

# LE PETIT ECRIVAIN

## MAGAZINE

RESPECT DES  
MESURES  
BARRIERES

MAGAZINE DU PETIT ECRIVAIN | JUIN 2021 | No.003

Clarisse Bondoma | 2<sup>ème</sup> Prix du PPE 2020

### Education au Féminin

Le conseil  
Le respect des aînés

Page 4

Clarisse Bondoma

### Espace Sensibilisation

Les réseaux sociaux  
L'interview

Page 9

Étage inférieur

### Le savais-tu?

Clarisse Bondoma  
Le Nkwi

Page 14

Jeunesse

### Culture de chez nous

Le Yé Kani  
Le Monikim/Ngbeh

Page 27

Études

**Cybersécurité !**

Page 12

Interview de  
Madame le Ministre des  
Postes & Télécommunications.



GRATUIT

# SOMMAIRE

## Education au Féminin

- 5 Le conseil  
Le respect des aînés

## Ta Conseillère

- 8 Ils s'interrogent  
Elles leurs répondent

## Espace Sensibilisation

- 10 Les réseaux sociaux  
Interview part 2 : Le Minpostel

## Actu Jeunes

- 15 Le savais-tu?  
La BD

## Icône d'Afrique

- 24 Fatou Diome  
Francis Ngannou

## Jeunes Entrepreneurs

- 27 Arnaud Wecapounet  
la marque I'AM 237

## Culture de chez nous

- 28 Le Yé Kané chez les Moundang  
Le Monikim chez les Bayangui



# 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 :

Kevin 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  
Écrivain est une  
publication de LpE (Le  
Petit Écrivain) sarl,  
Yaoundé-Cameroun

**BP :**  
2413 Yaoundé-Messa  
**Site web :**  
[www.lepetitecrivain.com](http://www.lepetitecrivain.com)

**E-mail :**  
[ppe@lepetitecrivain.com](mailto:ppe@lepetitecrivain.com)

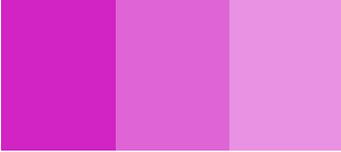
**Contact insertion  
publicitaire :**  
242 60 67 61  
Cover LpE Mag Juin 2021:  
Clarisse Aba Bondoma  
Trimestre : Juin 2021



## « ECRIRE, UN ACTE PASSIONNE QUI NOUS MAINTIENT EN VIE »

Ceux qui sentent le besoin d'exister de l'intérieur, ceux qui veulent prendre la parole et l'entendre retentir au loin, ceux qui veulent marquer leur temps, exister au milieu des multitudes ou tout simplement partager leur pensée... écrivent. Pour une raison précise ou simplement parce qu'il le sent, chaque auteur choisit le style en connaissance de cause ou non. Il sait qu'il en a envie. Il sait qu'il en a besoin. Comme à une bouée de sauvetage, il s'accroche à sa plume pour survivre aux flots de ce monde qui nous submergent. Plus loin que le verbe, l'auteur peint un monde réel ici ou juste dans sa tête. Il coûte une histoire dont le fil d'Ariane est un vécu imaginaire ou social. Alors que le jury parcourt les différents textes, la seconde édition du Prix du Petit Écrivain nous permet cette année encore de rencontrer vos âmes différentes et vos univers singuliers. Jeunes, mais vraies, vos écritures parlent. Elles s'interrogent, questionnent et parfois osent prendre position. Communs ou parallèles, les mondes dans lesquels elles nous entraînent portent le sceau, pour certaines, d'une passion qui ne demande qu'à s'exprimer. En attendant d'être fixé sur les lauréats de cette seconde édition, merci, chers candidats(es), de vous être prêtés(es) au jeu. Nous saluons votre enthousiasme. Continuez à nourrir votre créativité dans les exercices d'écrire et de bouquiner. Autant nous avons été impatients de vous lire, autant nous sommes sensibles à vos créations, à vos émotions et à la vie qui se dégagent de vos textes. Le Prix du Petit Écrivain 2021, c'est peut-être vous. Encore un peu de patience.

**Marcelle Sandrine,**



# EDUCATION AU FEMININ

## "Jeune fille, il est important que tu respectes les aînés"

Le rapport intergénérationnel est une relation fondamentale entre les différentes catégories d'âge qui doit être respectée. Les jeunes en général grandissent dans un monde où la technologie est de plus en plus sophistiquée et en arrivent même à résoudre la majorité de leurs problèmes. Cette situation renforce le stéréotype à l'égard des aînés communément appelés «vieux ». Toutefois, les jeunes, encore plus les jeunes filles, gagneront énormément à respecter les aînés.

### *Pourquoi est-il si important de respecter ses aînés ?*

Tes aînés sont des personnes à part entière qui, comme toi possèdent aussi des envies, des préférences, et plus im-

portant : ils ont également été jeunes comme toi. En clair, fort de leur expérience, ils savent à peu près comment fonctionne le monde, plus précisément comment fonctionne les personnes de ton âge. Alors, les côtoyer avec le plus grand respect te sera très bénéfique. Grâce à eux, tu pourras :

### *Profiter de leurs conseils avérés*

Les aînés sont le plus souvent d'excellents conseillers. Ils savent beaucoup de choses grâce à leurs différentes expériences passées. Si tu respectes tes aînés et que tu leur montres toute l'affection qu'ils méritent, tu pourras profiter de leurs avis sensés. Que ce soit ton professeur, tes parents ou un autre membre de ta famille, tu dois sa-



### LE CONSEIL,

Le respect des aînés est très important quand on est une jeune fille. Tâche de toujours accorder du respect aux aînés qui t'entourent (professeurs, surveillants, voisins, parents, etc.) Tu verras que les bénéfiques sont nombreux. Et ne l'oublie pas, toi aussi tu es forcément l'aînée d'autres personnes : Autant tu respecteras les grands, autant les cadets te respecteront.



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!*



voir que chaque aîné possède un vécu que tu peux utiliser à ton avantage.

### ***Te rendre service en rendant service aux aînés***

Si tu respectes tous les aînés de ton entourage, en leurs rendant service, tu leurs feras du bien tout en te faisant du bien à toi-même. En effet, lorsqu'une personne plus âgée que soi (pas nécessairement vieux) reçoit du respect et de l'affection, cela a de l'impact sur son humeur. Ce qui veut dire qu'elle sera de bonne humeur, et dans la joie grâce à toi. En respectant tous les aînés qui t'entourent, tu participes ainsi à ce qu'ils aient une meilleure estime d'eux-mêmes et par conséquent une meilleure estime de toi.

### ***Avoir une meilleure intégration***

### ***sociale***

Quand on vit en société, il faut savoir s'intégrer afin de vivre en harmonie. En respectant tes aînés, tu maintiens donc un meilleur équilibre social. Tu pourras parfaitement t'intégrer en restant en bon terme avec tes aînés d'un côté, et tes amis de l'autre.

### ***Profiter d'une transmission de valeurs***

Passer du temps avec tes aînés, et apprendre d'eux te permettront de profiter de leurs conseils comme nous te l'avons dit plus haut. Aussi, ils te transmettront des valeurs essentielles dans la vie comme : le respect, la tolérance et le pardon envers tes cadets, le sens du travail, la patience, le sens de la famille, etc.



**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**

**1. Lorsqu'on est contaminé par le coronavirus, quel organe provoque la mort ?**

Le SARS-CoV-2 principalement transmis via les gouttelettes respiratoires utilise l'enzyme de conversion de l'angiotensine 2 (ACE2) comme récepteur cellulaire principal afin de pénétrer dans la cellule hôte. Il peut infecter les pneumocytes (cellules pulmonaires) qui expriment le récepteur du virus (ACE2). Après une incubation de cinq jours environ, 70 % des patients infectés développent une toux, de la fièvre, ou une difficulté respiratoire. La réaction inflammatoire provoquée par la présence du virus peut se traduire par une détresse respiratoire de gravité variable, pouvant aboutir dans sa forme la plus grave à un syndrome de détresse respiratoire aigu (le patient a des difficultés importantes à respirer). Cette phase d'inva-

sion virale est suivie, chez certains patients, d'une réaction immunitaire inadaptée marquée par l'aggravation de la symptomatologie respiratoire, et du syndrome inflammatoire, en général 8 à 10 jours après les premiers symptômes. Cette phase dysimmunitaire, parfois appelée orage cytokinique, peut être associée à un trouble de la coagulation sanguine l'ensemble correspondant, pour certains auteurs, à un sepsis viral (infection virale sévère). Une majorité (67-85%) des patients admis en unités de soins intensifs avec un diagnostic confirmé d'infection à SARS-CoV-2 développent donc un syndrome de détresse respiratoire aigu pouvant aboutir assez rapidement au décès.

**2. Peut-on associer les remèdes de la pharmacopée naturelle dans le cadre de la prévention contre le coronavirus ?**



Face à la pandémie de COVID-19, les croyances et traditions populaires ont le vent en poupe. De nombreuses plantes ont prouvé leurs vertus préventives ou curatives contre plusieurs maladies, mais aucune thérapie naturelle n'a encore montré scientifiquement son efficacité contre la COVID-19. La grande popularité de toutes ces pratiques, a poussé l'OMS à publier en ligne des conseils pour en finir avec toutes les idées fausses perçues comme moyens de guérison de la Covid-19 :

[www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters](http://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters)

Nous citons quelques exemples de conseils : manger de l'ail peut-il aider à prévenir l'infection par le nouveau coronavirus ? Selon l'OMS, l'ail est un aliment sain qui peut avoir certaines propriétés antimicrobiennes. Cependant, rien ne prouve que sa consommation protège contre le nouveau coronavirus.

*Que faire lorsque tes amis rient de toi parce que tu es différent(e) et ne te comportes pas comme eux ?*

Nous avons dû être victimes de moqueries au moins une fois dans notre vie, à

cause de notre apparence physique, de notre comportement, de notre personnalité, de nos origines... Si certains parviennent à y faire face plus facilement, d'autres en revanche sont très affectés par cette attitude désobligeante qui peut impacter considérablement leur vie. Et s'il est établi qu'une personne faible ou vulnérable devient vite la victime perpétuelle de moqueries, il s'avère impératif de savoir réagir et se défendre face à ce type d'agression. Passer outre les moqueries/raileries nécessite alors :

\*La culture de son amour propre (estime de soi) Ce n'est pas parce qu'on se moque de toi que tu n'as pas de valeur, bien au contraire ! Il faut travailler tes pensées. Dis-toi que les gens qui se moquent de toi te consacrent beaucoup de temps et d'énergie. Penser à tes forces, aux personnes et aux choses que tu es heureux d'avoir peut t'aider à y faire face.

\*L'utilisation des railleries comme source de motivation Lorsque tu es victime de moqueries, fais d'abord preuve d'indifférence pour éviter que la situation ne s'empire, ce qui appelle beaucoup de courage. Dis-toi ensuite que le temps passe, les choses changent, la roue tourne ! Contente-toi de prendre sur toi et de transformer toute cette énergie négative en force qui te permettra d'atteindre des objectifs positifs. Le temps te le revaudra.

\*L'expression de tes sentiments aux personnes de confiance Loin de te replier sur toi, il faut extérioriser ton ressenti. Confie-toi à une personne ressource positive (ami, parent, frère, encadreur scolaire...) capable de te comprendre, de t'apporter du réconfort et de te rassurer.

En définitive, tu as toutes les clés et la force nécessaires pour faire face aux amis qui rient de toi en raison de ta différence ou de ton comportement. Tu es UN(E) CHAMPION(NE), et il n'en existe aucun sans adversaires. Ignore les moqueries et focalise-toi sur ce qu'il y a d'important.

*Question 1 & 2 : Docteur Ndjammou 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.

**F**acebook, 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

## Les réseaux sociaux, éducation à une utilisation responsable

**A**vec les réseaux sociaux, la plupart des ados n'ont qu'un seul but : «exister socialement», et cela au détriment des codes linguistiques, sociaux et surtout moraux. Ils essaient de jongler avec les différents publics et audiences pour se créer leur propre univers et oublient malheureusement que derrière chaque geste numérique se cache une responsabilité bien réelle.

### Attention au comportement web déviant, être un E-responsable

Beaucoup d'adolescents ont un usage excessif des nouvelles technologies et peuvent passer une trentaine d'heures sur les écrans. Mais cela devient réellement pathologique lorsque la personne devient presque comme un esclave d'une application (WhatsApp, Facebook, Instagram...), d'une activité numérique (se filmer tout le temps, partager du buzz, commenter des posts...) On est cyberdépendant lorsqu'on ne peut plus s'arrêter d'utiliser son smartphone, sa console, sa tablette, son ordinateur, voire plusieurs de ces objets. Et que cela devient son unique passe-temps. Toute la vie personnelle, sociale et même scolaire s'organise alors autour de son écran. Pour résumer, avec l'avènement du numérique dans la vie quotidienne, l'identité numérique et l'E-réputation sont un reflet souvent déformé de la vraie personne derrière son clavier et son écran ou derrière son smartphone.

L'E-responsabilité et l'identité numérique sont devenus un enjeu incontournable autant dans sa vie scolaire que dans la vie sociale. Il est important de comprendre que la pratique du lien social à travers les réseaux sociaux engage ton identité personnelle. Parfois sans en comprendre toutes les répercussions d'un simple geste numérique (le partage d'une photo indécente par exemple, ou la rédaction d'un commentaire déplacé ou truffé de fautes, ou même le simple «Partager» de Facebook et autres) tu t'exposes à une nouvelle forme de responsabilité numérique qui influe d'une manière ou d'une autre dans ta vraie vie.

Rassure-toi, nous ne cherchons pas à diaboliser ces outils du 21<sup>e</sup> siècle qui font désormais partie de la société et des habitudes de la vie. Notre démarche vise davantage à te faire comprendre la responsabilité qui se cache derrière. Et n'oublie pas que les réseaux sociaux peuvent et avant tout t'aider à te familiariser avec la créativité, communiquer aisément, et aussi deviennent de plus en plus un bon outil pour le système éducatif numérique (partage d'épreuves, groupes d'études, ect.)

L'équipe de rédaction LpE



**F**ace aux actes de plus en plus nombreux de Cybercriminalité et de Cyberdélinquance dans notre pays, le Chef de l'Etat a prescrit au Ministre des Postes et Télécommunications de mettre en œuvre, dans les meilleurs délais, une campagne d'information et de sensibilisation citoyenne à l'usage responsable des réseaux sociaux.

## OBJECTIFS

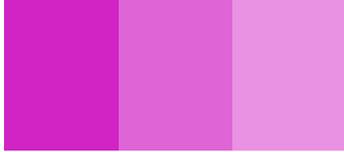
La campagne nationale pour la promotion de la culture de la cybersécurité et sensibilisation à l'utilisation responsable des réseaux sociaux a été conçue pour mobiliser toutes les couches sociétales dans la lutte contre la cybercriminalité. Il s'agit de manière spécifique :

- 1 D'éveiller l'attention des citoyens camerounais sur les menaces en provenance du cyberspace mondial et susciter leur adhésion dans la mise en place de mesures de cybersécurité.
- 2 D'attirer l'attention des décideurs et responsables des structures de l'Etat ainsi que des entreprises, en vue d'une prise de conscience et de l'implémentation des protocoles de sécurité des réseaux.
- 3 De sensibiliser toutes les couches sociétales sur l'usage responsable des réseaux sociaux qui sont utilisés de plus en plus à des fins malveillantes.
- 4 De mettre en place une Coalition Nationale pour la promotion de l'utilisation citoyenne des réseaux sociaux.



## ACTIVITES PROGRAMMEES

- » Sessions d'information et de formation des hommes de media.
  - » Séminaires et ateliers pour les administrations, les entreprises et la société civile.
  - » Ateliers de sensibilisation des autorités locales.
  - » Campagne de sensibilisation dans les médias : Presse écrite, Presse audiovisuelle, Réseaux sociaux et Presse cybernétique.
  - » Formation grand public, formateurs, influenceurs, community manager.
  - » Désignation des Ambassadeurs de bonne volonté pour la cybersécurité et activités de sensibilisation par les Ambassadeurs.
- » Campagne d'affichage sur l'étendue de territoire national.
  - » Causeries éducatives avec les jeunes, étudiants et élèves sur l'utilisation responsable des réseaux sociaux et sur le cadre légal et réglementaire relative à la cybersécurité.
  - » Rencontres (colloques, forums ...) avec les experts.
  - » Sensibilisation par SMS.
  - » Suivi et évaluation du projet.



### 1. Qu'est-ce qu'un réseau social ?

Dans le monde virtuel, un réseau social est un site Internet qui permet aux utilisateurs, professionnels et/ou particuliers, de partager des informations. Chaque utilisateur doit créer un profil pour publier et consulter différents contenus : texte, photos, vidéos, liens... Ce sont de grands espaces de partage qui offrent la possibilité à des millions de personnes d'être interconnectées, indépendamment de leur situation géographique. Et aujourd'hui il en existe de nombreux. Parmi lesquels Facebook, Twitter, Instagram, Whatsapp, Tik Tok et autres.

### 2. Pourquoi les réseaux sociaux ont tant de succès auprès des jeunes ?

Il faut dire que les réseaux sociaux permettent des mises en relation de type professionnel ou amical, en créant un profil, en invitant ou recherchant des amis, en partageant des fichiers (photos, vidéos), en alimentant le contenu via le post de commentaires. Ils facilitent la communication entre les membres éloignés d'une même famille ou d'un cercle d'amis. Ils permettent de retrouver des anciens copains, des connaissances, échanger, partager des informations. Tout cela attire les jeunes. Par ailleurs, les réseaux sociaux permettent de satisfaire l'un de nos besoins fondamentaux, se montrer, se démarquer. Et d'un point de vue professionnel les réseaux sociaux sont de merveilleux outils de communication et d'autopromotion. C'est pour cela que depuis la pandémie de Covid-19, ils sont devenus un canal essentiel pour la formation à distance.

### 3. Plus d'une fois, nous avons entendu cette expression ou plutôt cette recommandation faite aux jeunes de ne pas être « des followers passifs », que signifie-t-elle ?

En effet, dans son message à la jeunesse le 10 février 2018, le Président de la République **S.E.M. Paul BIYA** a interpellé ses jeunes compatriotes sur l'usage des réseaux sociaux. « **Chaque fois qu'en un clic, vous empruntez ces autoroutes de la communication qui vous donnent une visibilité planétaire, il vous faut vous souvenir que vous n'êtes pas pour autant dispensés des obligations civiques et morales, telles que le respect de l'autre et des institutions de votre pays** » Poursuivant, il a ajouté : « **Soyez des internautes patriotes qui œuvrent au développement et au rayonnement du Cameroun, non des followers passifs ou des relais naïfs, pourfendeurs de la République** ».

Cette Très Haute Prescription du Chef de l'Etat vient rappeler aux jeunes la nécessité d'avoir l'esprit citoyen, d'être respectueux des institutions et également des autres

## Interview avec Madame le Ministre chargée des Postes & Télécommunications

Des vertus qui doivent les habiter dans toutes les communications sur Internet. Ainsi les réseaux sociaux, canaux les plus usités du cyberspace ne doivent pas être alimentés en informations de nature à porter gravement atteinte aux intérêts de notre propre Nation. Le Chef de l'Etat fait savoir aux jeunes que « **Ces autoroutes de la communication qui donnent une visibilité planétaire** » doivent plutôt être utilisés à bon escient.

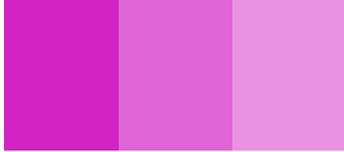
### 4. Quels sont les risques pour un jeune de partager des contenus multimédias irresponsables et naïfs ?

La mauvaise utilisation des réseaux sociaux conduit à des conséquences très négatives. Nous citerons entre autres :

- La cyber-intimidation ou cyber-harcèlement : menaces, insultes, envoi de photos obscènes ou choquantes, rumeurs, tags sur des photos peu glorieuses. Un enfant peut créer un groupe spécifique pour prendre un autre enfant pour cible.
- La cyberdépendance appelée aussi cyberaddiction serait un trouble psychologique entraînant un besoin irrésistible et

obsessionnel d'utiliser Internet. Elle a un effet destructeur sur l'utilisateur.

- Les abus sexuels et les vols de l'identité numérique.
- C'est pourquoi il est important que les jeunes utilisent de manière responsable ces outils à travers quelques usages et règles de prudence qui sont prescrits, dont les plus importants sont:
- Choisir des mots de passe composés de minuscules + majuscules + signes, les changer régulièrement.
  - Régler minutieusement ses paramètres de confidentialité
  - Ne pas communiquer ses données sans vérifier à quoi elles vont servir.
  - Réfléchir quand on publie. Ce qui est mis en ligne aujourd'hui peut potentiellement circuler dans le monde entier et rester sur Internet des années.
  - Respecter le droit à l'image et le droit d'expression : pas de photo sans autorisation des personnes, pas de propos injurieux, racistes, diffamatoires.
  - Sur Facebook, Skyblog, Myspace, Habbo, twitter, Instagram... bien choisir ses amis, ne pas allumer sa webcam



quand on est connecté avec des gens qu'on ne connaît pas.

### **5. En effet, pour que les jeunes réalisent bien que l'impact d'une mauvaise utilisation des réseaux sociaux n'est pas seulement individuel, mais collectif, sur le plan général quel peut donc être cet impact ?**

Je voudrais rappeler que sur le plan général, l'utilisation irresponsable des réseaux sociaux a un impact considérable sur la vie de la nation. Car elle peut toucher la réputation de nos organisations et de nos entreprises et nuire à la crédibilité de notre pays. Il convient également de noter qu'à chaque fois que nous sommes sur internet, nous laissons d'importantes informations. Celles-ci constituent en effet notre empreinte numérique, qui nous suivra tout au long de nos vies. Aussi, la somme des activités négatives perpétrées en ligne par chacun de nous, permet de dresser notre profil numérique, notre identité numérique.

Par ailleurs, de nos jours avec la technologie, l'empreinte numérique individuelle peut être facilement associée à l'identité réelle de la personne. Ça veut dire que l'ensemble de nos comportements sur internet peut conduire à connaître qui vous êtes dans la vraie vie. Plus grave encore, la somme totale des empreintes individuelles dans un pays

constitue un élément important de la réputation de ce pays. Plus nous avons sur notre territoire des individus avec des empreintes digitales négatives, plus la réputation digitale de notre pays est ternie au niveau mondial, pour ce qui est de la perception.

Mais si, au contraire, nous capitalisons sur une utilisation responsable des plateformes digitales, non seulement notre empreinte digitale s'améliore, mais celle de tout le pays entier, avec pour bénéfiques l'amélioration du climat des affaires, l'attrait des investissements étrangers et des touristes entre autres.

### **6. Qu'est-ce que l'Etat fait pour lutter contre la mauvaise utilisation des réseaux sociaux ?**

Pour lutter contre la mauvaise utilisation des réseaux et de manière générale les dérives criminelles dans le cyberspace, l'Etat a défini les initiatives prioritaires ci-après, à mettre en œuvre par le Gouvernement :

- Une réglementation destinée à sanctionner les déviances qui pourraient survenir d'une utilisation malsaine des TIC. Il s'agit de la loi N°2010/012 du 21 décembre 2010 relative à la cybersécurité et à la cybercriminalité au Cameroun, qui définit et réprime les infractions liées à l'utilisation des TIC au Cameroun et, du Code pénal.

## **"Malgré les risques, les réseaux sociaux peuvent offrir aux jeunes de précieuses occasions de développer des compétences et de construire une bonne empreinte numérique"**

Le Ministère des Postes et Télécommunications, le SED, la DGSN et la DGRE travaillent ensemble dans la mise en œuvre de cette loi.

- Le développement des outils technologiques qui permettent la prévention, la détection et la neutralisation des menaces qui pèsent sur les réseaux et les systèmes d'information. Il s'agit notamment d'un centre d'alerte et de réponse aux incidents cybernétiques (CIRT), ainsi que des laboratoires d'investigation numérique.

- La sensibilisation et le renforcement des capacités afin d'accroître les aptitudes des usagers. C'est dans ce cadre que se situe la campagne nationale pour la promotion de la culture de la cybersécurité et la sensibilisation à l'utilisation responsable des réseaux sociaux.

Organisée sur Très Hautes Prescriptions du Président de la République sous le thème : **« Tous mobilisés pour la cybersécurité au Cameroun »**, elle a pour objectif principal de mobiliser toutes les couches sociétales dans la lutte contre la cybercriminalité.

Cette campagne de sensibilisation concerne tous les acteurs de la société camerounaise. (Administrations, experts et opérateurs, entreprises, société civile, jeunes, ...) afin de bâtir, une coalition nationale pour la promotion de la culture de la cybersécurité et sensibilisation à l'utilisation responsable des réseaux sociaux. Elle s'adresse donc à tous les usagers, internautes ou non, personnes physiques comme personnes morales ; aux médias, aux milieux économiques, aux pouvoirs publics. Les principales activités programmées dans ce cadre sont : des séminaires et ateliers de renforcement des capacités pour les administrations et autorités locales, les entreprises et la société civile, des ren-

contres (colloques, forums...) avec les experts, des sessions d'information et de formation des hommes de media, une campagne de sensibilisation dans les médias, des formations pour grand public, ainsi que pour formateurs, la désignation des Ambassadeurs de bonne volonté pour la cybersécurité, des causeries éducatives avec les jeunes, étudiants et élèves sur l'utilisation responsable des réseaux sociaux et sur le cadre légal et réglementaire relative à la cybersécurité, la sensibilisation par SMS, une campagne d'affichage sur l'étendue de territoire national.

La Très Haute volonté du Chef de l'Etat est de tirer parti des TIC, secteur pourvoyeur d'emplois notamment pour les jeunes et accélérateur de croissance. Toutefois, pour y parvenir, il faut assurer une sécurisation intégrale du cyberspace camerounais. Il nous faut donc mobiliser toutes les composantes sociétales dans la lutte contre ces phénomènes criminels : administrations, entreprises et société civile.

**Je lance un appel pour que chacun sensibilise autour de lui, à la maison, au bureau, dans la rue. J'appelle surtout notre jeunesse, qui est en danger aujourd'hui du fait d'une mauvaise utilisation des réseaux sociaux, à mettre en œuvre les Très Hautes Directives du Chef de l'Etat qui leur demande de devenir des internautes patriotes œuvrant au développement et au rayonnement du Cameroun, et non des followers passifs ou des relais naïfs des pourfendeurs de la République.**

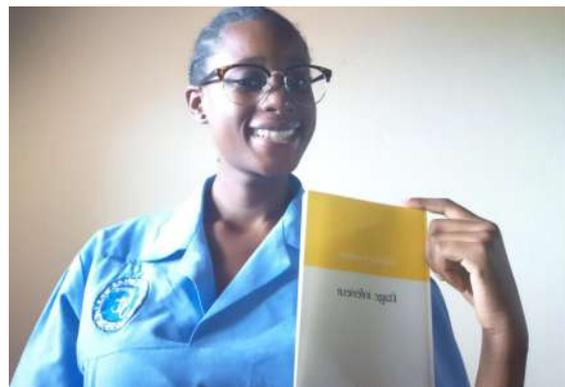
Deuxième trimestre, Juin 2021. Questionnaire proposé par l'équipe de rédaction du Magazine Petit Ecrivain.

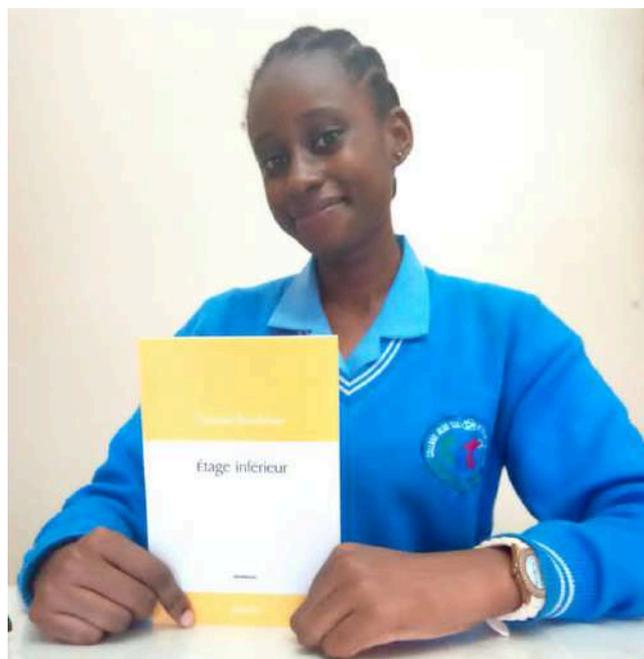
# ACTU JEUNES



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

Ce deuxième trimestre avec la marque Mado nous allons à la découverte du NKUI, ensuite du bouquin de Clarisse, et enfin la suite de ta BD.





Bonjour Clarisse,

*1. Nous allons commencer par le tout début, 18 ans bientôt, Terminale A, pourquoi la A ? Ça a à y voir avec une quelconque passion ou une prédilection pour la littérature ?*

En réalité, j'ai été une scientifique pendant un an. J'ai fait seconde C parce que mon rêve c'était de devenir « technicienne pour avion ». Je rêvais d'en construire pour le Cameroun (rêve que j'espère un autre jeune reprendra pour assurer l'avenir de notre beau pays). Mais au final, mes notes n'ont pas suivi et c'est tout logiquement que j'ai été envoyée en A pour mon année de première. Quoi qu'il en soit, je tiens à préciser que la série n'a rien à y voir. L'amour pour la littérature transcende cela.

*2. «Étage Inferieur» c'est le titre de ta nouvelle, publiée à Edilivre, pourquoi ce titre ?*

Je prends la vie comme un gigantesque ascenseur, un ascenseur qui a le pouvoir de nous élever ou de nous abaisser en fonction des choix qu'on fait dans nos vies

Mon personnage principal est une personne très méchante qui n'arrêtait pas de faire du mal autour de lui. Raison pour laquelle, une fois dans «l'ascenseur de la vie», il était en perpétuelle descente.

*3. Quel est le message principal que véhicule cet ouvrage ?*

Il s'agit d'un message de tolérance et d'amour. On a tendance à penser qu'on peut évoluer seul, alors que les êtres humains sont complémentaires et aussi précieux les uns que les autres. Je voulais également montrer que notre méchanceté a un prix et que nous devons cultiver l'acceptation des différences.

*4. L'approche avec l'éditeur, comment cela s'est passé ? Nous savons tous qu'écrire une nouvelle c'est bien, mais l'éditer c'est une autre paire de manche !*

J'ai longtemps hésité à envoyer mon travail à une maison d'édition. C'est un autre monde et ça m'a fait peur. Heureusement, la technologie s'en va grandissante de jour en jour et je n'ai eu qu'à faire des recherches dans Google pour trouver une liste de maisons d'édition. J'ai évidemment commencé au Cameroun, mais malheureusement aucune ne m'a retenu. J'ai alors pensé que je pouvais tenter outre-mer. C'est ainsi qu'en 2019, j'écris à Edilivre et deux semaines plus tard, ils me répondent en me disant qu'ils sont intéressés par mon manuscrit et qu'ils veulent bien l'éditer.

*5. A ton âge c'est quelque peu inhabituel d'avoir une casquette d'auteur, si jeune, comment vous tu es perçue par tes camarades ?*

Je ne saurais trop quoi dire, mais je sais que beaucoup de personnes ont été contentes pour moi et m'ont soutenue (et elles continuent de le faire). Certains ont été impressionnés aussi, surtout que beaucoup de jeunes sont passionnés par l'écriture, mais restent dans l'ombre. Ils sont venus me poser des questions et ça



Clarisse Bondoma

# Étage inférieur

**Étage inférieur Par Clarisse Bondoma**  
**Thème : Jeunesse / Ado**  
**Date de publication : 06/03/2020**

m'a fait plaisir de leur partager mon expérience.

*6. Penses-tu que la littérature en milieu jeune c'est plus une affaire de filles ? Tu es du même avis ?*

Si la littérature est capable de transcender les âges, les séries et le temps, elle est bien capable de le faire pour les sexes. C'est une histoire de passion et certains grands auteurs dans le monde sont des hommes. Il s'agit juste d'un moyen d'expression comme tous les autres, réservé à tous ceux qui veulent s'y adonner.

*7. Plusieurs jeunes vont certainement te lire, de même que cet entretien certainement, et parmi lesquels beaucoup*

*de jeunes qui partagent la même passion que toi, quel est donc le message d'encouragement que tu aimerais bien partager ?*

J'aimerais terminer en encourageant la jeunesse à se dévoiler. Il existe beaucoup de pépites parmi nous, mais la peur les paralyse et les empêche de se faire découvrir. Il faut croire en vous et en vos talents parce que quoi qu'on dise, les rêves peuvent être réalisés.

*Comment contacter Clarisse B :  
[clarissebondoma@gmail.com](mailto:clarissebondoma@gmail.com)*

*Comment se procurer le livre :  
[www.edilivre.com/etage-inferieur](http://www.edilivre.com/etage-inferieur)*

*Magazine du Petit Ecrivain, Juin 2021*



*Savoir et Gout pour Toujours*

# LE NKUI,

On le mange à la main car la sauce est tellement gluante qu'aucun ustensile ne permet de l'attraper.

## Ingrédients

### Pour le couscous :

Farine de maïs

### Pour le Nkui :

- Des tiges de Nkui (écorces de triumfetta pentandra)
- Olom ou Hiomi (écorces de l'arbre ail/scorodophloeus zenkeri)
- Mendak (graines de Monodora myristica)
- Melam (petits fruits voisins du poivre)
- Nsà nshu (petits fruits voisins du poivre)
- Nsù'nflù (fragments d'une racine tortueuse grisâtre)
- Sùsùe (aubergines locales)
- Tshùtshe (fruit du Tetra-pleura tetraptera)
- Sô (poivre sauvage)
- Tshii (petits fruits séchés de couleur marron)
- Nga'lomsi (racines de Monodora myristica)
- Nga'nà, o fhuihu (petites racines rougeâtres)
- Lom nkak (Afrostyrax lepidophyllus)
- Soh (Capsicum frutescens)
- Ntshop (lessive ou vinaigre de cendres)
- Sel, piment & sel gemme
- Condiments (ngachu'u, lepka'ah, diepse'eh, zehfe, l'écorce de lep, sisieu, fruits de lep).

# L

e nkui est un plat traditionnel Bamiléké préparé à l'occasion de la naissance d'un enfant et servi à la mère. Il s'agit d'une sauce gluante issue de l'écorce d'une plante appelée le Triumfetta pen-tandra, assaisonnée avec plusieurs condiments (ngachu'u, lepka'ah, diepse'eh, zehfe, l'écorce de lep, susieu...) et servi avec un couscous de maïs.

## Réalisation du NKUI

**Étape 1 :** Lavez les tiges de Nkui sous un filet d'eau froide. Épluchez-les.

**Étape 2 :** Faites chauffer une grande casserole d'eau avec le sel gemme. Lorsque l'eau commence à bouillir, retirez la casserole du feu. Plongez les tiges dedans et laissez-les ramollir ainsi pendant 20 min.

**Étape 3 :** Retirez les tiges ramollies. Pétrissez la préparation à la main jusqu'à obtention d'un mélange épais et légèrement gluant. Ajoutez le piment, les épices Nkui et un peu de sel. Mélangez énergiquement afin d'obtenir une sauce homogène.

## Réalisation du Couscous Maïs

Faire bouillir environ 10 litres d'eau, tamiser la farine de maïs en séparant le son de la farine fine, laver le son. Diviser en 2 la quantité d'eau bouillante, laisser bouillir une moitié sur feu et y mettre le son lavé, remuer sans cesse jusqu'à obtention d'une bouillie homogène, ajouter la farine de maïs sous un feu vif et remuer énergiquement jusqu'à obtention d'une pâte homogène, ajouter une quantité d'eau chaude et recouvrir la marmite, baisser le feu.

## Astuces

Cette sauce se conserve au maximum 3 jours dans le réfrigérateur. Si vous ne souhaitez pas la consommer immédiatement, vous pouvez la congeler. Nous vous conseillons de déguster cette sauce avec des légumes sautés.

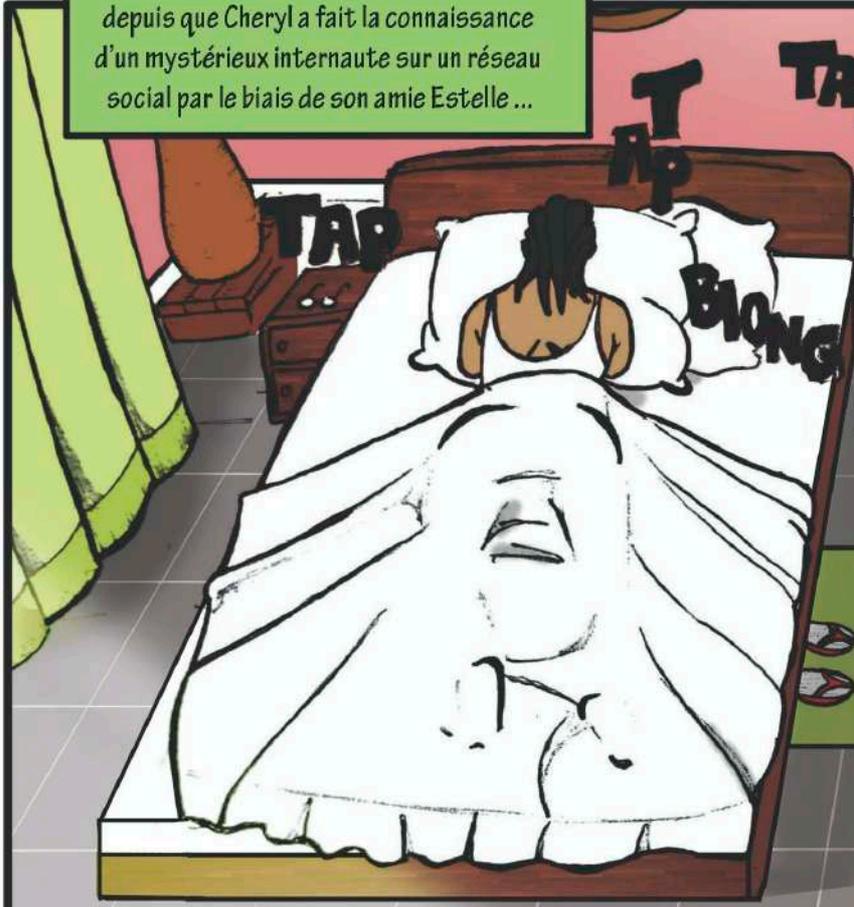
Trois semaines se sont écoulées

depuis que Cheryl a fait la connaissance d'un mystérieux internaute sur un réseau social par le biais de son amie Estelle ...

L'inconnu a réussi assez facilement à gagner la sympathie et la confiance de Cheryl ...

Ainsi, tout naturellement les choses sont devenues assez sérieuses entre les deux gens ...

C'est le week-end il est bientôt 10 h, Cheryl semble très affairée sur son téléphone ...



Moi  
Tu es parti au travail aujourd'hui ???

Alfred  
je n'arrivais pas à dormir, car je pensais fort à toi. Je t'aime vraiment, la distance qui nous sépare est un véritable calvaire pour moi !!!

Alfred  
Non j'ai pris un jour de congés, je ne me sens pas bien ... Faut dire que j'ai mal dormi !!!

Moi  
Et pourquoi ???

Moi  
Tu me manques aussi !!!

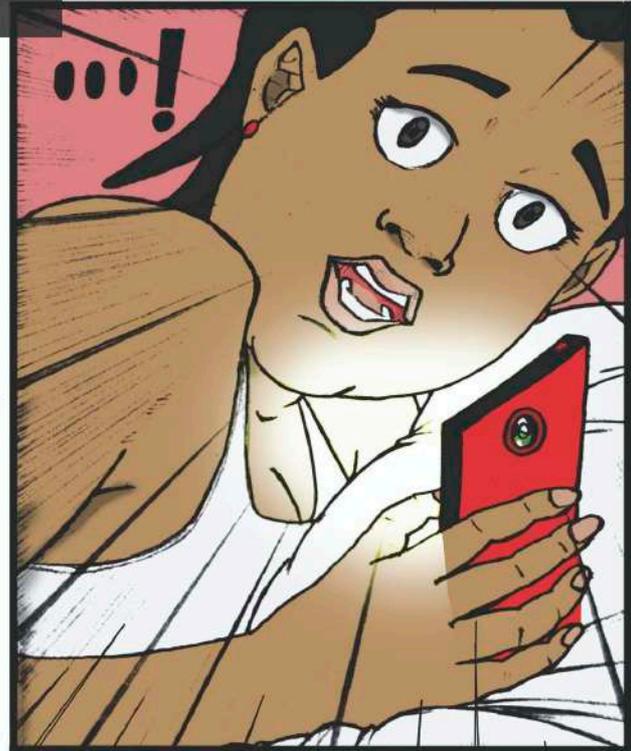


Soudain !!!

TOC  
TOC TOC

Cheryl  
tu es là ???

Cheryl  
!!!





Mon chou tu es encore couchée à cette heure de la journée !?



Hmmm !!!

Ton père et moi t'attendions pour le déjeuner. Comme je ne t'ai pas vu descendre, je me suis inquiétée !!!



J'ai une petite migraine depuis ce matin !!!

Ah !!! J'espère que ce n'est pas grave, sinon j e peux t'emmener à l'hôpital !!!



Non... Le mal est presque parti !!!

D'accord. repose toi !!!



Je suis déjà en retard. J'enverrai Eleonor te prendre quelque chose à la pharmacie !!!

Je l'ai échappé belle...

Cc tu es là ?? Je t'écris mais tu ne réponds plus...

Moi  
Oui oui ! Je suis là ! Désolé j'étais aux toilettes ...

Alfred  
Tu es tellement loin de moi que ça laisse un grand vide en moi malgré que nous nous écrivons tous les jours...

Moi  
Moi aussi... J'ai une forte envie de te voir physiquement... Mais hélas...

Alfred  
...

Moi  
Quoi ???

Alfred  
J'hésite à te le demander !!!

Moi  
Me demander quoi ???

Alfred  
Ton absence à mes côtés sera moins pénible si tu fais ça pour moi !!!

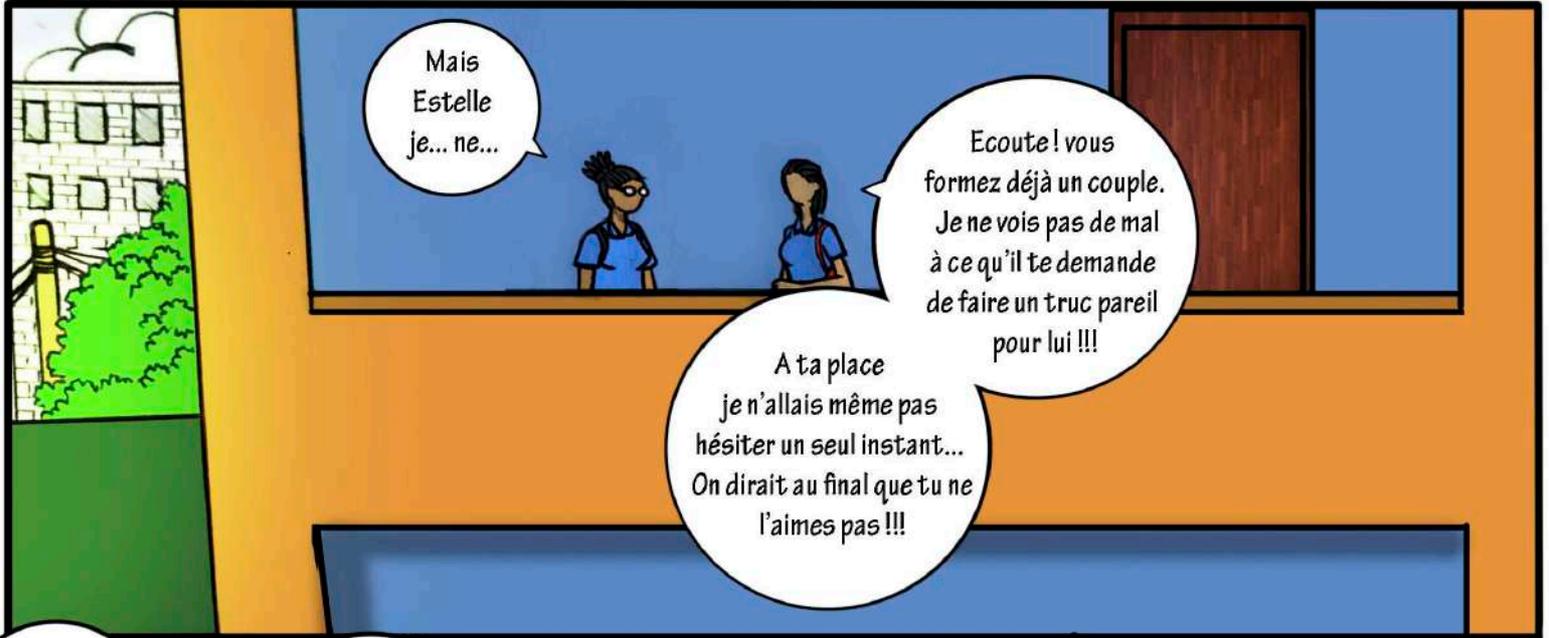
Moi  
Quoi donc ???



Lundi à la sortie des cours ...

C'est à cause de ça que tu m'embêtes au téléphone depuis le week-end que tu veux me parler ???





Mais Estelle je... ne...

Ecoute! vous formez déjà un couple. Je ne vois pas de mal à ce qu'il te demande de faire un truc pareil pour lui !!!

A ta place je n'allais même pas hésiter un seul instant... On dirait au final que tu ne l'aimes pas !!!



Mais biensûr que je l'aime !!!

Ton hésitation prouve pourtant le contraire !!!



Tu ne réalises pas la chance que tu as d'avoir un gar comme lui !!!

J'ai des choses à faire... Je rentre chez moi !!!



19h30... Dans la douche...



Que dois-je faire ???

Alfred est si gentil et attentionné envers moi...



Mais d'un autre côté je ne peux pas faire ça...



Je l'aime vraiment ...

Je ne peux pas risquer de le perdre ...



Fermons la porte à clé...

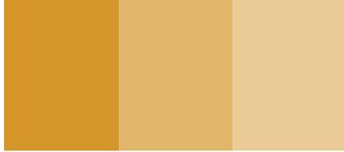
# SUNU ASSURANCES A LE BON PROFIL POUR GARANTIR L'ÉDUCATION DE VOS ENFANTS





## FATOU DIOME

Née en 1968 sur la petite île de Nioudior, dans le delta du Saloum en pays sévère, au sud-ouest du Sénégal, Fatou Diome est une écrivaine très engagée. À vingt-deux ans, elle tombe amoureuse d'un français, se marie et décide de le suivre en France à Strasbourg en 1994. Rejetée par la famille de son époux, elle divorce deux ans plus tard et se retrouve en grande difficulté, abandonnée à sa condition d'immigrée sur le territoire français. Pour pouvoir subsister et financer ses études, elle doit faire des ménages pendant six ans, et lorsqu'elle peut exercer la fonction de chargée de cours durant son diplôme d'études approfondies elle n'hésite pas. Puis elle décide de se consacrer également à l'écriture : elle publie *La Préférence Nationale*, un recueil de nouvelles aux éditions présence afri-caine en 2001. Puis elle écrit *Le ventre de l'Atlantique* son premier roman, paru en 2003 aux éditions Anne Carrière qui a reçu le prix des hémisphères Chantal Lopicque. Suivent ensuite *Kétala* (2006), *Inassouvies*, *Nos vies* (2008). En 2019 elle est lauréate du prix littéraire des **Rotary clubs de langue** pour son roman *Les veilleurs de sangomars*. Écrivaine complètement engagée, elle se classe au regard des thématiques abordées dans ses textes comme une véritable humaniste. Fatou Diome fait partie des auteurs qui ont décidé de présenter la situation telle qu'elle est réellement. Ses textes s'inscrivent dans le sens de l'universalité. Dans son célèbre roman *Le ventre de l'Atlantique*, elle fait recours à ces voix stratégiques pour mieux parler du sujet migrant. Face à ce problème de Migration qui est déjà trop répandu, la romancière appelle sur l'importance de travailler tous ensemble et en mettant les barrières de côté.



**FRANCIS NGANOU : Champion de la catégorie des poids lourds de l'ultimate Fighting championship (UFC)**

Né le 5 septembre 1986 à batié, au Cameroun, il vit une enfance très difficile. Il est élevé dans une extrême pauvreté surtout après le divorce de ses parents, il se retrouve contraint de travailler dans une mine de sable située dans sa ville natale et dans des conditions rudes. Fan de boxe anglaise, et particulièrement de l'Américain Mike Tyson, le Camerounais veut alors devenir lui-même un boxeur. Il débute la discipline tardivement à l'âge de 22 ans dans la ville de Douala. En 2013, dans l'intention d'en faire sa nouvelle carrière, il émigre vers la France, parmi un flot de migrants à l'âge de 26 ans. Seul, Francis Ngannou vit comme un sans-abri dans les rues de Paris. Il est alors repéré par une Association humanitaire, la Chorba qui le recueille. Pendant tout son temps au sein de l'association il donnait un coup de main dans la distribution des repas aux plus démunis.



Arnaud de Wecapounet est promoteur de la marque *I'AM 237*, une marque qui entend révolutionner les codes vestimentaires au Cameroun, en Afrique et au-delà des frontières du continent noir. *I'AM 237* est une marque camerounaise dont l'objectif est d'encourager la consommation "*made in Cameroon*". "I'AM" signifie en français « je

suis ». Ce qui renvoie à une identification de soi et à une reconnaissance personnelle. Le jeune promoteur se présente ainsi comme un modèle à suivre pour de nombreux jeunes qui nourrissent au quotidien le rêve d'une véritable réussite. Il montre ainsi que l'on peut partir de rien pour construire tout un business.

Comptable de formation il se retrouve dans le domaine de la couture du jour au lendemain après un passage à vide d'ordre professionnel. Comme quoi il faudrait essayer tout ce que l'on trouve à faire, car nos lendemains sont incertains. Et c'est véritablement en 2015 que Arnaud de Wecapounet prend réellement cette initiative, avec au départ un capital de 7 000 FCFA, il débute sa carrière de Designer. De réalisation en réalisation il agrandit son business et réussit à ouvrir son entreprise en juillet 2015. Aujourd'hui, la marque *I'AM* compte 4 magasins répartis sur Douala et Yaoundé, et plus de 90000 likes sur Instagram et habillement de nombreux Camerounais. Grâce à son abnégation, sa force de caractère,

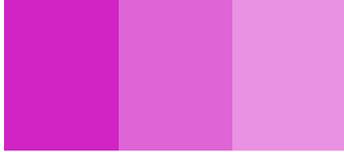
## JEUNES ENTREPRENEURS

### Arnaud de Wecapounet : *I'AM 237*

et sa jeune équipe il a pu traverser la barre symbolique des 3 ans d'existence qui est l'espérance de vie moyenne des entreprises camerounaises. Grâce au succès que connaît son œuvre, le jeune promoteur peut être très fier. Il compte désormais parmi les entrepreneurs camerounais les plus jeunes et les plus sollicités grâce à son projet, à travers lequel il habille des personnalités du show-biz les plus influentes à l'instar de Moustik le karismatik, Marcelle Kuetche alias Poupy, Nabila et bien d'autres. Une façon de démontrer son

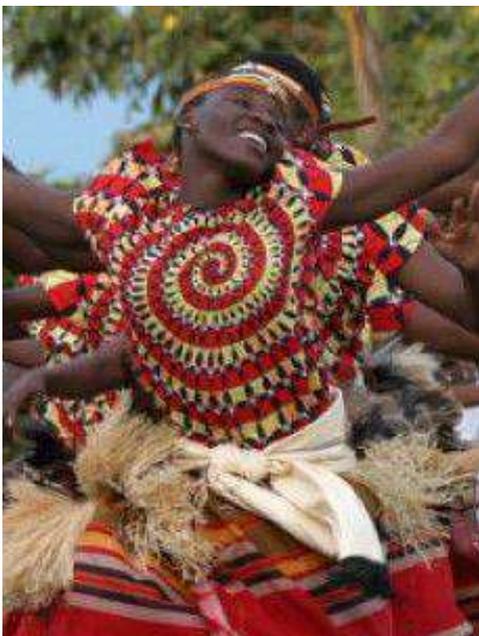
engragement dans le quotidien de nombreux Camerounais et se définir comme le dit si bien son slogan « *plus qu'une marque, un état d'esprit* ».

La marque *I'AM 237* compte de nombreux produits à son actif tels que des casquettes, des chaussures, des sacs, et des T-shirts... L'un de ses défis, déjà relevé d'ailleurs, était celui de convaincre le public camerounais et voire africain. Il ne reste plus que l'enjeu majeur : *I'AM 237* sur le cap l'international.



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

Le Yé Kané chez les Moundang (Nord et Extrême-Nord) et le Monikim/Ngbeh chez les Bayangui (Sud-Ouest)



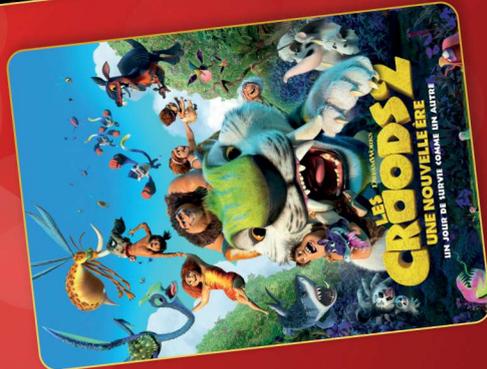
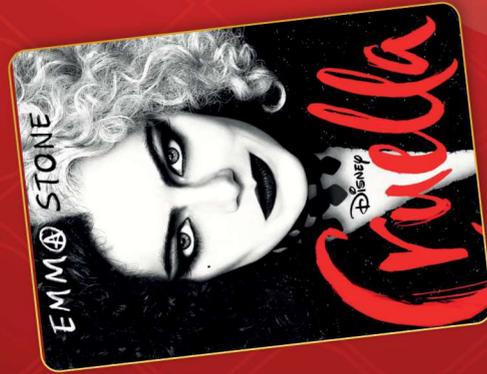
## LE YE KANE chez les Moundang

Les Moundang sont un peuple vivant en Afrique Centrale plus précisément dans l'Extrême-Nord, et le Nord du Cameroun. Tous les 4 ans, les jeunes garçons d'origine Moundang passent par une étape très importante : l'initiation. Cette dernière se matérialise à travers un processus phare : la circoncision. Le YE KANE signifie «**enfant initié**». C'est une procédure qui permet à tous les jeunes garçons de devenir un «*Homme*» au sens de la croyance Moundang. Toutefois, les hommes plus âgés n'ayant pas participé à ce rite lorsqu'ils étaient plus petits peuvent aussi le faire s'ils le désirent. Le YE KANE se déroule toujours dans un lieu sacré en forêt où les femmes ne doivent pas aller. Là-bas, les participants ne viennent pas avec des vêtements ni des provisions. Tout ce qu'ils emportent avec eux est un simple short. Pen-

**CANAL OLYMPIA**

**Bessengué**

**LE MEILLEUR DU CINÉMA POUR VOS VACANCES !**



**HORAIRES VACANCES**

**MARDI À JEUDI :** 12H - 20H30

**VENDREDI :** 12H - 22H30

**SAMEDI :** 10H - 22H30

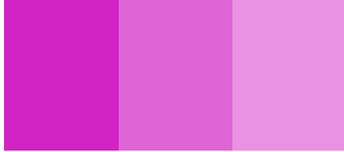
**DIMANCHE :** 10H - 22H30

**📍 Douala, Gare de Bessengué,  
🏠 À partir de 1 500 FCFA\***

Canal Olympia soutient le

[Canalolympia.com](http://Canalolympia.com)  
[@CanalOlympiaBessengue](https://www.facebook.com/CanalOlympiaBessengue)  
[@canalolympia.bessengue](https://www.instagram.com/canalolympia.bessengue)





dant toute la durée du rite, chaque femme parente d'un participant apporte de la nourriture chaque jour. Mais attention, cette nourriture est également spécifiée. Les concernés doivent uniquement manger des plats traditionnels. Pendant le petit déjeuner ils prennent de la bouillie de mil sans sucre. À midi, ce sont des plats comme le «nna'a bishari», le "nna'a iè" (sauce aux haricots blancs qui est une spécialité locale) avec du poisson. L'accompagnement principal est le cous-cous de maïs ou de mil. La procédure d'initiation dure généralement 2 mois. À leur sortie, les initiés ont un dernier objectif : casser leur bâton remis par le chef. Pour y arriver, ils doivent fouet-

ter toutes les jeunes filles célibataires sans enfant qu'ils croiseront sur leur chemin à leur sortie. Ainsi, ils deviendront des hommes. En effet, la culture est un héritage. Chez les Moundang, *«en tant que chef de famille, l'homme dit être fort... c'est pourquoi en brousse, on lui apprend tout ce qui peut lui permettre d'affronter la vie en toute responsabilité»*.

### **La danse MONINKIM : un rythme folklorique spécifique aux femmes chez les Bayangui**

Le Moni-Nkim est une culture commune au peuple Bayangui dans (le Sud-Ouest) Cameroun et au peuple Eja-

**"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"**

gham (Sud-Est) du Nigéria. Dans le substantif «Moni-Nkim», on a deux dérivées «MON» qui veut dire «enfant», et ensuite «NKIM» renvoyant à la «circoncision». Chez les femmes, la tradition Moni-Nkim, désigne donc une adolescente, qui une fois qu'elle a atteint l'âge de la puberté a été excisée. Cette excision intervient après que la jeune fille ait été formée à l'art maternel, à la gestion d'un foyer et à la morale sociale que l'on attend d'une bonne épouse. Alors littéralement, la danse Moninkim traduit une cérémonie de préparation de la jeune fille à la gestion d'un foyer. C'est une institution pour la préservation, la promotion/le transfert des valeurs et coutumes du peuple Bayangui/Ejagham de génération en génération. Cette tradition s'inscrit selon deux grands aspects culturels :

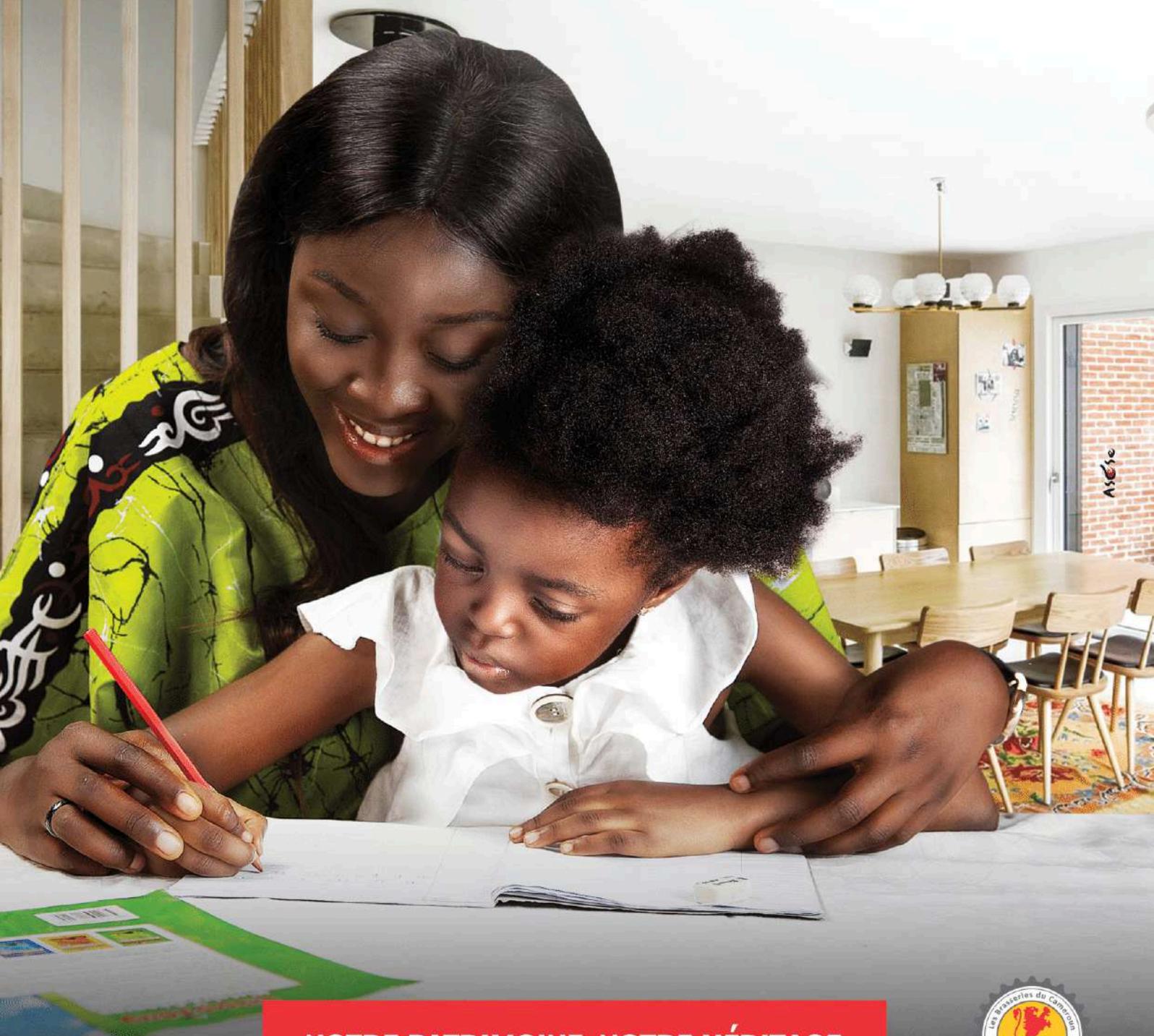
- **La danse des vierges**, celle des jeunes femmes qui sont passées par la première étape sans mariage. Cette danse est souvent exécutée par les vierges et les autres jeunes femmes mariées de la communauté. Pendant cette pratique, lorsqu'une fille a déjà atteint l'âge de la majorité, elle est soumise à la réclusion pour une période de six mois selon les circonstances et les finances.

- **La cérémonie de sortie** concerne l'exposition de la performance très gracieuse et séduisante de la danse Moninkim. Elle consiste aussi à effectuer une évaluation devant le public si les conseils et les pratiques de départ ont été respectés. Si cette phase a été respectée, on leur attribue une apparence saine et par ce fait on pourrait alors dire qu'elles sont véritablement prêtes pour le mariage.



# 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