

PARTAGE

BULLETIN DE NOUVELLES DU SECAAR
N° 169 2^e semestre 2018

► ÉDITO

ET SI NOUS DEVENIONS TOU-TE-S PHARMACIEN-NE-S ?

Même si parfois, le problème de leur dosage ou celui de la clarification autour de leurs principes actifs se pose, les plantes médicinales restent une véritable panacée pour la santé de fer qu'on se souhaite en chaque début de nouvel an ou à une occasion spéciale. Dans presque toutes les traditions, surtout africaines, les plantes médicinales restent ancrées dans les usages et pratiques ancestrales. D'ailleurs, de nos jours, les médicaments contiennent des principes actifs d'origine végétale des plantes nécessaires pour la guérison des maux ou leur prévention.

Les applications de ces « médicaments naturels » restent variées et on finit par croire que ces plantes sont des « solutions à tout ». Utilisées comme arômes en cuisine, ou pour des soins dentaires, ou encore pour des traitements contre l'impuissance et la faiblesse sexuelles, les morsures, les problèmes gastriques, etc., les plantes médicinales soignent tout et sont exploitées partout. Et les tradipraticiens en font toute une science qui défie même parfois la médecine moderne. Pendant que la science peine à trouver un remède efficace contre le sida

ou l'hépatite C par exemple, les guérisseurs traditionnels affirment qu'il existe des remèdes naturels contre ces maladies.

Bref, les plantes médicinales sont essentielles. Et parfois au-delà de notre imagination, elles peuvent surprendre quant à leurs vertus thérapeutiques. En Europe et en Afrique par exemple, le basilic romain utilisé très souvent comme arôme en cuisine peut intervenir dans le traitement de la toux, des angines, des crampes d'estomac, des inflammations, de l'hypertension, des diarrhées, etc. Son huile essentielle peut être utilisée comme antibactérien. Certains composés aromatiques présents dans ses feuilles ont des propriétés antioxydantes notables. Bonne nouvelle donc pour les adeptes du pesto, du pistou ou des spaghettis aux herbes, plats contenant cette plante. ►

SOMMAIRE

- **Edito** P.1
- **Vie du Secaar** P.2
- **Thématique - Souveraineté alimentaire : des enjeux de taille** P.3
- **Témoignage de Mme Loko Ayélé** P.5
- **Le jardin médicinal, une pharmacie naturelle à disposition de tou-te-s** P.6



Secaar

Agir ensemble pour un développement intégral

VIE DU SECAAR

RÉUNION DU BUREAU

La réunion statutaire du Bureau du Secaar a eu lieu à Lomé du 27 au 29 mars 2018. L'ordre du jour était relatif entre autres, au suivi des résolutions du Bureau d'octobre 2017, à l'étude et l'adoption du rapport d'activités 2017 ainsi qu'à l'adoption du programme d'activités et du budget 2018.

La prochaine réunion du Bureau est prévue du 24 au 26 octobre 2018 à Lomé.

ACCUEIL DE GHISLAIN ET THIBAUD

L'équipe du secrétariat du Secaar s'est agrandie de nouveau avec l'arrivée de Ghislain Alofa-Kponve et de Thibaud Rossel.

Ghislain a été recruté en qualité de chargé de communication. Il a intégré l'équipe du secrétariat depuis le 01 juillet 2018. Thibaud quant à lui, est arrivé le 27 août 2018 en qualité d'Envoyé DM-échange et mission, assistant en agroécologie au Secrétariat pour une année. Nous leur souhaitons un plein succès dans leur travail.

ATELIER DE CAPITALISATION EN AGROÉCOLOGIE

Le groupe de travail de la communauté de coopération de Pain pour le Prochain (PPP) sur le droit à l'alimentation a organisé en collaboration avec le Secaar, un atelier d'échanges de savoirs et de pratiques afin de faciliter la capitalisation des initiatives en agroécologie paysanne dans la sous-région.

Cet atelier qui a connu la participation d'une trentaine de personnes venues de onze pays (Bénin, Burkina Faso, Cameroun, Guinée Conakry, Kenya, Mali, Niger, RDC, Sénégal, Suisse et Togo), a eu lieu à Ouidah au Bénin du 04 au 07 septembre 2018.

Les participant-e-s de l'atelier s'initient à la technique du Push-pull présentée par l'institut icipe.

► suite edito

Tout comme le basilic, le pissenlit (genre *Taraxacum*) aurait des propriétés antioxydantes certainement dues aux dérivés de l'acide hydroxycinnamique qui se présentent aussi comme des anticoagulants qui pourraient participer à la prévention des maladies cardiovasculaires. La plante possède aussi des propriétés antimicrobiennes et antiinflammatoires. C'est dire que l'usage des plantes médicinales permettrait de se mettre au pas d'une médecine plus vivante que jamais, inspirée par Dieu Lui-même et présente dans la nature.

Au quotidien, les plantes médicinales peuvent être consommées de plusieurs manières: tisane, sauce, amuse-gueules, jus de fruits, etc. Tous les repas de la journée peuvent en contenir. De cette façon, on peut prévenir, sans le savoir parfois, plusieurs maux. Mieux, cultiver ces plantes chez soi revêt d'énormes avantages puisqu'ainsi, on peut valoriser la terre et se doter d'une pharmacie naturelle. Au lieu d'aller acheter des plantes médicinales à l'étalage avec le risque de pollution aux produits chimiques qui ont un effet très négatifs sur la santé, on peut par exemple, tranquillement, cueillir des feuilles de citronnelle ou de pissenlit dans son propre jardin et en faire bon usage tout en restant bio.

Voilà tout le sens de la promotion des jardins de plantes médicinales que fait le Secaar, notamment dans le cadre de son «Programme de promotion de la souveraineté alimentaire et création d'un réseau des fermes agroécologiques» en collaboration avec ses membres dans les deux pays (Togo et Bénin).

Aujourd'hui, c'est un secret de Polichinelle, un jardin de plantes médicinales par ménage, voilà une bonne option pour rallonger l'espérance de vie.

GHISLAIN ALOFA-KPONVE
CHARGÉ DE COMMUNICATION





THÉMATIQUE

SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE : DES ENJEUX DE TAILLE

Un sondage d'opinions réalisé en 2012 par le Secaar auprès de ses membres et partenaires révèle combien inquiétants sont les problèmes d'insécurité alimentaire. Afin d'apporter sa contribution à la résolution de ces difficultés, le Réseau Secaar a conçu un programme pilote triennal (2013-2015) de promotion de la sécurité alimentaire au Togo et au Bénin en collaboration avec ses membres dans les deux pays. L'évaluation finale de ce programme a montré des progrès sensibles dans la promotion de la sécurité alimentaire ; cependant, il a été constaté que les acquis de cette première phase doivent être renforcés pour aller plus vers la durabilité du système alimentaire. C'est ainsi qu'un nouveau programme pilote de promotion de la souveraineté alimentaire et de création d'un réseau de fermes agroécologiques a été élaboré toujours dans le but d'accompagner les initiatives et programmes de développement dans une perspective holistique. Celui-ci a pour ambition d'amener les producteur-trice-s à organiser la production et la distribution de leurs produits par le biais des microfermes qui mettent en œuvre des pratiques agroécologiques. Ainsi pour mieux apprécier l'évolution des fermier-ière-s, 16 bonnes pratiques agroécologiques ont

été identifiées et retenues. Les producteurs-trices impliqué-e-s dans ce programme sont formé-e-s, suivi-e-s et encouragé-e-s à mettre en œuvre ces 16 bonnes pratiques au bout de 3 ans (2016-2018) et surtout susciter leur mise en œuvre par d'autres producteur-trice-s de leur milieu.

S'inscrivant dans le plan stratégique 2017-2020 du Secaar, la phase 2016-2018 du programme vise à aller plus loin dans la promotion de l'alternative agroécologique pour les paysans du Togo et du Bénin en faisant la promotion :

- des pratiques agroécologiques qui permettent de produire de la nourriture dans un écosystème équilibré ;
- de l'inclusion des femmes et des jeunes dont la participation ou l'accès aux ressources est parfois insuffisamment pris en compte ;
- des prix rémunérateurs pour les produits à travers des stratégies appropriées de vente.



QUELQUES BONNES PRATIQUES AGROÉCOLOGIQUES

Le Secaar a établi une liste de 16 bonnes pratiques agroécologiques. Un manuel complet est en cours d'élaboration et sera publié courant 2019. Avant de toutes les découvrir, en voici quelques unes:

- Associer les cultures et effectuer une rotation des cultures;
- Appliquer des principes éthiques (fidélité à la terre, donner pour recevoir);
- Remplacer les engrais chimiques par les engrais organiques (compost);
- Diversifier sa production (céréales, légumes, avoir son propre jardin médicinal);
- Vendre ses produits directement aux consommateurs-trice-s (Agriculture contractuelle, vente directe);
- Être un-e chercheur-euse, pas seulement un-e producteur-trice qui applique des recettes. Valoriser le savoir local, adapté au contexte (échanger, transmettre ce savoir);
- Assurer l'accès des femmes aux ressources et aux décisions;
- Renforcer et assurer la participation des jeunes.

UN PROGRAMME ADAPTÉ AU TERRAIN

Les actions de formation, d'échanges d'expériences, d'accompagnement des fermier-ière-s agroécologiques modèles sont développées sur les parcelles de 12 producteurs-trice-s identifié-e-s auprès de 6 groupes accompagnés au Togo et au Bénin (à raison de 2 par groupements).

Ces fermier-ière-s modèles sont encouragé-e-s à tester toutes les bonnes pratiques agroécologiques et d'agriculture de conservation, qui sont le fruit de la capitalisation de différentes formations et échanges d'expériences menées par les personnes ressources du Secaar.

Ces fermes sont celles de ménages disposant de leurs propres parcelles en vue de régler le problème du foncier et d'assurer la durabilité de l'expérience.

Chacun-e de ces 12 fermiers-ière-s constitue un groupe de multiplication, c'est-à-dire que ces fermier-ière-s modèles expliquent leur démarche et leurs réalisations à d'autres personnes intéressées, notamment des jeunes qui voudraient se lancer dans l'agriculture. Chaque fermier-ière modèle est sensibilisé-e à partager les expériences de sa ferme avec les autres.

La finalité de ce programme est, rappelons-le, de permettre aux populations bénéficiaires des zones ciblées du Bénin et du Togo de progresser vers la souveraineté alimentaire par l'agroécologie; elles sont accompagnées pour atteindre et consolider leur sécurité alimentaire de façon durable à partir des revenus leur permettant de vivre dignement dans leurs différents milieux.



DES RÉSULTATS ET CHANGEMENTS SIGNIFICATIFS ENCOURAGEANTS

En cette fin de programme, des changements impressionnants ont été enregistrés. Nous pouvons citer :

- la prise de conscience et la confiance retrouvée par des producteurs-trice-s désormais rassuré-e-s qu'on peut vivre au village et être heureux-ses et épanoui-e-s;
- l'amélioration de la sécurité alimentaire et nutritionnelle dans les groupes cibles appuyés, par l'augmentation des rendements agricoles, la disponibilité de vivres, etc. Même au-delà de l'aspect sécurité alimentaire, le projet a suscité des actions de promotion d'hygiène et de salubrité auprès des populations bénéficiaires (mise en place de latrines dans les familles des bénéficiaires sur fonds propres par exemple);
- l'identification des expériences pertinentes à capitaliser et à partager avec les organisations partenaires : par exemple «jardin de plantes médicinales comme une boîte à pharmacie auprès des ménages ruraux» sur le plan opérationnel, et l'approche «fermier-ère-s modèles» sur le plan stratégique facilitant la diffusion des innovations.

Le programme de promotion de la souveraineté alimentaire et de création d'un réseau de fermes agroécologiques peut être qualifié de réussite. Il est une véritable aubaine pour les producteurs-trice-s. Les témoignages reçus par les équipes auprès des bénéficiaires en disent long sur les retombées positives qu'il procure.

SIMPLICE AGBAVON
SECRÉTAIRE EXÉCUTIF DU SECAAR, CHARGÉ DE PROGRAMMES

MME LOKO AYÉLÉ, COOPÉRATIVE ELIKE DE BOLOU, TOGO TÉMOIGNAGE

Je suis de la coopérative Elike de Bolou (Togo). Nous n'utilisons pas d'engrais chimiques. Nous faisons juste usage du compost. Avec cela, nous avons remarqué une hausse considérable de notre rendement. Lorsque nous utilisions des engrais chimiques, nos sols s'étaient appauvris. Avec le compost, ils ont été rétablis. Notre production qui nous donnait autrefois un ou deux sacs [de 100kg de maïs sur la surface cultivée] nous apporte maintenant en moyenne huit à dix sacs [sur la même surface].

Le Secaar nous a beaucoup aidés. A Bolou, notre activité principale c'est la poterie. Dans ce domaine aussi, le Secaar nous a appuyés en nous construisant des fours modernes. Il nous aide pour que notre pauvreté se réduise. Au niveau de l'agriculture aussi, il nous a formés pour que nous puissions réussir notre activité. C'est grâce au Secaar que nous arrivons à satisfaire nos besoins, nourrir nos familles et à scolariser nos enfants.



Retrouvez l'interview vidéo sur notre site internet
et sur notre page facebook
www.secaar.org |  Secaar





La vidéo reportage de l'atelier du Secaar sur les plantes médicinales à Dzolo est en ligne
www.secaar.org |  Secaar



LE JARDIN MÉDICINAL, UNE PHARMACIE NATURELLE À DISPOSITION DE TOU-TE-S

UNE BONNE PRATIQUE AGROÉCOLOGIQUE À PÉRENNISER

Un système alimentaire durable nécessite de promouvoir des savoirs et savoirs faire locaux. Ceux-ci constituent l'un des piliers sur lequel l'autonomie du système pourrait prendre assise. Promouvoir donc les plantes médicinales auprès des ménages, c'est travailler pour une autonomie en ce qui concerne les soins de santé de première nécessité et aussi permettre au système d'évoluer même si un apport extérieur venait à faire défaut. Et une des 16 bonnes pratiques que les producteur-trice-s doivent mettre en œuvre dans le programme de promotion de la souveraineté alimentaire et création d'un réseau de fermes agroécologiques est «la diversification de la production: céréales, jardin potager (pour une alimentation saine et équilibrée) et jardin des plantes médicinales». La mise en place de ce dernier constitue l'installation d'une pharmacie naturelle à la disposition des ménages et élargit notre vision de l'agroécologie au niveau du Secaar.

DES AVANTAGES DIVERS

La promotion des jardins de plantes médicinales à proximité des ménages ruraux revêt une importance capitale; elle permet aux producteurs-trice-s de :

- être autonome dans les soins primaires;
- valoriser les savoirs locaux;
- aller vers la durabilité du système alimentaire;
- être en bonne santé: promouvoir une bonne santé;
- renforcer le réseau des fermiers-ière-s à travers les partages;
- accroître les sources de revenus par la vente des plantes médicinales (pépinières de plantes et autres produits à base de plantes);
- avoir des plantes saines pour les soins de santé;
- éviter la disparition de certaines plantes très utiles dans les milieux ruraux.



Echange de connaissances autour du gingembre, dit "Dotè" en Ewe.

CONSOLIDER LA PRATIQUE

Le Secaar en collaboration avec ses partenaires a organisé du 24 au 27 juillet 2018, dans le village de Dzolo (Préfecture de l'Avé-Togo), un atelier d'échanges et de partages d'expériences entre les producteurs-trice-s agricoles accompagné-e-s dans le cadre de son programme de promotion de la souveraineté alimentaire et réseau de fermes agroécologiques. Cette rencontre entre dans la ligne droite des actions d'apprentissage mutuel des producteurs-trice-s impliqué-e-s dans le programme. Il s'agit de créer un espace pour des échanges entre les acteur-trice-s venant de différents milieux avec des expériences très diversifiées. Pour cette édition 2018, les échanges se sont focalisés sur les plantes médicinales.

SIMPLICE AGBAVON
SECRÉTAIRE EXÉCUTIF DU SECAAR, CHARGÉ DE PROGRAMMES

PAR OÙ DÉBUTER ?

Nous n'avons pas tous une parcelle de jardin à côté de chez nous. Cependant, ce n'est pas une excuse pour ne pas cultiver une ou deux plantes aux vertus médicinales. Par exemple, l'Aloe Vera pousse très bien dans un pot sur le bord de votre fenêtre et ne demande que très peu d'entretien. A chacun-ne donc son pot de plantes médicinales à la maison.

LES VERTUS SANTÉ DU GINGEMBRE

Le gingembre est une plante herbacée dont on retrouve les traces 3000 ans en arrière dans les écrits chinois et indiens. Aujourd'hui, il est consommé sous plusieurs formes à savoir : frais, séché, en poudre, en gélule, en tisane. Il a des vertus médicinales et thérapeutiques : anti-inflammatoire, antibactérien, anti-nausée, anti-oxydant.

Le gingembre, une richesse en minéraux et vitamines

Cette plante est naturellement riche en minéraux tels que : le phosphore, le fer, le calcium, le manganèse, le sodium et le magnésium. Le gingembre est aussi pourvu en vitamines C, B1, B2 et B3. Sa racine est riche en amidon, et contient aussi plus de protéines et de lipides que la plupart des légumes racines et tubercules. Bref, de quoi constituer un parfait petit cocktail santé !

Il favorise la digestion, réduit les nausées, atténue les douleurs, lutte contre la fatigue. Il est surtout connu pour ses propriétés aphrodisiaques.

Comment consommer le gingembre ?

Pour bénéficier des différents bienfaits du gingembre sur votre santé, il est conseillé d'en consommer quotidiennement, sous forme râpée, infusée, saupoudrée... À vous de choisir sous quelle forme vous le préférez ! Bien entendu, vous pouvez également le consommer frais en l'accommodant dans vos petits plats.

Les précautions d'emploi

Le gingembre peut être consommé par tout le monde et à toute heure de la journée à partir du moment où le dosage thérapeutique est respecté. Cependant, certaines contre-indications à sa consommation existent. Ainsi, il ne faut pas consommer du gingembre avant une intervention chirurgicale, car il agit comme anticoagulant. En cas de prescription médicale, avertir votre médecin traitant de votre consommation de gingembre afin qu'il vérifie les interactions médicamenteuses possibles. Si vous êtes enceinte, il convient d'obtenir un avis médical préalable avant de tester ses vertus.

CLAUDE LAMADOKOU
PERSONNE RESSOURCE DU SECAAR

PROCHAINEMENT LES ACTIVITÉS À VENIR

- ▶ Réunion du Bureau du Secaar à Lomé du 24 au 26 octobre 2018.
- ▶ Rencontres des différentes plateformes du Secaar, Afrique de l'Ouest, Afrique Centrale Nord et Sud en novembre.
- ▶ Formation à CESAO Pôle Régional Burkina sur l'outil EPRACC.
- ▶ Participation à la Caravane Ouest Africaine, droit à la terre, l'eau et à l'agroécologie paysanne au Togo du 23 au 26 novembre 2018.

Retrouvez les dernières nouvelles du Secaar sur notre site internet et sur notre page facebook :

www.secaar.org

 Secaar

Le Secaar est une Association regroupant dix-neuf Eglises et organisations d'Afrique et d'Europe. Fondé en 1988, il constitue un réseau engagé dans la promotion d'un développement intégral.

CONTACT

Secaar

Secrétariat de Lomé
149, rue de l'OGOUI Kodjoviakopé
01 BP 3011 Lomé 01 Togo

Tél : 00228 22 20 28 20
secretariat@secaar.org
www.secaar.org

LES MEMBRES DE L'ASSOCIATION SECAAR

- ▶ Eglise Protestante Méthodiste du Bénin (EPMB)
- ▶ Eglise Evangélique des Assemblées de Dieu (EEAD / BUPDOS)
- ▶ Alliance Missionnaire Internationale (AMI)
- ▶ Eglise Evangélique du Cameroun (EEC)
- ▶ Cercle International pour la Promotion de la Création (CIPCRE)
- ▶ Groupement d'Initiative Communautaire TerrEspoir (GIC TerrEspoir)
- ▶ Eglise Méthodiste Unie de Côte d'Ivoire (EMUCI)
- ▶ Service Protestant de Mission (Defap)
- ▶ Union Fraternelle des Eglises Baptistes (UFEB)
- ▶ Centre Régional d'Appui et de Formation pour le Développement (CRAFOD)
- ▶ Département Missionnaire (DM-échange et mission)
- ▶ Eglise Evangélique Presbytérienne du Togo (EEPT)
- ▶ Association des Eglises de la Coopération Evangélique Tchadienne (AECET)
- ▶ Solidarité-Entraide-Libéralité (SEL - Bénin)
- ▶ Eglise Protestante du Sénégal (EPS / APES)
- ▶ Eglise Méthodiste du Togo (EMT / PMDCT)
- ▶ Assemblées Chrétiennes au Tchad / Programme Chrétien d'Animation Rurale (ACT / PCAR)
- ▶ Office de Développement des Eglises Evangéliques (ODE)
- ▶ Eglise Presbytérienne au Rwanda (EPR)

RÉDACTION

Ghislain Alofa-Kponve, Christian Codjo,
Simplice Agbavon, Claude Lamadokou

CHEF-FE-S DE RÉDACTION

Ghislain Alofa-Kponve, Marion Delannoy

RELECTURE

Thibaud Rossel

IMPRESSION

Copyshop (Lomé - Togo)

NUMÉRO 169 Octobre 2018

Parution : 2 fois par an