<i>Physconia pulverulenta</i>	Physconie pulvérulente	فيسكونيا بلفيرولاسيا
<i>Physconia venusta</i>	Physconie vénueuse	فيسكونيا فينوسنا
<i>Stricta canariensis</i>	Stricte des Canaries	ستر يكتا كنار يانسيس
<i>Stricta Sylvatica</i>	Stricta Sylvatica	ستر يكتا سيلفاتيكسا

Annexe N° : 02

1/2

Noms de quelques plantes figurant dans le Coran

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Sourate coran (السورة)	Elayat (الآية)
1	Tamaris	الأثل (الطرفاء)	سورة سبأ، آية: 16	قال الله تعالى: فَأَعْرَضُوا فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ سَيْلَ الْعَرْمِ وَبَدَّلْنَا لَهُم بَنَاتِيهِمْ جَنَّاتٍ دَوَاتِي أُكْلٍ خَمْطٍ وَأَثَلٍ وَشِيءٍ مِّن سِدْرٍ قَلِيلٍ
2	Légumineuses et ail	البقل والفوم (كل ماهو أخضر و الثوم)	سورة البقرة ، آية: 61	قال الله تعالى: فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا وَبَصِلِهَا
3	Oignons	البصل		
4	gingembre	الزنجبيل	سورة الإنسان ، آية: 17	قال الله تعالى: وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَتْ مِرْجَاهَا زَنْجَبِيلًا
5	Céréales (Blé, orge...)	الحب	سورة الرحمن ، آية: 12	قال الله تعالى: الْحَبُّ ذُو الْعَصْفِ وَالرَّيْحَانُ
6	basilic	الرَّيْحَان		
7	Figues et olives	التين والزيتون	سورة التين، آية: 1	قال الله تعالى: وَاللَّيْنِ وَالزَّيْتُونِ
8	Bananier	الطلح (شجر الموز)	سورة الواقعة ، آية: 29	قال الله تعالى: وَطَلْحٍ مَّنضُودٍ
9	Citrouille pastèque et autres	اليقطين (شجرة الدباء، القرع، النباتات التي ليس لها ساق، وإنما يأتي امتداداً على الأرض مثل البطيخ وغيره)	سورة الصافات ، آية: 146	قال الله تعالى: وَأَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِّن يَفْطِينٍ
10	Lentilles	العدس (الأسود يسمى أبو جبة)		
11	Cornichons (Concombres et autres)	القثاء (الخيار وما يشبهه)	سورة البقرة، آية: 61	قال الله تعالى: فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا
12	Moutarde	الخردل	سورة الأنبياء ، آية: 47	قال الله تعالى: وَإِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا وَكَفَى بِنَا حَاسِبِينَ
13	Palmier	النخيل		
14	Grenade	الرمان	سورة الرحمن ، آية: 68	قال الله تعالى: فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Sourate coran (السورة)	Elayat (الآية)
15	Raisins (vigne)	أعناب (الكروم)	سورة الكهف، آية: 32	قال الله تعالى: جَنَّيْنٍ مِنْ أَعْنَابٍ
16	Ce que les animaux et le bétail mangent des fruits	الْأَبَّ	سورة عبس، آية: 31	قال الله تعالى: وَفَاكِهَةً وَأَبًا
17	Dattes	الرطب	سورة مريم ، آية: 25	قال الله تعالى: وَهَرَي إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا حَلِيًّا
18	Arbre de Zaqum	شجرة الزقوم (شجرة يتميز طعم ثمارها بالمرارة)	سورة الدخان، آية: 43	قال الله تعالى: شَجَرَتِ الزُّقُومِ
19	Ce qui pousse du sol sans avoir de tige	النجم (ما نبت من الأرض دون أن يكون له ساق)	سورة الرحمن ، آية: 6	قال الله تعالى: وَالنَّجْمِ وَالشَّجَرِ يَسْجُدَانِ
20	Salvador	الخمط (الأراك أو السواك)	سورة سبأ، آية: 16	قال الله تعالى: أَكَلِ خَمْطٍ وَاتَّلِ
21	Sidr (jujubier)	السدر (شجر النبق)		قال الله تعالى: وَشَيْءٍ مِّنْ سِدْرٍ قَلِيلٍ
22	Eucalyptus	الكافور (أويكالبتوس)	سورة الانسان آية: 5	إِنَّ الْأَبْرَارَ يَشْرَبُونَ مِنْ كَأْسٍ كَانَ مِزَاجُهَا كَافُورًا

Source: https://mawdoo3.com/القرآن_في_نباتات_ذكرت_في_القرآن/#cite_note-LJJqtCICxD-, Écrit par : Atika Ziad Al-Borini, dernière mise à jour 21/04/2021

Annexe N° : 03

1/6

Noms des plantes figurant dans El hadith

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Source du Hadith	El hadith
1	Le cédratier (Citrus medica L. var. cedrata Risso)	الأترج / تُرُنْج	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ أَبِي مُوسَى الْأَشْعَرِيِّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَثَلُ الْمُؤْمِنِ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ الْأُتْرُجَةِ، رِيحُهَا طَيِّبٌ وَطَعْمُهَا طَيِّبٌ».
2	Riz (Oryza sativa L)	الأرز	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ ابْنِ عُمَرَ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «بَيْنَمَا نَلَاكُنَّ نَقْرَ مَمَّنْ كَانَ قَبْلَكُمْ يَمْسُونَ إِذْ أَصَابَهُمْ مَطَرٌ، فَأَوْوَأُوا إِلَى عَارٍ، فَأَنْطَبَقَ عَلَيْهِمْ، فَقَالَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ إِنَّهُ وَاللَّهِ يَا هَوْلَاءِ لَا يُنْجِيكُمْ إِلَّا الصِّدْقُ، فَلْيَدْعُ كُلُّ رَجُلٍ مِنْكُمْ بِمَا يَعْلَمُ أَنَّهُ قَدْ صَدَقَ فِيهِ. فَقَالَ وَاحِدٌ مِنْهُمْ اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّهُ كَانَ لِي أَجِيرٌ عَمِلَ لِي عَلَى فَرْقٍ مِنْ أُرْرٍ، فَذَهَبَ وَتَرَكَهُ، وَأَيُّ عَمَدَتٍ إِلَى ذَلِكَ الْفَرْقِ فَرَزَعْتُهُ، فَصَارَ مِنْ أَمْرِهِ أَيُّ اسْتَرْيَتْ مِنْهُ بَقْرًا، وَأَنَّهُ أَتَانِي يَطْلُبُ أَجْرَهُ فَقُلْتُ اعْمِدْ إِلَى تِلْكَ الْبَقْرِ. فَسَفَّهَا، فَقَالَ لِي إِنَّمَا لِي عِنْدَكَ فَرْقٌ مِنْ أُرْرٍ. فَقُلْتُ لَهُ اعْمِدْ إِلَى تِلْكَ الْبَقْرِ فَإِنَّهَا مِنْ ذَلِكَ الْفَرْقِ، فَسَاقَهَا، فَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَيُّ فَعَلْتُ ذَلِكَ مِنْ خَشْيَتِكَ، فَفَرِّجْ عَنَّا. فَأَسَاحَتْ عَنْهُمْ الصَّخْرَةُ».
3	Cypres (Cupressus sempervirens)	الأرزة (السرو)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الرَّوْعِ، يَفِيءُ وَرَفُهُ مِنْ حَيْثُ أَتَتْهَا الرِّيحُ تُكْفِيئُهَا، فَإِذَا سَكَتَتْ اعْتَدَلَتْ، وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ يُكْفَى بِالْبَلَاءِ، وَمَثَلُ الْكَافِرِ كَمَثَلِ الْأُرْزَةِ صَمَاءٌ مُعْتَدِلَةٌ حَتَّى يَفْصِمَهَا اللَّهُ إِذَا شَاءَ».
4	Bois d'agar, bois d'aigle de Malacca (Aquilaria malaccensis Lam)	الألوة / العود (البخور)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَوَّلُ رُمْرَةٍ تَلِجُ الْجَنَّةَ صُورَتُهُمْ عَلَى صُورَةِ الْقَمَرِ لَيْلَةَ الْبَدْرِ، لَا يَبْصُقُونَ فِيهَا وَلَا يَمْتَخِطُونَ وَلَا يَتَعَوَّطُونَ، أَنْبَتُهُمْ فِيهَا الذَّهَبُ، أَمْشَاتُهُمْ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ، وَمَجَامِرُهُمُ الْأَلْوَةُ، وَرَشْحُهُمُ الْمِسْكُ، وَلِكُلِّ وَاحِدٍ مِنْهُمْ رَوْحَانِ، يُرَى مَخُّ سَوْقِيهِمَا مِنْ وَرَاءِ اللَّحْمِ، مِنَ الْحُسْنِ، لَا اخْتِلَافَ بَيْنَهُمْ وَلَا تَبَاغُضَ، قُلُوبُهُمْ قَلْبٌ وَاحِدٌ، يُسَبِّحُونَ اللَّهَ بُكْرَةً وَعَشِيًّا».

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Source du Hadith	El hadith
5	Cymbopogon (Cymbopogon schoenanthus Spreng)	الإذخر (تَيْن مَكَّةَ أَوْ قَشَّ مَكَّةَ أَوْ حَلْفَاءَ مَكَّةَ أَوْ حَلْفَاءَ بَرٍ أَوْ السَّنْبُلِ الْعَرَبِيِّ)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - قَالَ: لَمَّا فَتَحَ اللَّهُ عَلَى رَسُولِهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - مَكَّةَ، قَامَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - فِي النَّاسِ، فَحَمِدَ اللَّهَ وَأَثْنَى عَلَيْهِ، ثُمَّ قَالَ: «إِنَّ اللَّهَ حَبَسَ عَنْ مَكَّةَ الْفَيْلَ، وَسَلَّطَ عَلَيْهَا رَسُولَهُ وَالْمُؤْمِنِينَ، وَإِنَّهَا لَمْ تَجَلَّ لِأَحَدٍ كَانَ قَبْلِي، وَإِنَّمَا أُحِلَّتْ لِي سَاعَةً مِنْ نَهَارٍ، وَإِنَّهَا لَنْ تَجَلَّ لِأَحَدٍ بَعْدِي، فَلَا يُنْفَرُ صَيْدُهَا، وَلَا يُخْتَلَى شَوْكُهَا، وَلَا تَجَلُّ سَاقِطُهَا إِلَّا لِمُنْتَبِدٍ، وَمَنْ قَتَلَ لَهُ قَتِيلًا فَهُوَ بِخَيْرِ النَّظَرَيْنِ» فَقَالَ الْعَبَّاسُ: إِلَّا الْإِدْخَرَ، يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَإِنَّا نَجْعَلُهُ فِي قُبُورِنَا وَبُيُوتِنَا، فَقَالَ: «إِلَّا الْإِدْخَرَ».
6	Blé tendre, Froment, (Triticum aestivum L)	الْبُرِّ (الْحِنْطَةُ، الْقَمْحُ اللَّيْنُ)	Sahih Muslim (صَحِيحُ مُسْلِمٍ)	عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «التَّمْرُ بِالتَّمْرِ وَالْحِنْطَةُ بِالْحِنْطَةِ وَالشَّعِيرُ بِالشَّعِيرِ وَالْمَلْحُ بِالْمَلْحِ مِثْلًا بِمِثْلٍ يَدًا بِيَدٍ فَمَنْ زَادَ أَوْ اسْتَرَادَ فَقَدْ أَرَبَى إِلَّا مَا اخْتَلَفَتْ أَلْوَانُهُ». (صَحِيحُ مُسْلِمٍ) عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ - وَقَالَ ابْنُ عَبَّادٍ وَالَّذِي نَفْسُ أَبِي هُرَيْرَةَ بِيَدِهِ - مَا أَشْبَعُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَهْلَهُ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ تَبَاعًا مِنْ خُبْزِ حِنْطَةٍ حَتَّى فَارَقَ الدُّنْيَا.
7	Baumier de gilead, Baumier de la Mecque (Commiphora gileadensis (L.) C. Chr)	الْبِشَامِ / بِلْسَانَ مَكِّي/ شَجَرَةُ الْمَرِّ	Inclus par Al-Hakim dans une chaîne de transmission authentique « Al-Mustadrak 'ala al-Sahihayn» أَخْرَجَهُ الْحَاكِمُ بِسَنَدٍ صَحِيحٍ فِي «المُسْتَدْرَكُ عَلَى الصَّحِيحَيْنِ	صَلَيْنَا الْجُمُعَةَ فَأَنْصَمَ النَّاسُ بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ حَتَّى كَانُوا كَالرَّحَاءِ حَوْلَ أَبِي رَجَاءٍ الْعَطَارِدِيِّ، فَسَأَلُوهُ عَنِ الْفِتْنَةِ، فَقَالَ: جَاءَ رَجُلَانِ إِلَى مَجْلِسِ عَبَادَةَ بْنِ الصَّامِتِ فَقَالَا: يَا ابْنَ الصَّامِتِ تُعِيدُ الْحَدِيثَ الَّذِي حَدَّثْتَنَا، فَقَالَ: نَعَمْ، سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَقُولُ: «يُوشِكُ أَنْ يَكُونَ خَيْرُ الْمَالِ شَاتَيْنِ مَكِّيَّةً وَمَدَنِيَّةً تَرَعَى فَوْقَ رُءُوسِ الصَّرَابِ، تَأْكُلُ مِنْ وَرَقِ الْقَنَادِ وَالْبِشَامِ، وَيَأْكُلُ أَهْلُهُ مِنْ لَحْمَانِهِ، وَيَشْرَبُونَ مِنْ أَلْبَانِهِ، وَجَرَائِمُ الْعَرَبِ تَرْتَهَشُ فِيهَا الْفِتْنُ».

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Source du Hadith	El hadith
8	Pastèque (Citrullus lanatus (Thunb.) Matsum. & Nakai)	البَطِيخ	Sounan Abou Daoud (سُنَن أَبِي دَاوُد)	عَنْ عَائِشَةَ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا، قَالَتْ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَأْكُلُ الْبَطِيخَ بِالرُّطْبِ فَيَقُولُ: «نَكْسِرُ حَرَّ هَذَا بِيَرْدِ هَذَا وَبِيَرْدِ هَذَا بِحَرِّ هَذَا».
9	Pommier	التَّفَّاح	Sounan At-Tirmidhi (سُنَن التِّرْمِذِي)	حَدَّثَنَا الْفَضْلُ بْنُ سَهْلٍ أَبُو الْعَبَّاسِ الْأَعْرَجُ الْبَغْدَادِيُّ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ عَزْوَانَ أَبُو نُوحٍ، أَخْبَرَنَا يُونُسُ بْنُ أَبِي إِسْحَاقَ، عَنْ أَبِي بَكْرٍ بْنِ أَبِي مُوسَى، عَنْ أَبِيهِ، قَالَ خَرَجَ أَبُو طَالِبٍ إِلَى الشَّامِ وَخَرَجَ مَعَهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي أَشْيَاحٍ مِنْ فُرَيْشٍ فَلَمَّا أَشْرَفُوا عَلَى الرَّاهِبِ هَبَطُوا فَحَلُّوا رِحَالَهُمْ فَخَرَجَ إِلَيْهِمُ الرَّاهِبُ وَكَانُوا قَبْلَ ذَلِكَ يَمْرُونَ بِهِ فَلَا يَخْرُجُ إِلَيْهِمْ وَلَا يَلْتَفِتُ. قَالَ فَهُمْ يَحْلُونَ رِحَالَهُمْ فَجَعَلَ يَتَخَلَّلُهُمُ الرَّاهِبُ حَتَّى جَاءَ فَأَخَذَ بِيَدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ هَذَا سَيِّدُ الْعَالَمِينَ هَذَا رَسُولُ رَبِّ الْعَالَمِينَ يَبْعَثُهُ اللَّهُ رَحْمَةً لِلْعَالَمِينَ. فَقَالَ لَهُ أَشْيَاحٌ مِنْ فُرَيْشٍ مَا عَلِمْتُكَ فَقَالَ إِنَّكُمْ جِئْتُمْ مِنْ الْعَقَبَةِ لَمْ يَنْبَغِ شَجْرٌ وَلَا حَجْرٌ إِلَّا حَرَّ سَاجِدًا وَلَا يَسْجُدَانِ إِلَّا لِنَبِيِّ وَإِنِّي أَعْرِفُهُ بِخَاتَمِ النُّبُوَّةِ أَسْفَلَ مِنْ غُضْرُوفٍ كَتِفِهِ مِثْلَ التَّفَّاحَةِ.
10	Armoise (Artemisia sieberi Besser, Artemisia herba-alba)	النَّعَامَةَ / شَيْح	Sahih Muslim (صَحِيحُ مُسْلِم)	عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: أَتَيْتُ بِأَبِي قُحَافَةَ يَوْمَ فَتْحِ مَكَّةَ وَرَأْسُهُ وَلِحْيَتُهُ كَالنَّعَامَةِ بَيَاضًا، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «غَيِّرُوا هَذَا بِشَيْءٍ، وَاجْتَنِبُوا السَّوَادَ».
11	Taman ou tuman (Soudan), afezu (Sahel nigérien), guinchi (Sahara oriental), thaman (Koweït), markouba (Mauritanie), du-ghasi (Somalie)	الْجَلِيل (بوروكا، بوكار، مركيبة، شوش، أفزو)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا، أَنَّهَا قَالَتْ: لَمَّا قَدِمَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَعِكَ أَبُو بَكْرٍ وَبِلَالٌ، قَالَتْ: فَدَخَلْتُ عَلَيْهِمَا، فَقُلْتُ: يَا أَبَتِ كَيْفَ تَجِدُكَ؟ وَيَا بِلَالُ كَيْفَ تَجِدُكَ؟ قَالَتْ: وَكَانَ أَبُو بَكْرٍ إِذَا أَخَذَتْهُ الْحُمَى يَقُولُ: «كُلُّ امْرِئٍ مُصَبَّحٌ فِي أَهْلِهِ وَالْمَوْتُ أَتَى مِنْ شِرَاكِ نَعْلِهِ»، وَكَانَ بِلَالٌ إِذَا أُلْفِعَ عَنْهُ يَرْفَعُ عَقِيرَتَهُ فَيَقُولُ: «أَلَا لَيْتَ شِعْرِي هَلْ أَبِينَن لَيْلَةَ بَوَادٍ وَحَوْلِي إِذْخُرُ وَجَلِيلٌ وَهَلْ أَرْدَنَ يَوْمًا مِيَاهَ مَجَنَّةٍ وَهَلْ تَبْدُونُ لِي شَامَةً وَطَفِيلٌ قَالَ: قَالَتْ عَائِشَةُ: فَجِئْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَخْبَرْتُهُ، فَقَالَ: «اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيْنَا الْمَدِينَةَ كَحَبِّبْنَا مَكَّةَ أَوْ أَشَدَّ، وَصَحِّحْهَا، وَبَارِكْ لَنَا فِي صَاعِهَا وَمُدِّهَا، وَانْقُلْ حُمَاهَا فَاجْعَلْهَا بِالْجُحْفَةِ».

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Source du Hadith	El hadith
12	Nigelle cultivée ou cumin noir (Nigella sativa L)	الحَبَّةُ السُّودَاءُ (الشُّونَيْزُ، حبة البركة)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عن أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «فِي الْحَبَّةِ السُّودَاءِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ». قَالَ ابْنُ شِهَابٍ وَالسَّامُ الْمَوْتُ، وَالْحَبَّةُ السُّودَاءُ الشُّونَيْزُ.
13	Henné/ Henna (Lawsonia inermis)	الْحِنَّاءُ	Sunan an-Nasa'i (سُنَنِ النَّسَائِيِّ)	عَنْ أَبِي ذَرٍّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنْ أَحْسَنْتَ مَا غَيْرْتُمْ بِهِ الشَّيْبَ الْحِنَّاءُ وَالْكُتْمُ»
14	Coloquinte (Citrullus colocynthis L)	الْحَنْظَلُ (الخدج أو مرارة الصحاري)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ أَبِي مُوسَى الْأَشْعَرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ «مَثَلُ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَالْأَنْزَجَةِ طَعْمُهَا طَيِّبٌ وَرِيحُهَا طَيِّبٌ وَالَّذِي لَا يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَالْتَّمْرَةِ طَعْمُهَا طَيِّبٌ وَلَا رِيحَ لَهَا، وَمَثَلُ الْفَاجِرِ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ الرَّيْحَانَةِ رِيحُهَا طَيِّبٌ وَطَعْمُهَا مُرٌّ، وَمَثَلُ الْفَاجِرِ الَّذِي لَا يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ الْحَنْظَلَةِ طَعْمُهَا مُرٌّ وَلَا رِيحَ لَهَا»
15	Potiron, potimarron, giraumon, kabocha (Cucurbita maxima Duchesne)	الدُّبَّاءُ، القَرَعُ	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ إِسْحَاقَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ أَبِي طَلْحَةَ، أَنَّهُ سَمِعَ أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ، أَنَّ خَبَّاطًا، دَعَا النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِيَطْعَمَ صَنَعَهُ، فَدَهَبَتْ مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَفَرَّبَ خُبْرَ شَعِيرٍ وَمَرَقًا فِيهِ دُبَّاءٌ وَقَدِيدٌ، فَرَأَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَنْتَبِعُ الدُّبَّاءَ مِنْ حَوَالِي الْقُصْعَةِ، فَلَمْ أَرَلْ أَحَبُّ الدُّبَّاءَ بَعْدَ يَوْمَيْهِ.
16	Acore calame, Acore odorant, Acore aromatique, Roseau aromatique, Lis des marais, Canne aromatique (Acorus calamus L)	الدَّرْبِيَّةُ (الْوَجُّ أو عُودُ الْوَجِّ أو الْوَيْجُ أو قَصَبُ الدَّرْبِيَّةِ أو حَشَبُ الدَّرْبِيَّةِ أو الْقُمَّحَةُ أو الْقَصَبُ الْعَطْرِيُّ أو قَصَبُ الطَّيِّبِ أو الْقَلَمُ الْهِنْدِيُّ أو عُودُ الرِّيحِ)	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ طَيَّبْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِبَيْدَى بَدْرِيَّةٍ فِي حَجَّةِ الْوَدَاعِ، لِلْجَلِّ وَالْإِحْرَامِ.

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Source du Hadith	El hadith
17	Safran (Crocus sativus L)	الرَّعْفَرَان	Sahih al-Bukhari (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)	عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ، أَنَّ رَجُلًا، قَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا يَلْبَسُ الْمُحْرِمُ مِنَ الثِّيَابِ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «لَا تَلْبَسُوا الْقُمُصَ، وَلَا الْعَمَائِمَ، وَلَا السَّرَاوِيَلَاتِ، وَلَا الْبِرَانِسَ، وَلَا الْجَفَافَ، إِلَّا أَحَدًا لَا يَجِدُ النَّعْلَيْنِ، فَلْيَلْبَسْ خُفَيْنِ، وَلْيَقَطْعُهُمَا أَسْفَلَ مِنَ الْكَعْبَيْنِ، وَلَا تَلْبَسُوا مِنَ الثِّيَابِ شَيْئًا مَسَّهُ زَعْفَرَانٌ وَلَا الْوَرْسُ».
18	Kef es sebaa, anfel, saâdane (Neurada procumbens L.)	السَّعْدَان (أنفال، كف السبع)	Sahih Muslim (صَحِيحُ مُسْلِمٍ)	عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ: قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْجِسْرُ قَالَ: «دَخَضٌ مَزَلَةٌ فِيهِ خَطَاطِيفٌ وَكَلَالِيبٌ وَخَسَكٌ تَكُونُ بِنَجْدٍ فِيهَا شَوْيْكَةٌ يُقَالُ لَهَا السَّعْدَانُ فَيَمُرُّ الْمُؤْمِنُونَ كَطَرْفِ الْعَيْنِ وَكَالْبُرْقِ وَكَالرَّيْحِ وَكَالطَّيْرِ وَكَأَجَاوِيدِ الْخَيْلِ وَالرَّكَابِ فَنَاجٍ مُسَلَّمٌ وَمَخْدُوشٌ مُرْسَلٌ وَمَكْدُوسٌ فِي نَارِ جَهَنَّمَ»
19	Sésame (Sesamum indicum L)	السِّمْسِمِ (الجلجلانية، الجلجلان)	Sahih Muslim (صَحِيحُ مُسْلِمٍ)	عن محمد بن أبي أيوب: حدثني يزيد الفقيري، قال كنتُ قد شعفتي رأيتُ من رأي الخوارج فخرجنا في عصابة دوي عددي نريد أن نحج ثم نخرج على الناس. قال فمررنا على المدينة فإذا جابر بن عبد الله يحدث القوم، جالس إلى سارية، عن رسول الله صلى الله عليه وسلم. قال فإذا هو قد ذكر الجهنميين. قال فقلت له: يا صاحب رسول الله! ما هذا الذي تحدثون؟ والله يقول (إِنَّكَ مَنْ تَدْخُلِ النَّارَ فَقَدْ أَخْرَجْتَهُ) [آل عمران: 190] و(كُلَّمَا أَرَادُوا أَنْ يَخْرُجُوا مِنْهَا أُعِيدُوا فِيهَا) [السجدة: 30] فَمَا هَذَا الَّذِي تَقُولُونَ؟ قَالَ فَقَالَ: أَنْقَرَأُ الْقُرْآنَ؟ قُلْتُ نَعَمْ. قَالَ فَهَلْ سَمِعْتَ بِمَقَامِ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَعْنِي الَّذِي يَبْعَثُهُ اللَّهُ فِيهِ قُلْتُ نَعَمْ. قَالَ فَإِنَّهُ مَقَامُ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمَحْمُودُ الَّذِي يُخْرِجُ اللَّهُ بِهِ مَنْ يُخْرَجُ. قَالَ ثُمَّ نَعَتَ وَضَعُ الصِّرَاطِ وَمَرَّ النَّاسِ عَلَيْهِ. قَالَ وَأَخَافُ أَنْ لَا أَكُونَ أَحْفَظُ ذَلِكَ قَالَ غَيْرَ أَنَّهُ قَدْ رَعِمَ أَنْ قَوْمًا يَخْرُجُونَ مِنَ النَّارِ بَعْدَ أَنْ يَكُونُوا فِيهَا. قَالَ يَعْنِي فَيَخْرُجُونَ كَأَنَّهُمْ عِيدَانُ السَّمَاسِمِ. قَالَ فَيَدْخُلُونَ نَهْرًا مِنْ أَنْهَارِ الْجَنَّةِ فَيَغْتَسِلُونَ فِيهِ فَيَخْرُجُونَ كَأَنَّهُمْ الْقَرَّاطِيسُ.
20	séné (Senna alexandrina Mill)	السَّنَا / السَّنَامَكِي	Al-Mu'jam al-Kabir d'Attabarani (المعجم الكبير للطبراني)	عَنْ أُمِّ سَلَمَةَ، قَالَتْ: دَخَلَ عَلَيَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَ: مَا لِي أَرَاكَ مُرْتَبَةً؟، فَقُلْتُ: شَرِبْتُ دَوَاءً اسْتَحْشِي بِهِ، قَالَ: وَمَا هُوَ؟، قُلْتُ: الشُّبْرُمُ، قَالَ: وَمَا لِكَ الشُّبْرُمِ؟، قَالَ: فَإِنَّهُ حَارٌّ نَارٌ عَلَيْكَ بِالسَّنَا وَالسَّنُوتِ فَإِنَّ فِيهِمَا دَوَاءً مِنْ كُلِّ شَيْءٍ، إِلَّا السَّامَ
21	Cumin (Cuminum cyminum L)	السَّنُوتُ / الكُمُون		
22	Câprier (Zilla spinosa (L.))	الشُّبْرُم (الكبار)		

N°	Nom de la plante	Nom de la plante en arabe	Source du Hadith	El hadith
23	Orge	الشعير	Sahih al-Bukhari (صحيح البخاري)	عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَرَضَ زَكَاةَ الْفِطْرِ صَاعًا مِنْ تَمْرٍ، أَوْ صَاعًا مِنْ شَعِيرٍ عَلَى كُلِّ حُرٍّ، أَوْ عَبْدٍ ذَكَرٍ أَوْ أُنْتَى مِنَ الْمُسْلِمِينَ (Sahih al-Bukhari) (صَحِيحُ الْبُخَارِيِّ)) عَنْ عَائِشَةَ، زَوْجِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهَا كَانَتْ إِذَا مَاتَ الْمَيِّتُ مِنْ أَهْلِهَا فَاجْتَمَعَ لِذَلِكَ النِّسَاءِ، ثُمَّ تَقَرَّرْنَ، إِلَّا أَهْلَهَا وَحَاصَّتْهَا، أَمَرَتْ بِبُرْمَةٍ مِنْ تَلْبِينَةٍ فَطُبِخَتْ، ثُمَّ صُنِعَ تَرِيدٌ فَصَبَّتِ التَّلْبِينَةَ عَلَيْهَا ثُمَّ قَالَتْ كُلْنَ مِنْهَا فَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «التَّلْبِينَةُ مَجْمَعٌ لِقُودِ الْمَرِيضِ، تَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحُزَنِ»
24	Aloe vera (L.) Burm	الصبر	Sahih Muslim (صحيح مسلم)	عَنْ نُبَيْهِ بْنِ وَهَبٍ، قَالَ: خَرَجْنَا مَعَ أَبَانَ بْنِ عُثْمَانَ حَتَّى إِذَا كُنَّا بِمَلِّ، اشْتَكَى عُمَرُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ عَيْنِيهِ، فَلَمَّا كُنَّا بِالرُّوحَاءِ اشْتَدَّ وَجَعُهُ فَأَرْسَلَ إِلَى أَبَانَ بْنِ عُثْمَانَ يَسْأَلُهُ، فَأَرْسَلَ إِلَيْهِ أَنْ اضْمُدَّهُمَا بِالصَّبْرِ، فَإِنَّ عُثْمَانَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، حَدَّثَ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي الرَّجُلِ إِذَا اشْتَكَى عَيْنِيهِ، وَهُوَ مُحْرَمٌ صَمَدَهُمَا بِالصَّبْرِ.
25	Buis (Buxus dioica Forssk)	الكتم	Sunan an-Nasa'i (سنن النسائي)	عَنْ أَبِي ذَرٍّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنَّ أَحْسَنَ مَا عَيَّرْتُمْ بِهِ الشَّيْبَ الْجِنَاءُ وَالْكُتْمُ».
26	Poireau, Ail poireau	الكرات	Sahih Muslim (صحيح مسلم)	عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ الْأَنْصَارِيِّ، قَالَ: نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، عَنْ أَكْلِ الْبَصَلِ وَالْكَرَاتِ، فَغَلَبَتْهَا الْحَاجَةُ، فَأَكَلْنَا مِنْهَا، فَقَالَ: «مَنْ أَكَلَ مِنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ الْمُتْنِنَةِ، فَلَا يَقْرَبَنَّ مَسْجِدَنَا، فَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ تَأْذَى، مِمَّا يَأْذَى مِنْهُ الْإِنْسُ».
27	TerfesseT(erfezia spp)	الكمأة / الترفاس	Sahih al-Bukhari (صحيح البخاري)	سَمِعْتُ سَعِيدَ بْنَ زَيْدٍ، قَالَ: قَالَ: سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «الْكَمَاءُ مِنَ الْمَنْ، وَمَاؤُهَا شِفَاءٌ لِلْعَيْنِ».

Source : <https://qbg.org.qa/ar-qbg-plants/>, 2023 (حديقة القرآن النباتية), The Qur'anic Botanic Garden (النباتات المذكورة في القرآن والحديث)

Annexe N° : 04
Questionnaire n°.....
Utilisation des plantes médicinales

1. **Sexe** : Masculin Féminin
2. **L'âge** : < à 20 ans 21-30 ans 31-40 ans 41-50 ans 51-60 ans > 60 ans
3. **Niveau d'instruction** : Aucun niveau Primaire Moyen Secondaire Universitaire
4. **Avez-vous des informations sur les plantes médicinales ?** Oui Non
5. **Origine de l'information:** Formation académique Par expérience Par héritage Lecture
 Herboristes Pharmaciens Autres :
6. **Utilisez-vous des plantes médicinales pour soigner certaines maladies ?** Oui Non
7. **Résultats obtenus à la suite du traitement par ces plantes :** Positif Négatif
8. **Quelles sont ces plantes médicinales :** Nom scientifique :
- * Nom commun (ou local) : * Nom en arabe
9. **L'origine** : Locale Importée
10. **Type de plante collectée** : Spontanée Cultivée Importée
11. **Période de la récolte** : Été Automne Hiver Printemps Toute l'année
12. **Partie utilisée:** Racine Tige Feuille Fleur Fruit Graine Ecorce Bourgeon
Plante Entière Rameaux Tubercules Autres :
13. **Utilisée fraîche et/ou sèche** : Fraîche Sèche
14. **Possibilité de stockage** : Fraîche Sèche
15. **Temps ou durée de stockage** :
16. **Utilisation : * Chez l'homme** :
.....
.....
.....
- ***Chez les animaux**
.....
.....
- * **Chez les plantes**
.....
17. **Forme d'emploi** : Tisane Poudre Huiles essentielles Huiles grasses Extrait
(teinture, solution, gélule) Autres
18. **Ingrédients** :

.....
.....
.....

19. Mode d'emploi :

.....
.....
.....
.....
.....

20. Durée d'utilisation :

21. Posologie (nombre de prise /jours):.....

22. Conseils d'utilisation :

.....
.....
.....
.....

23. Effets secondaires (au cours du traitement) :

.....
.....
.....
.....

24. Précautions d'emploi :

.....
.....
.....
.....

25. Préférez-vous le traitement par: les plantes médicinales Médecine moderne

Les deux en même temps

NB : Si certaines questions ne vous concernent pas, veuillez noter NC (non concerné).

Annexe N° : 05

استبيان رقم..... (استعمال النباتات الطبية)

- 1- الجنس: ذكر أنثى
- 2- السن: > 20 سنة 21-30 سنة 31-40 سنة 41-50 سنة 51-60 سنة < 60 سنة
- 3- المستوى التعليمي: بدون مستوى ابتدائي متوسط ثانوي جامعي
- 4- هل لديك معلومات عن النباتات الطبية؟ نعم لا
- 5- مصدر المعلومات عن طريق : تكوين أكاديمي تجربة التوريث المطالعة والقراءة بائعي الأعشاب الصيدليات أخرى
- 6- هل تستعملون النباتات الطبية لعلاج بعض الأمراض؟ نعم لا
- 7- النتائج المتحصل عليها بعد العلاج بهذه النباتات؟ إيجابية سلبية
- 8- ما هي هذه النباتات الطبية: * الاسم العلمي:
- * الاسم المحلي المتداول: * الاسم بالعربية.....
- 9- المصدر: محلية مستوردة
- 10- نوع النباتات التي تم جمعها: تلقائية مزروعة مستوردة
- 11- وقت الجني: الصيف الخريف الشتاء الربيع على مدار السنة
- 12- الجزء المستعمل: الجذر الساق الورقة الزهرة الثمرة البذرة اللحاء البرعم النبتة كاملة الأفرع درنات أخرى
- 13- تستعمل طرية أو مجففة: طرية مجففة
- 14- إمكانية التخزين: : طرية مجففة
- 15- زمن أومدة التخزين:
- 16- استعمالاتها: * عند الانسان:
-
-
-
- * عند الحيوانات:
-
-
- * عند النباتات:
-

17- أشكال الاستعمال: منقوع (مغلى) مسحوق زيوت أساسية زيوت دهنية مستخلص (صبغة، محلول، كبسولة) أخرى

18- المقادير:

.....

.....

.....

19- طريقة الاستعمال:

.....

.....

.....

.....

.....

20- مدة الاستعمال:

21- الجرعة (عدد الجرعات في اليوم):

22- نصائح عند الاستعمال (تحذيرات):

.....

.....

.....

.....

23- الآثار الجانبية (أثناء العلاج):

.....

.....

.....

.....

24- احتياطات الاستعمال:

.....

.....

.....

.....

25- هل تفضل العلاج ب: النباتات الطبية الطب الحديث كلاهما في نفس الوقت

ملاحظة: إذا كانت بعض الأسئلة لا تنطبق عليك، يرجى وضع الملاحظة التالية غ م (يقصد بها غير معني)

RESUME

L'enquête ethnobotanique que nous avons conduite a impliqué 1500 individus de divers âges, dont 30 herboristes de la région de Médéa. Une enquête approfondie a permis d'identifier 80 espèces de plantes regroupées en 40 familles botaniques et 74 genres, les familles les plus représentées étant les Lamiacées, Astéracées, Apiacées, Fabacées, Urticacées, Cupressacées, Verbénacées, Anacardiacees, Oléacées, Myrtacées et Rutacées.

Les parties des plantes les plus utilisées sont la partie aérienne (écorce, feuille, fleur, rameaux, tige et les grains). Les recettes sont principalement préparées sous forme de tisanes (infusion et décoction) et sont administrées exclusivement par voie orale.

Cette étude révèle que la majorité de la population ignore les effets indésirables potentiels et la toxicité des plantes utilisées dans ces préparations. A la lumière de ce travail, le recours à la médecine traditionnelle est largement répandu, en insistant sur le respect des doses et la durée du traitement.

Mots clés : Ethnobotanique, Phytothérapie traditionnel, plantes médicinales, enquête, Médéa.

Abstract

The ethnobotanical survey we conducted involved 1,500 individuals of various ages, including 30 herbalists from the Médéa region. This comprehensive survey enabled the identification of 80 plant species grouped into 40 botanical families and 74 genera, with the most represented families being Lamiaceae, Asteraceae, Apiaceae, Fabaceae, Urticaceae, Cupressaceae, Verbenaceae, Anacardiaceae, Oleaceae, Myrtaceae, and Rutaceae.

The most commonly used plant parts are aerial parts (bark, leaves, flowers, branches, stems, and seeds). Preparations are mainly made as herbal teas (infusions and decoctions) and administered exclusively orally.

This study reveals that the majority of the population is unaware of the potential adverse effects and toxicity of the plants used in these preparations. In light of this research, the use of traditional medicine is widespread, with an emphasis on adhering to recommended doses and treatment duration.

ملخص

حدد التحقيق أو الاستبيان المتعمق بثمانين (80) نوع من النباتات التي تنتمي إلى أربعين (40) عائلة نباتية، وأكثرها تمثيلاً هي العائلة الشفوية (Lamiacées)، المركبة (Astéracées)، المظلية أو عائلة الكرفس (Apiacées)، البقلية (Fabacées)، القرصية (Urticacées)، السروية (Cupressacées)، المينا أو الفربيونية (Verbénacées)، البطمية (Anacardiacees)، الزيتونية (Oléacées)، الآسية (Myrtacées)، والسذابية (Rutacées).

أكثر أجزاء النبات استعمالاً هو الجزء الهوائي (اللحاء، الورقة، الزهرة، الأفرع والساق) والبذور. يتم تحضير الوصفات بشكل أساسي عن طريق شاي الأعشاب (سواء منقوع أو مغلي) ويتم تناولها حصرياً عن طريق الفم.

كشفت هذه الدراسة أن غالبية السكان لا يدركون الآثار الضارة المحتملة وسمية النباتات المستخدمة في هذه الوصفات. في ضوء هذا العمل، فإن استخدام الطب التقليدي يحظى باستجابة واسعة النطاق، مع التأكيد على احترام الجرعات ومدة العلاج.