

LE PETIT ECRIVAIN

MAGAZINE

No. 002

MARS 2021

MAGAZINE DU PETIT ECRIVAIN

Education au Féminin

Le conseil
Harcèlement en milieu scolaire

Page 5

Espace Sensibilisation

Les réseaux sociaux
La cybersécurité

Page 10

Icône d'Afrique

Paul Kagame
Djaili Amadou Amal

Page 24

Culture de chez nous

Le Ngondo chez les Sawa
Les Nyan-Nyan chez les Feutsap

Page 28

La 2^{ème} Edition du Prix Le
Petit Ecrivain est lancée !!!

*Compétition ouverte sur tout le territoire national



GRATUIT



un Monde de Saveurs

Soutient le

A laptop is open on a desk, displaying the logo for the Prix Du Petit Ecrivain (PPE). The logo consists of three purple circles containing the letters 'P', 'P', and 'E' in white, arranged in a triangle. To the right of these circles, the words "Prix Du Petit Ecrivain" are written in red, stacked vertically.

PPE Prix
Du Petit
Ecrivain



SOMMAIRE

Education au Féminin

- 5 Le conseil
Harcèlement en milieu scolaire

Ta Conseillère

- 8 Ils s'interrogent
Elles leurs répondent

Espace Sensibilisation

- 10 Les réseaux sociaux
La cybersécurité

Actu Jeunes

- 15 Le savais-tu?
La BD

Icône d'Afrique

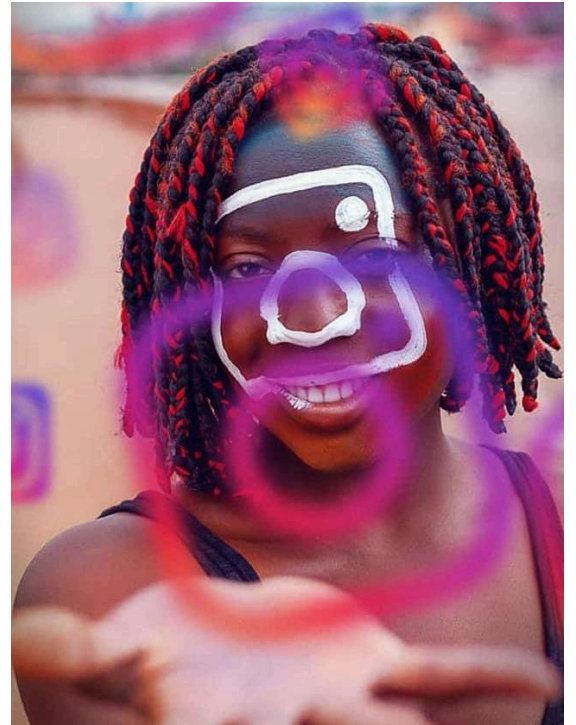
- 24 Paul Kagame
Djaili Amadou Amal

Jeunes Entrepreneurs

- 27 Curtis Kakeu
SEED Sarl

Culture de chez nous

- 28 Le Ngondo chez les Sawa
Le Nyan-Nyan chez les Feutsap



EDITORIAL

Le Journal du Lyceen

Directeur de publication :
Charles Legrand Djakou
Coordinatrice de l'activité
PPE :

Marcelle Sandrine Bengono
Directeur de publication
délégué :

Kevin Paul Nguidjol
Rédacteur en chef :
Lafortune Maouo Bofiène
Assistant de rédaction:

Kevine Mekam
Infographie :
Alain Ndeken Nguéleu

**Soutenu par des
entreprises fidèles à
leur engagement
citoyen en faveur de la
promotion de
l'éducation et de la
culture en milieu
scolaire et
universitaire.**

Le Magazine du Petit
Ecrivain est une
publication de LpE (Le
Petit Ecrivain) sarl,
Yaoundé-Cameroun

BP :
2413 Yaoundé-Messa
Site web :
www.lepetitecrivain.com

E-mail :
ppe@lepetitecrivain.com

**Contact insertion
publicitaire :**
242 60 67 61
Cover LpE Mag Mars 2021:
Laurita Ngringeh
Trimestre : Mars 2021



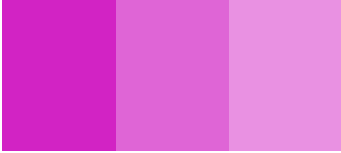
" Repenser la culture du Lire & Écrire chez les adolescents "

Le magazine du Petit Ecrivain est une peinture bienveillante de la réalité sociale en milieu jeune. En réalité, c'est un exercice trimestriel qui véhicule chez les adolescents la notion de réussite en tant qu'un défi personnel. Et cette Année, le magazine se redonne joyeusement des couleurs, plus proche du jeune avec l'image, une façon plutôt soft et artistique de repenser la culture du Lire & Ecrire dans les habitudes.

Les jeunes ne lisent plus, par conséquent n'écrivent plus, tout au moins, s'ils s'essayent, ils écrivent mal. Et cela se traduit par un certain désintéressement de la chose culturelle et littéraire. La mauvaise habitude de ne plus avoir le temps, le temps d'ouvrir un livre, le temps d'une petite rédaction, le temps d'une lettre bien soignée ou d'un poème passionné. Ils n'ont plus le temps de « Communiquer avec Art ».

Si écrire est un art, lire l'est aussi, d'où l'importance pour nous de « penser » et produire un contenu qui ose, au-delà du texte, mais bien plus profond encore. Et de même, nous attendons pareil de vous. Envoyez-nous vos plus belles créations, vivantes, d'un style propre à vos émotions, nous sommes impatients de vous lire avec toute l'attention du monde. Le Prix du Petit Écrivain 2021 vous appartient !

Marcelle Sandrine,



EDUCATION AU FEMININ

"La jeune fille et le harcèlement sexuel en milieu scolaire"

Le harcèlement est défini comme une forme de violence répétée sur une élève au sein de son établissement. Cette violence peut être verbale, physique, mentale et même sexuelle. Le harcèlement sexuel, lui est perçu comme le fait de vouloir infliger à un individu des gestes ou des propos à connotation sexuelle. En milieu scolaire, le harcèlement sexuel est de plus en plus pratiqué par les élèves, mais bien souvent par les enseignants aussi. Le harcèlement nuit grandement à la santé émotionnelle et physique des élèves qui le subissent. Si toi aussi tu as été sujette à des propositions sexuelles indécentes venant de tes professeurs ou de tes camarades, ne sois plus intimidée parce que voici quatre règles d'or pour prévenir ce problème et y faire face.

Aie confiance en toi

À l'école, les propositions indécentes, sexistes à connotation sexuelles sont souvent récurrentes. Il peut arriver que certains professeurs ou camarades aient des demandes sexuelles indésirables à travers des caresses et des remarques déplacées. C'est pourquoi tu dois toujours avoir confiance en toi et ne pas te laisser intimider par ce genre d'actes ou paroles qui, nous le savons bien, peuvent s'avérer très blessants et déconcertants.

Évite la mauvaise compagnie

Si tu as l'habitude de trainer avec des camarades qui ont l'habitude de te faire des blagues sexuelles de manière



LE CONSEIL,

Évite de jouer les allumeuses ou de faire des caprices vis-à-vis des garçons et professeurs. Les filles posées en classe sont les moins harcelées, par contre celles qui affichent un comportement désinvolte et irrespectueux sont les plus ciblées. Une attitude sérieuse crée de la distance entre toi et des personnes mal intentionnées, à la limite, ils te respecteront et auront peur de t'aborder autrement.



TIOF votre allié au quotidien...



B.P: 31026 Yaoundé-Cameroun.

Tél: 222 237 275 Vente au Cameroun et
en zone CEMAC

Rien ne vous arrête!



répétée ou de te proposer des rencontres et rendez-vous douteux, il faut tout simplement couper les ponts avec eux. Marcher avec ce genre d'amis ne t'apportera rien de bon à part te créer des problèmes. Tu finiras tôt ou tard par te retrouver dans une situation très compliquée.

Apprends à en parler

Si tu es harcelée sexuellement à l'école et que tu fais face à des demandes sexuelles avec lesquelles tu n'es pas du tout à l'aise, il ne faut pas rester dans ton coin et garder ce que tu ressens pour toi. Non ! Tu dois en parler. Pour ce faire, choisis quelqu'un de confiance et raconte-lui tout ce qui se passe, de préférence tes parents, parce qu'ils sont les mieux placés pour comprendre ce que tu ressens. Si tu as des grands

frères qui fréquentent la même école que toi ou pas, confie-toi aussi à eux. Dans ta démarche, tu peux aussi en parler à un personnel de ton établissement. Cela peut s'agir d'un surveillant ou encore d'un professeur assez redouté. Ainsi, il ou elle pourra rapidement prendre en charge ton problème en mettant en garde ton harceleur.

Sois courageuse et n'aie pas peur de dénoncer ton harceleur

Le harcèlement sexuel en milieu éducatif fait des ravages. Que ce soit sur le plan émotionnel ou encore scolaire. En effet, se faire harceler sexuellement peut te rendre triste et éparpillée. Il y'a de fortes chances que tes notes en payent les frais. C'est pourquoi tu dois prendre ton courage à deux mains et en parler auprès de ton entourage.

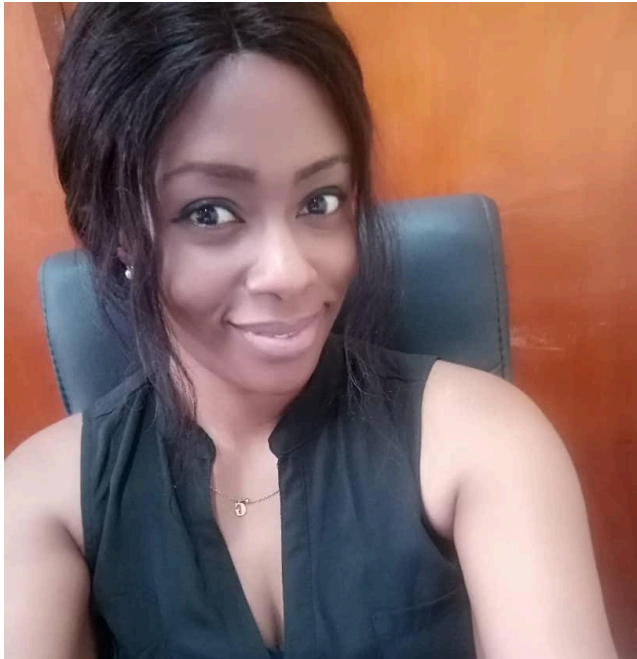


TA CONSEILLERE, Ils s'interrogent... elles leurs répondent.
Beaucoup de questions anonymes ce trimestre ! Envoyez vos questions via WhatsApp 242606761 ou directement sur notre page Facebook

Quelle est la cause de la maladie de Basedow ? (Anonyme, d'un élève de la Guinée)

La maladie de Basedow est une maladie caractérisée par une hyperactivité de la glande thyroïde (glande située à la base du cou) d'origine autoimmune. La personne atteinte produit des anticorps anormaux dirigés contre les cellules de la thyroïde. Plutôt que de détruire ces cellules, comme le ferait tout anticorps normal, ces anticorps reproduisent les effets de la TSH (hormone qui stimule la thyroïde) et stimulent continuellement la libération d'hormones thyroïdiennes, provoquant une hyperthyroïdie accompagnée de signes cliniques spécifiques. Cette surproduction échappe aux mécanismes de régulation

normalement mis en œuvre, provoquant une hyperthyroïdie. En plus de cette cause directe, certains facteurs de risque augmentent la probabilité d'apparition de la maladie de Basedow, tels que : Predisposition héréditaire : certaines familles recensent plusieurs cas de la maladie de Basedow. Pour cette raison, on soupçonne que des influences génétiques contribuent à la survenue de la maladie. En particulier les personnes du groupe HLA B8-DR3, Sexe : les femmes sont plus touchées que les hommes par la maladie de Basedow, Maladies autoimmunes : la présence d'autres maladies autoimmunes (par exemple diabète de type I, rhumatisme inflammatoire) peut augmenter le risque, Stress : un stress permanent ou provoqué par un



événement traumatisant peut, en présence d'une prédisposition héréditaire, augmenter le risque de développer la maladie de Basedow, Grossesse : en présence d'une prédisposition héréditaire, les changements hormonaux pendant ou après une grossesse peuvent augmenter le risque de développer la maladie de Basedow, Tabac : fumer influe sur le système immunitaire et peut augmenter le risque d'apparition de la maladie de Basedow. Plus une personne fume, plus le risque augmente.

Pourquoi la poliomyélite est aujourd'hui présente dans un seul pays au monde ? Et comment l'éradiquer définitivement ? (Anonyme, d'un élève du Tchad)

La poliomyélite n'est pas présente seulement dans un seul pays. Il existe plusieurs souches du virus de la poliomyélite : le poliovirus sauvage qui est plus virulent, présent dans 2 pays (l'Afghanistan et le Pakistan) et les autres souches présentes dans les pays

tels que la Centrafrique, le Tchad, le Niger, le Nigeria. L'initiative mondiale de l'éradication de la poliomyélite concerne la souche sauvage et pas les autres souches. Elle a 4 axes principaux :

1. *Le renforcement de la vaccination de routine.*
2. *Le renforcement de la surveillance épidémiologique des paralysies flasques aiguës.*
3. *La mise en œuvre des activités de vaccination supplémentaires préventives ou de riposte de qualité.*
4. *Et le renforcement des activités de communication pour le développement en faveur de la vaccination contre la poliomyélite.*

Peut-on aider nos proches sans souffrir le martyre de la méconnaissance ? (Question d'une jeune étudiante du Cameroun)

Si nous prenons la méconnaissance au sens de l'ingratitude, nous pouvons affirmer qu'il est effectivement possible d'aider nos proches sans souffrir le martyre de la méconnaissance. Cela dépendra de l'état d'esprit dans lequel on vient en aide. Donner de l'aide sans rien attendre en retour, avec amour et détachement, nous évite le risque d'être déçu et contribue à nous rendre heureux. Si on en a la possibilité, il faut continuer à venir en aide à ceux qui en ont besoin. Tolstoï affirme d'ailleurs : *"Un grand cœur, aucune ingratitude ne le referme, aucune indifférence ne le fatigue"*. Il faut toutefois être disposé à ne rien attendre de ceux à qui l'on vient en aide.

Question 1 & 2 : Docteur Ndjanmou née Gaëlle Lemdjo (santé).

Question 3 : Madame Muriel Annick Gwet (affaires sociales).



L'utilisation naïve des réseaux sociaux peut engendrer des conséquences émotionnelles, financières mais aussi juridiques et mener, dans certains cas, à la divulgation ou propagation de vos données personnelles. Les adolescents courent un très grand risque sur les réseaux sociaux.

Facebook, WhatsApp, Instagram, Twitter, Tik Tok et autres réseaux sociaux en milieu jeune.

"Cette rubrique bénéficie de l'expertise du Ministère des Postes & Télécommunications engagé dans la campagne nationale pour la promotion de la culture de la cybersécurité et sensibilisation à l'utilisation responsable des réseaux sociaux"



ESPACE SENSIBILISATION

L'utilisation responsable des réseaux sociaux

Le monde change vite et les habitudes technologiques avec. La question « tu es connecté ? » est de plus en plus récurrente chez les adolescents. Internet est devenu le moyen le plus pratique pour échanger en temps réel avec l'autre. Tout est possible : manipuler des vidéos, de la musique et même des photos. Mais attention, le Web n'est pas sans risque.

Les réseaux sociaux, un bonheur à double tranchant. Restons NETS en utilisant internet !

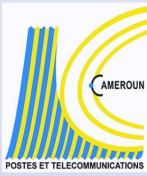
Facebook, WhatsApp, tik tok et Instagram sont les réseaux sociaux les plus prisés des jeunes. Mais ce qu'il faut savoir en revanche, c'est que s'ils permettent de réaliser de bonnes choses, ils peuvent également aider à réaliser le pire. Avec les réseaux sociaux, tu peux améliorer tes performances scolaires, te faire de nouveaux amis et même développer de petites activités propres à toi. Cependant, réalise que la frontière entre ta vie réelle et ta vie digitale sur le web est vraiment très mince. Le web a ses revers et ça commence toujours par le fait que la vie dans le téléphone empiète sur la vie réelle. Les internautes passent plus de temps connectés et surtout de nuit, à des heures indues. Le phénomène de "star à tout prix" et l'envie de créer le buzz poussent les adolescents à partager du tout et du n'importe quoi, sans code moral. Au final, les jeunes se retrouvent très vite dans une vilaine spirale qui conditionne dangereusement leur vie. C'est pourquoi tu dois faire attention non seulement à ceux que tu côtoies sur le web, surtout les amis assoiffés de buzz, mais aussi à tout ce que tu publies et partages sur tes comptes. Il est très important d'appliquer certaines règles d'usage quand tu es sur les réseaux sociaux :

- Utiliser les paramètres de sécurité prévus par chaque réseau social.
- Bien choisir tes amis et éviter les accros du buzz et de la vie facile.
- Ne jamais donner tes mots de passe, même pas aux amis intimes.
- Ne pas accepter les demandes d'amitié des personnes qui semblent louches.
- Bien sélectionner les textes, photos et vidéos que tu publies.
- Ne pas intégrer des groupes pornographiques et amoureux de la vie facile.

Personne ne t'interdit d'aller sur les réseaux sociaux, mais sois sage. Le web n'est pas sans risque et tout ce qui s'y passe laisse toujours des traces.



**CAMPAGNE NATIONALE POUR LA PROMOTION
DE LA CULTURE DE LA CYBERSÉCURITÉ ET SENSIBILISATION
À L'UTILISATION RESPONSABLE DES RÉSEAUX SOCIAUX**



**J'aime
MON PAYS**

**« JE M'ENGAGE
POUR UN USAGE
RESPONSABLE DES
RÉSEAUX SOCIAUX**

**" Soyez des internautes patriotes
et non des followers passifs et des relais naïfs "**

Paul BIYA, Message à la jeunesse (10/02/2018)



Qu'est-ce que la cybercriminalité ?

C'est l'ensemble des infractions commises sur les réseaux de télécommunications et particulièrement sur Internet. La cybercriminalité englobe l'ensemble des crimes, délits ou tout autre acte illégal commis à l'aide des technologies de l'information et de la communication.

tionnelles augmente de plus en plus et les plus fréquentes sont les suivantes : *La cyber-intimidation ou cyber-harcèlement* menaces, insultes, envoi de photos obscènes ou choquantes, rumeurs, tags sur des photos très compromettantes. *La cyber-pornographie*. *Le vol d'identité numérique*, la divulgation et/ou la propagation des données personnelles des enfants et de leurs parents.

Quelles sont les conséquences inhérentes à une mauvaise utilisation des réseaux sociaux ?

Comment les jeunes peuvent-ils y être exposés ?

Communément appelés génération «*Android*», ces jeunes sont nés et ont grandi à l'ère des nouvelles technologies. Ils ne peuvent par conséquent pas envisager un monde hors ligne sans accès à Internet ou aux médias sociaux. Dès leur plus bas âge, ils se familiarisent avec les ordinateurs, les tablettes, les smartphones et autres accessoires de communication électronique. Ils sont de ce fait exposés aux cybercriminels de tout genre, surtout lorsque leurs activités se font sans surveillance.

Quelle est la tranche à l'adolescence la plus exposée ?

Tous les jeunes sont exposés. Une récente enquête menée pendant l'élaboration de la charte de protection des enfants en ligne au Cameroun a révélé que les jeunes apprennent à utiliser Internet et les réseaux auprès de leurs Camarades.

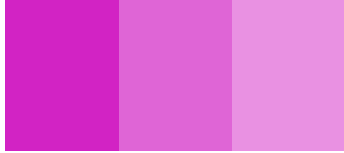
Quelles sont les infractions les plus récurrentes déjà enregistrées à ce jour ?

Le nombre des infractions dites conven-

L'interview avec Monsieur Chesi Azinwi, Cadre à la DSR (Direction de la sécurité des réseaux) au Ministère des Postes & Télécommunications

Les réseaux sociaux sont des plateformes d'échanges interactifs qui permettent de partager rapidement des informations, textes, photos, vidéos, etc.

Il existe donc des infractions liées à la mauvaise utilisation des réseaux sociaux. Cette mauvaise utilisation peut être volontaire ou involontaire. En effet, certaines personnes vont sur les réseaux avec l'ambition de commettre des actes malveillants tandis que d'autres, ignorantes ou manquant d'éducation, mènent des activités sans se douter des conséquences qui en découleraient. Pour celui qui pose un acte malveillant, l'ensemble des infrac-



tions et des sanctions sont contenues dans la loi *N*2010/012 du 21 décembre 2010 relative à la cybersécurité et la cybercriminalité*, au chapitre 2 téléchargeable dans l'onglet «textes» sur le site du ministère : www.Minpostel.gov.cm

Au-delà du cadre légal, l'utilisation naïve des réseaux sociaux peut engendrer des conséquences émotionnelles à l'instar de la cyberdépendance appelée aussi cyber-addiction qui est un trouble psychologique entraînant un besoin irrésistible et obsessionnel d'utiliser Internet. Elle se caractérise par l'ensemble des problèmes liés à l'utilisation de l'outil informatique qui auront un effet négatif et destructeur sur l'utilisateur. Les pertes financières quant à elles ne sont pas en reste notamment avec la montée en puissance des pa-

ris sportifs, des nouveaux procédés de marketing financier de réseau, ou les arnaques tristement célèbres sous le nom de "*portemonnaie électronique*".

Votre campagne de lutte contre la cybercriminalité met les jeunes au cœur dudit combat. Alors, comment comptez-vous les impliquer dans cette lutte et faire d'eux des protagonistes avérés ?

Plusieurs stratégies sont utilisées par le *Ministère des Postes & Télécommunications* pour faire participer les jeunes dans la lutte contre la cybercriminalité. Les actions programmées sont : Le lancement officiel de la Campagne et mise en place de la coalition nationale sur cybersécurité à travers : L'atelier National sur la cyber-

*Imprégnez-vous de la loi N*2010/012 du 21 décembre 2010 relative à la cybersécurité et la cybercriminalité au Cameroun téléchargeable dans l'onglet "textes" sur le site du Ministère : www.Minpostel.gov.cm*

sécurité regroupant les différents intervenants du secteur public, une rencontre de sensibilisation des entreprises, le forum de la société civile regroupant les associations et organisations de la société civile, des formations grand public formateurs et influenceurs, des ateliers de sensibilisation des autorités locales sur la cybersécurité et l'utilisation responsable des réseaux sociaux, des causeries éducatives sur l'utilisation responsable des réseaux sociaux et sur le cadre légal et réglementaire relative à la cybersécurité notamment la loi *N*2010/012 du 21 décembre 2010 relative à la cybersécurité et la cybercriminalité au Cameroun*. L'insertion des messages de sensibilisation dans la presse, les sites web et les mobiles des abonnés, la conception, production et diffusion des supports de communication + campagne d'affichage. Le suivi et évaluation du projet.

Face à la montée en puissance des déviations relatives à l'utilisation irresponsable d'internet et en particulier des réseaux sociaux, quels conseils pouvez-vous donner à la jeunesse camerounaise déjà présente et assez active sur internet ?

Choisir des mots de passe complexes et les changer régulièrement, régler minutieusement ses paramètres de confidentialité, ne pas communiquer ses données personnelles, avoir une attitude responsable en gardant à l'esprit que ce qui est mis en ligne est indélébile et qu'on est jugé à l'image de ce que nous publions, s'imprégner de la loi *N*2010/012 du 21 décembre 2010 relative à la cybersécurité et la cybercriminalité au Cameroun téléchargeable dans l'onglet «textes» sur le site du Ministère : www.Minpostel.gov.cm*

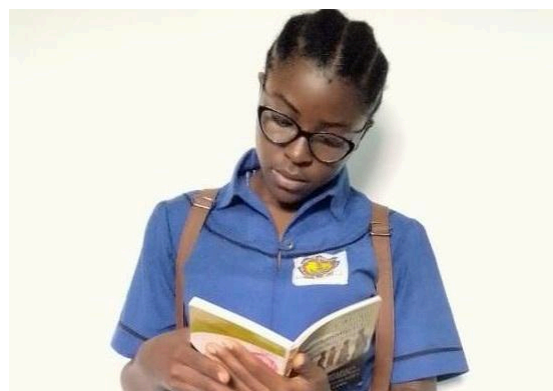
*Premier trimestre, Mars 2021.
Questionnaire proposé par l'équipe de rédaction du Magazine Petit Ecrivain.*

ACTU JEUNES



LE SAVAIS-TU? Tout savoir et tout comprendre...

Ce premier trimestre nous parlerons de l'expérience PPE 2020 avec nos lauréates, du Fair'Arts-Culture First, du ERU et enfin ta BD de Legends.





EXPERIENCE PPE 2020, nos ambassadrices parlent...

Maeva Balla, Tle au collège F.X. Vogt de Yaoundé : 1^{er} Prix du Petit Ecrivain édition 2020.

La première édition du Prix du Petit Écrivain a été pour moi une source de richesse et a constitué une magnifique expérience. Elle a épanoui ma passion pour l'écriture, mais aussi l'a ouverte sur un plus grand espace culturel et intellectuel en me poussant au-delà de mes capacités, tout en faisant aussi grandir mon amour pour la littérature avec l'acquisition de belles bases en technique d'écriture. Cette admirable expérience a permis d'une part de développer une confiance en moi, et d'autre part a donné une plus grande perspective à mes capacités de par la 1^{ière} place conquise. Mais le plus intéressant était que j'ai pu découvrir et apprendre avec des personnes qui comme moi, possèdent une passion pour la littérature.

Clarisse Bondoma, Tle au collège Jean Tabi de Yaoundé : 2^{ème} Prix du Petit Ecrivain édition 2020.

L'édition 2020 du Prix du Petit Ecrivain a été pour moi l'occasion de rencontrer de merveilleuses personnes, mais aussi d'en affronter de talentueuses. J'aimerais féliciter du mieux que je peux cette initiative si enrichissante qui ne sera que bénéfique pour la jeunesse. Toute l'équipe derrière ce travail de titan ne cesse d'œuvrer au quotidien afin d'offrir à la jeunesse un avenir dans lequel elle veut inscrire le "*Lire & l'écrire*". Le lire est assuré par le magazine qui regorge de conseils pour les élèves que nous sommes et l'écrire se manifeste par le Prix du Petit Écrivain. Parce qu'elle n'en était qu'à sa première édition, l'équipe percevait une hésitation au niveau de ses sponsors. Mais après ce fameux 19 décembre 2020, je ne crois pas me tromper en disant que toutes les personnes présentes dans la salle du Centre Culturel Camerounais sont ressorties comblées. Les partenaires n'ont pas lésiné sur les prix et les promesses pour les futures éditions ont fait rêver plus d'un. Je terminerai en disant que Le Petit Écrivain est une entreprise sérieuse, d'ailleurs très recommandable. C'est le fruit des efforts faits pendant de nombreuses années, des aînés qui se plient en quatre pour la jeunesse.

Habiba Rabiou Houbayda, a passé son baccalauréat l'année du PPE : 3^{ème} Prix du Petit Ecrivain édition 2020.

Parce que j'aime l'écriture, je me suis aventurée dans le Prix du Petit Ecrivain. En réalité, je percevais ma plume comme médiocre, mais les résultats de ce concours m'ont fait réaliser que j'ai encore beaucoup de travail à fournir, et aussi que j'avais ma place dans ce monde d'écrivains. En ce qui concerne la cérémonie de remise de prix, il faut avouer que l'organisation a surpassé mes attentes. On était entouré des personnes qui aiment la chose littéraire et cela se traduisait par la belle ambiance. C'était convivial et mon honneur était grand de porter l'écharpe qui faisait dorénavant de moi une ambassadrice de ce concours qui seulement à ces débuts, a fait des choses remarquables.



Fair'Arts-Culture First : la célébration des talents en éducation artistique et culturelle en milieu scolaire (avec le CERFESAC)

Née des cendres du Festival des Palmes du Théâtre Scolaire, la foire de Connaissances Artistiques et Culturelles est une occasion qui favorise la créativité et qui se propose d'être un lieu d'échange et de partage. À travers cette manifestation, le *CERFESAC* soutient à double titre la jeunesse dans ses activités post et périscolaires et de l'éducation artistique et culturelle. En effet, le *CERFESAC* est un programme de Concerté de la Sous-section LAL-Centre qui englobe les Encadreurs du Réseau de Formation, des Élèves du Secon-daire en Arts et Cultures, et des parte-naires institutionnels et techniques. Préoccupé par la promotion de la diversité des expressions culturelles et de la créativité, le *CERFESAC* : *Cercle des Frères et Sœurs Amis du*

Cameroun favorise une plus grande prise de conscience et le festival vise à consolider les activités culturelles et les efforts des festivaliers. Vu sur un plan culturel, les prestations des élèves révèlent des acquis culturels et sont également des vecteurs de messages qui permettent aux encadreurs d'améliorer d'une manière significative la visibilité de la culture. Vu sur le plan socioéconomique, les activités créées autour du festival peuvent améliorer les méthodes de financement des éditions avenir. Vu sur le plan pédagogique, le festival permet d'établir une passerelle entre culture, éducation à la citoyenneté et sauvegarde du patrimoine.

La promotrice : (00237) 650731491

SUNU ASSURANCES A LE BON PROFIL POUR GARANTIR L'ÉDUCATION DE VOS ENFANTS



LE ERU,

La Recette qui fait de plus en plus l'unanimité sur toutes nos tables

Ingrédients :

- 1 paquet de feuilles de Eru ou 3 tasses de feuilles de Eru (ou Okok).
- 750 g de feuilles d'épinards ou 3 tasses de feuilles de waterleaf.
- 1 tasse de Mandjanga ou écrevisses.
- Poissons fumés (brochettes, bifagos ou morue).
- Peau de bœuf.
- 1 kg de viande de bœuf.
- 1/4 litre d'huile de palme
- Sel.
- Piment (facultatif).
- 200 ml d'eau : utiliser le jus de cuisson de la viande et du poisson.

Préparation : 30 minutes.

Cuisson : 1 heure 15

Temps total : 1 heure 45

Note importante :

- 1- Les feuilles de Eru (okok) sont difficiles à cuire, il faut les tremper pendant 3 à 6 heures avant.
- 2- Pour une portion de Eru (ou okok), utilisez une portion d'épinard ou de waterleaf.

Ps : Les épinards sont différents du waterleaf et pour ceux qui ne peuvent pas trouver facilement le waterleaf, les épinards constituent un bon substitut.

L

orsque l'on parle du plat de Eru dans la cuisine camerounaise, sachez juste qu'il s'agit d'un mélange de deux légumes : l'Okok et le WaterLeaf (une sorte d'épinard à petites feuilles). La recette de Eru est très prisée dans nos cuisines, une spécialité qui nous vient du Sud-Ouest du Cameroun, un mets simple à réaliser et surtout savoureux.

Réalisation du Eru

Étape 1 : Lavez et découpez tous vos légumes (Eru).

Étape 2 : Après avoir découpé et lavé la peau de bœuf, faites la bouillir pendant 30 minutes ensuite ajouter la viande de bœuf préalablement nettoyée et découpée. N'oubliez pas d'y ajouter du sel.

Étape 3 : Laissez bouillir pendant 10 minutes jusqu'à obtention du jus de viande. Vous pouvez y ajouter du piment. Ajoutez en fin de cuisson le poisson préalablement trempé. Il faut garder le jus, il vous sera utile pour la suite de la cuisson.

Étape 4 : Dans une marmite, incorporez les épinards ou le waterleaf. Après 10 minutes, rajoutez le Eru et laissez le mélange mijoté. Remuez de temps en temps.

Étape 5 : Ajoutez la viande et le poisson, remuez le mélange et laissez mijoter pendant 5 minutes.

Étape 6 : Incorporez par la suite le jus de cuisson ainsi que l'huile de palme, remuez et laissez mijoter 15 minutes.

Étape 7 : Ajoutez enfin vos écrevisses et laissez mijoter pendant 5 à 10 minutes.

Réalisation du waterfufu

Étape 1 : Ajoutez quelques verres d'eau dans le waterfufu et mélangez à l'aide de votre main.

Étape 2 : Dans une casserole, incorporez de l'eau et portez à ébullition.

Étape 3 : Versez une bonne partie de l'eau dans un autre récipient et ne garder que quelques centilitres d'eau dans la marmite. **Ps :** Le waterfufu se cuit avec peu d'eau. S'il y en a beaucoup, il aura la texture d'une bouillie.

Étape 4 : Ajoutez progressivement le mélange et remuez avec vigueur jusqu'à la cuisson. Ajoutez de l'eau si besoin.

Comme à toutes les pauses, la 2nd All est l'une des classes les plus visitées par les garçons du lycée et pour cause, elle renferme une pépète impressionnante de jeunes filles ...

Pause de midi

2nd All

Les grands ci me sortent par les narines !! Avec toutes les filles qu'il y'a dans leurs classes, c'est seulement ici qu'ils viennent ouvrir leur terrain de chasse ???

Je wanda* sur eux ils viennent ici jouer les lovers...

C'est à cause d'eux que les filles de cette classe nous manquent le respect ...

Regarde alors les garçons qui viennent chercher Estelle ...

Laisse seulement ...

À Tout à l'heure ma belle !!!

Ok à la sortie des classes !!!





Les garçons ne s'intéressent généralement pas à des filles qui ont un physique comme le mien !!

Et puis connaissant mon père... Tu es mieux placée que quiconque pour savoir que sortir avec un garçon serait du pur suicide ...



En fait voilà ton vrai problème ... Ton père !!!

Il te comprime tellement que tu as peur d'essayer quoi que se soit !!!



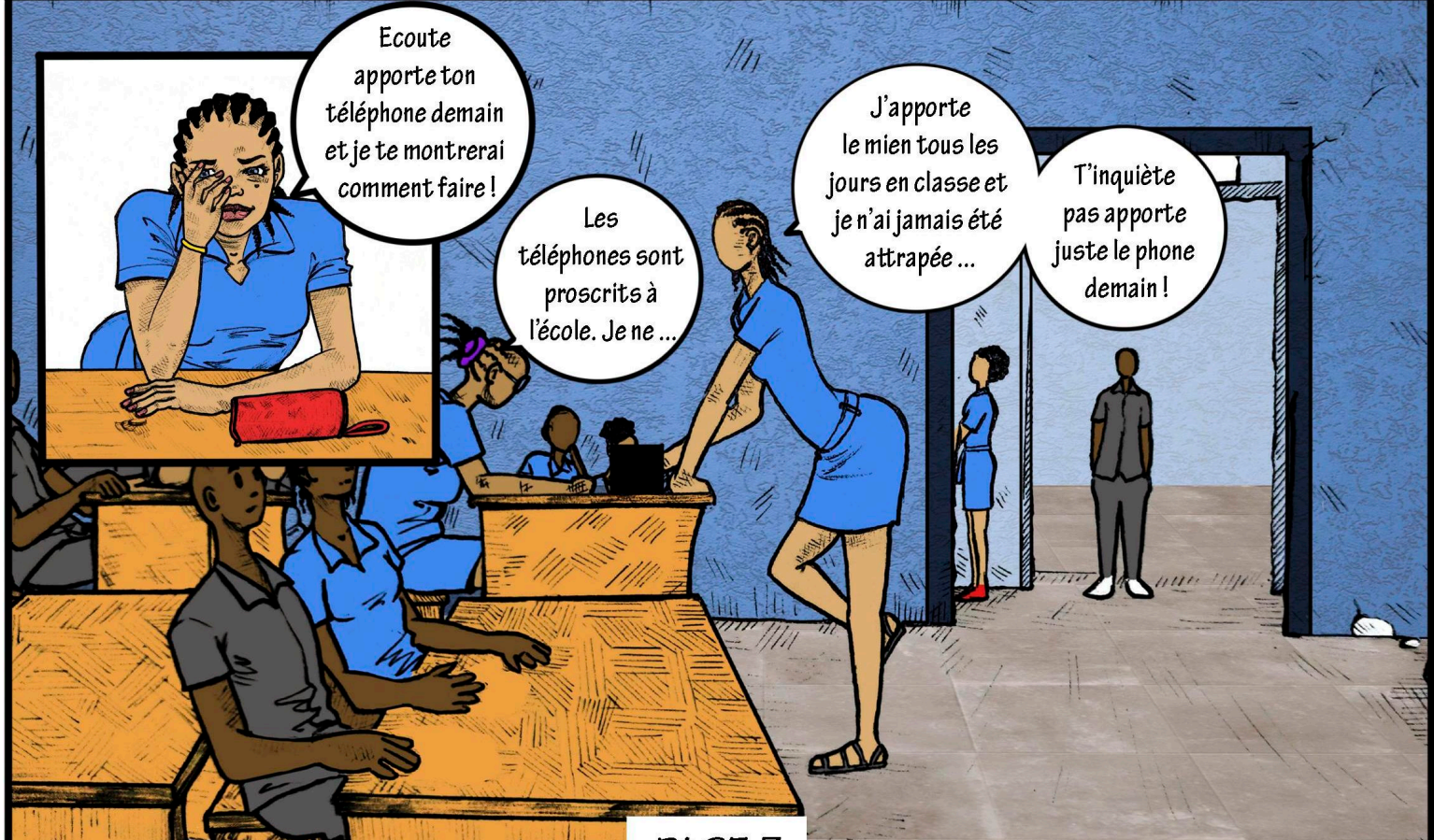
Tu sais Cheryl... T'es pas obligée de sortir avec un garçon que ton père verra !!!

Comment ça ??

As-tu déjà entendu parlé de relation à distance ???



Plus ou moins . Mais ça ne m'intéresse pas vraiment ce genre de chose ...



Ecoute apporte ton téléphone demain et je te montrerai comment faire !

Les téléphones sont proscrits à l'école. Je ne ...

J'apporte le mien tous les jours en classe et je n'ai jamais été attrapée ...

T'inquiète pas apporte juste le phone demain !

Voilà j'ai terminée de créer ton compte ...

Tiens quelqu'un t'envoie une demande d'amitié...

Il est plutôt mignon !!!

Super !!!!

IL est trôp beau pour moi ...

Arrête de te sous-estimer ...

Tiens il t'écrit déjà !

Laisse moi repondre pour un debut ...

BONJOUR TRES BELLE PHOTO DE PROFIL.

MERCI

TU HABITES QUEL VILLE ?

MOKOMBO ET TOI

JE VIS A KUMBO JE SUIS INGENIEUR ET TOI ?

JE SUIS ETUDIANTE

EN FAIT TU ME PLAIT VRAIMENT COMME FILLE JE NE SAIS PAS SI TU ES DEJA EN COUPLE JE SOUHAITE TE CONNAITRE MIEUX HISTOIRE DE DEVENIR TON COPAIN SI TU LE VEUX BIENSUR.

JE VAIS Y REFLECHIR

OK... COOL

Tu vois t'as déjà un copain ...

Ce n'était pas si difficile !!!

fff ça parait incroyable ...

Incredible... Tu peux le dire petite naive ...

à suivre



DJAILI AMADOU AMAL : «RÉ- VÉLATION DU GONCOURT ET LAURÉATE DU PRIX GON- COURT DES LYCÉENS 2020»

Djaili Amadou Amal est une écrivaine d'expression française, née en 1975 à Maroua dans le département de Diamaré situé dans la région de l'extrême-nord du Cameroun. Fille d'un père camerounais et d'une mère égyptienne et reconnue aujourd'hui comme étant la première femme écrivaine du septentrion : «*Une fervente militante féministe*». L'écrivaine, surnommée la «*la voix des sans voix*» par la presse camerounaise, ne peut s'en empêcher dans ses textes de dénoncer les discriminations et violences qui minent au quotidien la vie des femmes du Sahel. Elle cite à cet effet : «*Dans tout ce que je fais, j'essaie surtout de parler des discriminations faites aux femmes c'est mon cheval de bataille !*» Parce qu'à un moment donné de sa vie, elle fut également victime de cela. À l'âge de 17 ans seulement, dans un mariage forcé, elle découvre ce qui rend la vie des femmes Sahel difficile. Ensuite elle vit un second mariage vraiment troublant et tumultueux. Djaili Amadou Amal décide alors de se consacrer à sa véritable passion qui est l'écriture. De nombreuses publications et plusieurs distinctions tant sur plan national qu'international. Dabord lauréate du *Prix Orange du livre en Afrique 2019* et ensuite finaliste du Goncourt 2020, avec son œuvre "*Les Impatientes*" qui le 02 décembre 2020 en France remporte finalement ce prestigieux Prix Goncourt des Lycéens. Aujourd'hui, l'écrivaine se dit être encore plus consciente de la charge qui pèse sur ses épaules et se confie en ses propres mots: «*Au début c'était une simple histoire entre mon éditrice et moi. Désormais, c'est une histoire d'État [Cameroun]*».

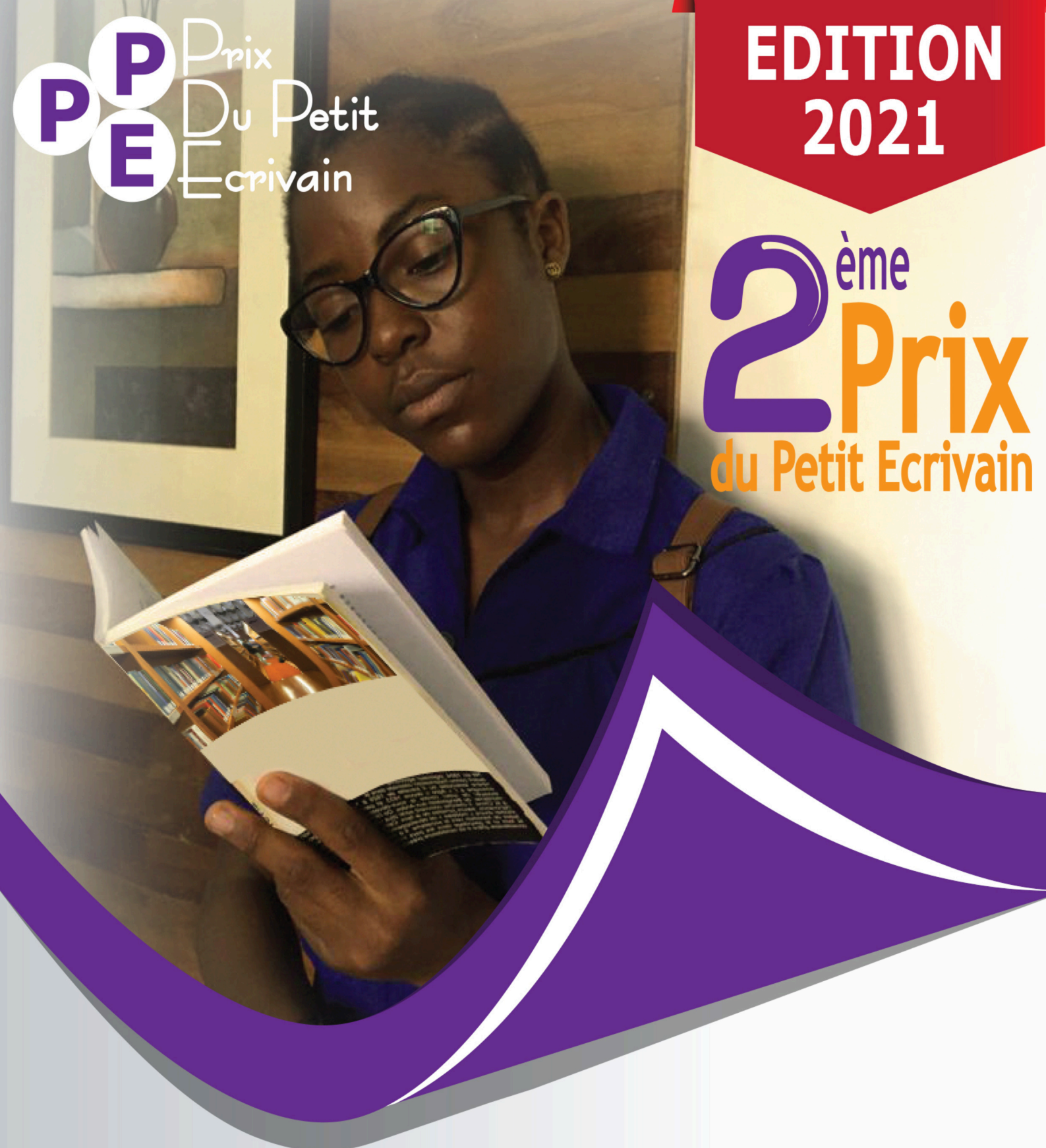


Paul Kagame, né le 23 octobre 1957 à Tambwe (province du Sud, Rwanda), est un homme d'État rwandais, *Président du Rwanda* depuis le 24 mars 2000, après avoir été vice-président et ministre de la Défense. Il est également *président de l'Union Africaine* de 2018 à 2019. Après la démission de Pasteur Bizimungu le 23 mars 2000, Paul Kagame lui succède le lendemain comme président par intérim en tant que vice-président, avant d'être élu président de la République par le Parlement, le 17 avril suivant. Beaucoup d'observateurs accordent à Paul Kagame le mérite d'avoir apporté la stabilité et la croissance économique de ce pays dévasté. L'efficacité de la lutte contre la corruption au Rwanda, est reconnue au niveau international.

Prix
P Du Petit
Ecrivain

**EDITION
2021**

2^{ème}
Prix
du Petit Ecrivain



Vous aimez écrire, vous êtes élève au secondaire,
envoyez votre texte avant le 10 Avril 2021.

Compétition ouverte sur tout le territoire national

Rendez-vous sur : www.lepetitecrivain.com

f : @le petit écrivain
t : # le petit écrivain

e : lepetitecrivainofficiel@gmail.com
i : lepetitecrivain

wh : 242 60 67 61
Plus d'info : 242 60 67 61



Curtis Kakeu est un jeune entrepreneur qui a seulement 27 ans est déjà CEO d'une entreprise. En effet, il a fondé la société *SEED Innov* en 2016, seulement quelques années après avoir obtenu son Baccalauréat C. Curtis est un esprit libre et un autodidacte. Pendant qu'il était encore au lycée, il a commencé à s'auto former dans cer-

tains domaines professionnels comme l'infographie et le design d'application. Après avoir capitalisé ses connaissances dans ces deux domaines, il décide de créer sa première entreprise : une agence spécialisée dans le numérique nommée *Virtual World Design*. Après cela, il continuera ses études en informatique à l'université de Yaoundé I jusqu'à l'obtention d'un master et ensuite il se spécialise en développement d'applications mobiles natives Android. Curtis a également à son actif plusieurs autres formations complémentaires qui ont aiguisé son esprit d'entrepreneur. Mais il ne va pas seulement de réussite en réussite, car il a aussi connu des échecs notamment à travers le premier service digital qu'il avait conçu pour le secteur du transport. Cet échec ne l'a pas arrêté.

Aujourd'hui, *Curtis Kakeu* se consacre à *SEED innov*, une entreprise qu'il a dédiée à la « *réalisation de projets adaptés à la culture africaine* ». Il se sert des compétences locales des jeunes passionnés comme lui pour proposer de nouveaux services techno-

JEUNES ENTREPRENEURS

Curtis Kakeu : CEO & Founder of SEED Innov

logiques sur-mesure comme des applications mobiles. Dans cet élan, il se charge aussi d'initier les jeunes aux nouvelles technologies et de réunir divers profils de compétences afin qu'ils puissent ensemble constituer de nouveaux projets toujours plus innovants. Il propose également un service de distribution (*kit de gestions square*) qui se chargera de connecter tous les producteurs africains au reste du monde et leur permettre de mieux gérer leur business à distance.

Curtis Kakeu est un jeune travailleur

qui a su batailler dur pour pouvoir atteindre ses objectifs. Une fois sorti du lycée, il a su se frayer un chemin vers l'entrepreneuriat et le numérique qui sont considérés comme des domaines où les jeunes devraient massivement se tourner.

Vous pouvez le rejoindre dans l'aventure maintenant en prenant contact:

e-mail : hello@squares.cm

liens utiles :

www.curtiskakeu.com www.seeds.cm

devcamp.seeds.cm

[www.fb.com/](http://www.fb.com/mdigitalschool)

mdigitalschool



CULTURE DE CHEZ NOUS, ET D'AILLEURS...

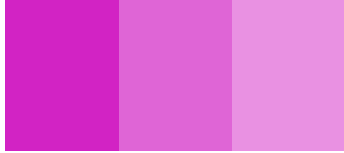
*Le Ngondo chez les Sawa
Le Nyan-Nyan chez les Feutsap*



LE NYAN-NYAN CHEZ LES FEUTSAP (BAFOUSSAM)

Le Nyan-Nyan est une danse guerrière profondément ancrée dans l'héritage culturel du peuple Feutsap (Bafoussam). Le Nyan-Nyan est une danse ancestrale pratiquée depuis environ 800 ans en pays Bamiléké, en particulier en terre Bafoussam. Elle est tellement importante que tout un festival lui a été consacré. Les patriarches et gardiens de la culture Bafoussam expliquent que le terme « Nyan-Nyan » signifie puissance ou encore robustesse. C'est une danse qui s'effectue chaque 2 ans et qui marque la suprématie et la victoire du peuple Bafoussam face à toutes les attaques qui ont été perpétrées contre lui durant toutes les années de guerre. Ainsi, pendant cette prestigieuse danse, l'on peut voir des garçons qui déguisés en guerriers rejoindre la place de la chefferie Ba-





foussam. Ils y arrivent toujours avec le corps, peint en noir (avec de l'huile de vidange ou du charbon très souvent) et en arborant de vraies défenses d'animaux entre les mains. La danse Nyan-Nyan s'accompagne toujours de bruits de tam-tams. Les danseurs se laissent guider par les mélodies et tout leur corps vibre de manière cohérente. Pendant la prestation, les spectateurs ne manquent pas d'applaudir et d'encourager les jeunes danseurs. Le Nyan-Nyan est déjà à sa 457^e édition. Chaque année, de nombreux touristes venus d'ailleurs y assistent et prennent des photos souvenirs. Une bonne occasion de dévoiler la culture Feutsap (Bafoussam) au reste du monde.

LE NGONDO CHEZ LES SAWA

Le Ngondo est une fête traditionnelle typique des peuples de la région côtière du Cameroun. Cette célébration réunit les peuples Sawa depuis très longtemps, plus précisément depuis les années 80 avant l'arrivée des premiers missionnaires dans le pays.

Le Ngondo voit le jour à cause du décès d'un ressortissant sawa qui s'appelait Malobè Etamè. Il avait pour habitude de semer la terreur dans les marchés en ravageant les marchandises des vendeurs Douala. Pour remédier à cette situation, des chefs de village et leurs notables se sont réunis pour en discuter. Le nom "Ngondo" est

**"Nul n'a le droit d'effacer une page de l'histoire d'un peuple, car un peuple sans histoire est un monde sans âme"
Alain Foka"**

né de cette fameuse réunion. Ngondo signifie : «le cordon ombilical» en langue Douala. Mais ce sont les villageois qui trouvèrent la meilleure solution pour contrer le truand. En effet, le même jour où se tenait ladite réunion entre les chefs, les riverains exhortèrent un ressortissant Bakoko qui s'appelait Engômga d'aller affronter le réputé Malobè Etamè. À la fin du combat, Engômga sortit vainqueur et après qu'il ait attaché son adversaire, les Douala sont allés vendre ce dernier aux colons. C'est pourquoi pendant les chants de la cérémonie traditionnelle, on peut encore écouter des phrases comme «Malobè a si wèli engômga» ce qui signifie : «Malobè n'a pas pu résister à Engômga».

Le Ngondo est une tradition très prisée et intimement ancrée dans les mœurs des peuples côtiers. Pendant cette célé-

bration, il existe de nombreuses activités complémentaires et animations enrichissantes à découvrir. Tel est le cas par exemple des luttes traditionnelles pour commémorer le célèbre combat entre Malobè et Engômga, des chants traditionnels et la très réputée messe de l'eau. Durant cette messe, un message en provenance du fond du Wouri est remonté jusqu'en surface par un initié. La particularité de cette prestation exceptionnelle et presque unique en son genre est que, l'initié ressort complètement sec. Sans aucune goutte d'eau de la tête aux pieds.

Le message remonté est confié aux ancêtres et ensuite déchiffrée pour être transmise à la masse présente.

DES FORFAITS

9GO

VALABLE 30 JOURS

300 MO / jour

Tapez le *155*120*1#

2000 F cfa

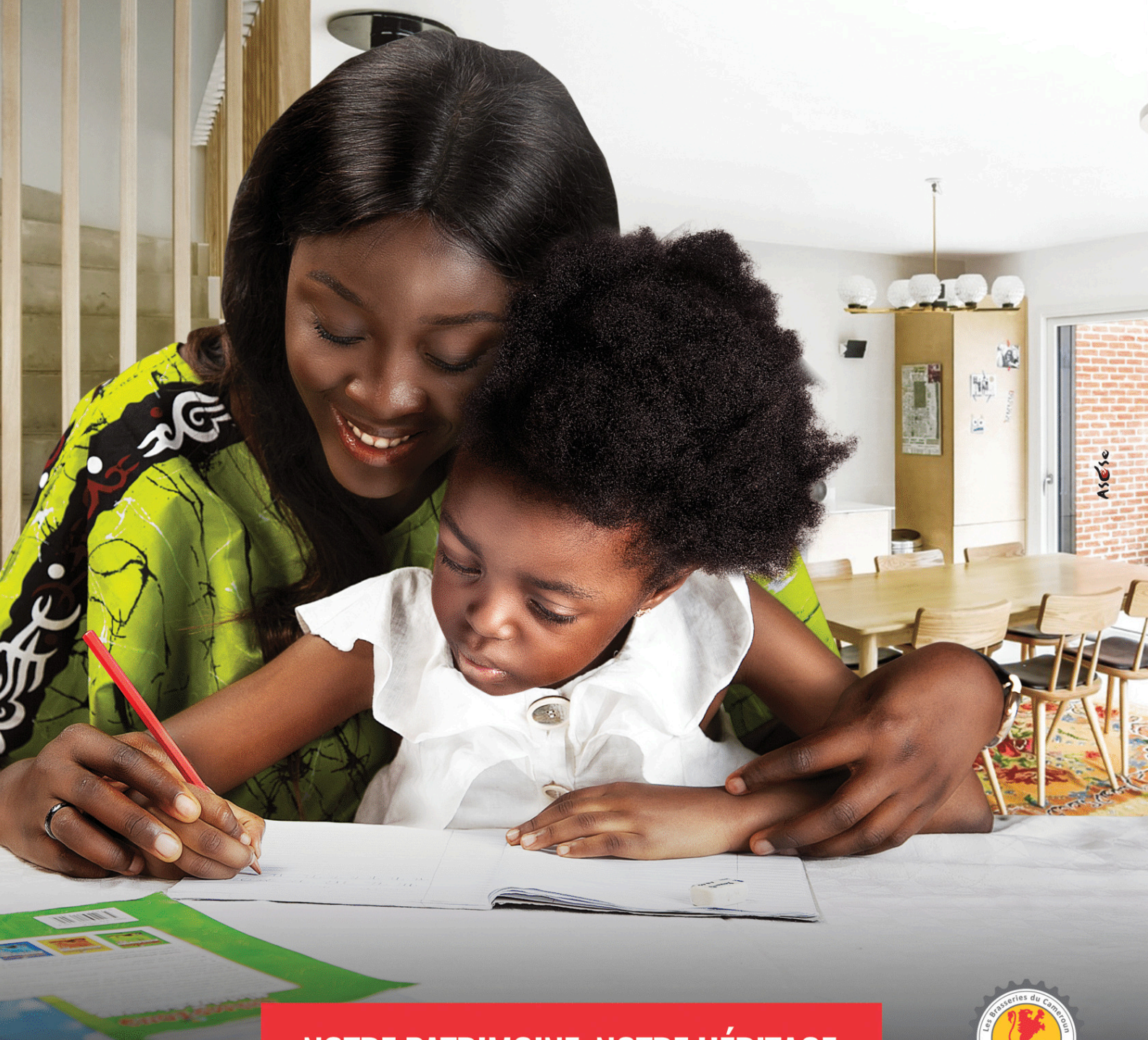


Des forfaits façonnés à votre image



LE GROUPE SABC C'EST VOUS !

INVESTIR DANS LE FUTUR



NOTRE PATRIMOINE, NOTRE HÉRITAGE

#SABCagainstCovid-19



Groupe SABC

Chaque produit du Groupe SABC est un engagement au développement du Cameroun