

# Niñen puo' mfa nkié

## Les champignons en pays Bamoun au Cameroun



Par:

Njouonkou André Ledoux

Nkouo Wokwenmendame Ninon

Abdoulaye Mbenmoun



*Auricularia* sp.  
Puo'kombuo'

*Phlebopus sudanicus*  
Puo'kan

*Gymnopilus aureobrunneus*

*Lactarius* sp.  
Puo'mbùm mon

*Lactarius longipes*  
Puo'tita

*Lactarius rubroviolascens*  
Puo'Nga' lare pùte

*Lentinus squarrosulus*  
Puo'tùtù

*Pleurotus flabellatus*  
Puo'tùtù

*Pleurotus pulmonarius*  
Puo'tùtù

*Pleurotus tuber-regium*

*Russula meleagris*  
Puo'ña' nkié

*Lactarius gymnocarpus*  
Puo'mbiit

*Russula cellulata*  
Puo'nga' lare fù

*Termitomyces aurantiacus*  
Puo'mesisi

*Termitomyces clypeatus*  
Puo'njé njé

*Termitomyces lesteui*  
Puo'wu'

*Termitomyces schimperi*  
Puo'shiit

*Termitomyces* sp.  
Puo'mepki ou Puo'mbikùre

*Termitomyces striatus* f. *grisumboides*

*Ganoderma lucidum*  
Puo'kuo'tùen

*Cantharellus platyphyllus*  
Puo'ntuo mengop

*Termitomyces microcarpus*  
Puo'me fùfù

*Termitomyces mboudaëina*  
Puo'njii'ou Puo nkù memgbié

*Amanita* sp.

● alimentaire

⊗ non alimentaire

■ médicinale

▲ dangereux

Les champignons sont importants pour notre alimentation, notre santé, notre économie et notre environnement. Protégeons-les en conservant nos forêts et savanes.

*Puo' pua pôkéri meshi'yi nkù wu puo, yi njü ru puo, mbe mfa mbet pam ne puo'mbit shüshü'njù mansié. Puo to'she wap ne yi mbe shüshü'nsèn nsèn pua kwet kwet pôkéri.*

# Bonne et Heureuse Année

## Pôkët lâm mfa

# 2012

JANVIER / JANUARY						
LUN/MON	2	9	16	23	30	
MAR/TUE	3	10	17	24	31	
MER/WED	4	11	18	25		
JEU/THU	5	12	19	26		
VEN/FRI	6	13	20	27		
SAM/SAT	7	14	21	28		
DIM/SUN	1	8	15	22	29	

FEVRIER / FEBRUARY						
LUN/MON	6	13	20	27		
MAR/TUE	7	14	21	28		
MER/WED	1	8	15	22	29	
JEU/THU	2	9	16	23		
VEN/FRI	3	10	17	24		
SAM/SAT	4	11	18	25		
DIM/SUN	5	12	19	26		

MARS / MARCH						
LUN/MON	5	12	19	26		
MAR/TUE	6	13	20	27		
MER/WED	7	14	21	28		
JEU/THU	1	8	15	22	29	
VEN/FRI	2	9	16	23	30	
SAM/SAT	3	10	17	24	31	
DIM/SUN	4	11	18	25		

AVRIL / APRIL						
LUN/MON	2	9	16	23	30	
MAR/TUE	3	10	17	24		
MER/WED	4	11	18	25		
JEU/THU	5	12	19	26		
VEN/FRI	6	13	20	27		
SAM/SAT	7	14	21	28		
DIM/SUN	1	8	15	22	29	

MAI / MAY						
LUN/MON	7	14	21	28		
MAR/TUE	1	8	15	22	29	
MER/WED	2	9	16	23	30	
JEU/THU	3	10	17	24	31	
VEN/FRI	4	11	18	25		
SAM/SAT	5	12	19	26		
DIM/SUN	6	13	20	27		

JUIN / JUNE						
LUN/MON	4	11	18	25		
MAR/TUE	5	12	19	26		
MER/WED	6	13	20	27		
JEU/THU	7	14	21	28		
VEN/FRI	1	8	15	22	29	
SAM/SAT	2	9	16	23	30	
DIM/SUN	3	10	17	24		

JUILLET / JULY						
LUN/MON	2	9	16	23	30	
MAR/TUE	3	10	17	24	31	
MER/WED	4	11	18	25		
JEU/THU	5	12	19	26		
VEN/FRI	6	13	20	27		
SAM/SAT	7	14	21	28		
DIM/SUN	1	8	15	22	29	

AOÛT / AUGUST						
LUN/MON	6	13	20	27		
MAR/TUE	7	14	21	28		
MER/WED	1	8	15	22	29	
JEU/THU	2	9	16	23	30	
VEN/FRI	3	10	17	24	31	
SAM/SAT	4	11	18	25		
DIM/SUN	5	12	19	26		

SEPTEMBRE / SEPTEMBER						
LUN/MON	3	10	17	24		
MAR/TUE	4	11	18	25		
MER/WED	5	12	19	26		
JEU/THU	6	13	20	27		
VEN/FRI	7	14	21	28		
SAM/SAT	1	8	15	22	29	
DIM/SUN	2	9	16	23	30	

OCTOBRE / OCTOBER						
LUN/MON	1	8	15	22	29	
MAR/TUE	2	9	16	23	30	
MER/WED	3	10	17	24	31	
JEU/THU	4	11	18	25		
VEN/FRI	5	12	19	26		
SAM/SAT	6	13	20	27		
DIM/SUN	7	14	21	28		

NOVEMBRE / NOVEMBER						
LUN/MON	5	12	19	26		
MAR/TUE	6	13	20	27		
MER/WED	7	14	21	28		
JEU/THU	1	8	15	22	29	
VEN/FRI	2	9	16	23	30	
SAM/SAT	3	10	17	24		
DIM/SUN	4	11	18	25		

DECEMBRE / DECEMBER						
LUN/MON	3	10	17	24	31	
MAR/TUE	4	11	18	25		
MER/WED	5	12	19	26		
JEU/THU	6	13	20	27		
VEN/FRI	7	14	21	28		
SAM/SAT	1	8	15	22	29	
DIM/SUN	2	9	16	23	30	

**Remarque:** Ne mangez un champignon que si vous le reconnaissez bien et que vous êtes sûr qu'il est comestible; sinon, abstenez-vous ou demandez conseil à celui qui connaît.

**Râne mi:** *Nkwet nùn puo' po ndu yùe pù rii pôkéri mbi pit nji mi pe na nkwet na; mbe ndi' pù nta nùrùt nganga pù pishe ne mùn ùe i yi ntui men na.*

