

AJESSEY

(Magazine)

SPECIAL Trimestriel No 001 / Mars 2015



ZOOM
sur les activités
du trimestre

▪ **Dossier :**
*La malnutrition
des enfants*

▪ **La mortalité infantile : Fatalité pour l'Afrique**

Le point sur
l'action psycho-social
des enfants en détresse

Lyrics «Maman n'a pas vu» de Charlotte Dipanda



AJESEY MAGAZINE

Siège social: Yaoundé – Essos

Tél : (237) 222055616

ajeseey98@yahoo.fr

Sites d'intervention: Centre, Sud, Est.

Equipe du journal

DIRECTEUR DE PUBLICATION / REC :

Caroline MESSINA

EQUIPE DE RÉDACTION :

Jamilah M

AHA, Fadil M, Guy MODO,

Cléopas SODWE, G.

MEGUEKA, F.MELINGUI

CONSEILLER À LA RÉDACTION :

V. Christian ETOUNDI

ELOUNDOU

SOMMAIRE

Supervision des ASC: quels objectifs à atteindre.....

.....p.2

MTN-Cameroon.....

..p.3

Le point sur les dernières distributions.....p.4

Le 08 mars 2015 à Yaoundé

5:danser et plus encore

.....p.6

Le point sur l'appui psychosocial

des enfants en détresse.....

.p.7

Que dire de l'accompagnement des jeunes vers

l'autonomie...p.7

Alimentation du jeune enfa.....

.....p.8

Que pensez-vous de la malnutrition des enfants?.....

.....p.8

EDITORIAL

■ Par Caroline MESSINA, Coordonnatrice de l'AJESEY, 17 ans d'action sociale

Agissez !!!



l'urgence d'une action de proximité, d'un appel à arborer le bleu de chauffe, à sortir du cocon douillet et feutré des bureaux pour descendre sur le terrain. Une exhortation à vivre en bonne intelligence avec celui qui nous tend la main et a besoin de notre aide.

Un régime de tolérance auquel nous avons souscrit voilà bientôt 17 ans. Cela avec l'onction et la caution des Ministères de la Jeunesse et de l'éducation civique, de la santé, de la Promotion de la femme et de la famille, des affaires sociales, du FNE, de PLAN-Cameroun, de MC-CCAM, du CNLS (Comité nationale du Lutte contre le Sida), de CRS (Catholic Relief Services), du RESYPAT, de ASSEJA, d'Arc-en-ciel, de l'AWA, de France-Volontaire, de l'ACEF, de l'ADE-COTEX, de l'ADEFEM, et bien d'autres organisations qui au quotidien nous soutiennent dans cette fastidieuse mission. Et à qui, à travers ces prémices d'une activité de communication qui doit s'inscrire dans la durée, nous rendons un vibrant hommage

A la vérité des faits et à la réalité de l'action quotidienne, lorsqu'il est donné d'évoquer l'action sociale, l'assistance aux nécessiteux et personnes en détresse, l'on ne saurait sous-estimer l'action des ONG et associations dans le domaine. Au-delà même, ils constituent un repère saisissant, un baromètre infaillible s'il fallait faire une étude de la question de pauvreté qui semble nous être chevillé au corps.

Oui, chez nous, beaucoup de gens n'arrivent pas à manger à leur faim, à se soigner, à aller à l'école...D'où



L'ACTU DE L'AJESEYY

Supervision des ASC : quels objectifs à atteindre ?



■ Par Caroline MESSINA

L'objectif général de la supervision des animateurs de santé communautaire réside dans le fait d'accompagner les acteurs sociaux afin qu'ils puissent être efficaces lors de la mise en œuvre des activités sur le terrain durant l'extension de la phase II du Projet SUFI R9.

Maintenant, dans un ordre spécifique, il s'agit de faire signer l'avenant des contrats aux ASC (Agents de Santé Communautaires), de compléter le nombre de ménages cibles

à couvrir par chaque ASC dans la première page du contrat initial, de vérifier si l'ASC a transcrit toutes ses VAD dans le cahier qui lui a été remis, et si ce cahier de supervision de l'ASC est signé par l'OSCD depuis le début du projet. Au delà d'accompagner les ASC à produire les VAD3, de vérifier la réalisation et l'effectivité des activités des VAD3 sur le terrain ainsi que celle de la PECADOM (Prise en charge du paludisme à domicile) dans les communautés.



Les ASC sur la fin du Projet SUFI (debout) Mme Messina briefant



Les ASC à MTN d'Obala pour l'ouverture de leur compte Mobile Money



M. Ambassa et M. Sodwe d'AJESEYY en supervision



M. Njike d'AJESEYY s'entretenant avec les ASC à Obala

L'ACTU DE L'AJESEYY

Le point sur les dernières distributions

■ Par Hermann AMBASSA, Cadre de suivi et évaluation, AJESEYY

Le CRS avait annoncé la distribution des fournitures scolaires aux OEV avant la rentrée scolaire 2014/2015. Ce qui a été effectif. Quand on sait que cet instant est souvent vivement attendu par ces enfants de milieu modeste qui ont grand besoin de ces fournitures de belle facture qui leur sont livrées

Une livraison de cartables, cahiers, stylos, crayons et autres matériels de classe qui a eu lieu au siège d'AJESEYY le lundi 09 février 2015. Ceci en présence d'une équipe du CRS constituée pour la circonstance. Lorsque tous

les cartons ont été déposés à l'AJESEYY, cette équipe constituée de deux personnels s'est immédiatement mise à vérifier la quantité de matériel scolaire livrée. Le fournisseur et le personnel l'AJESEYY ont aussi été conviés à y participer afin que le constat soit commun. L'équipe du CRS était chargée de la vérification physique, celle l'AJESEYY s'occupait de la vérification théorique et de la prise de notes tandis que le fournisseur assistait et prenait des notes sur les différents constats faits par article vérifié.

Distributions à Yaoundé : ACEF et tous les autres...

■ Reportage photographique de Djamilah MAHA.



La présidente de l'ACEF Sylvie Tsimi (en T-Shirt noir) et quelques bénéficiaires de fournitures scolaires



Comme ils sont heureux ces gosses !



Jamilah Maha (en tricot blanc) à côté d'une maman et sa fille qui sera une personnalité de Ngonja demain et se souviendra certainement de ce jour.



Cléopas et une belle parente de bénéficiaire pour qui... malheureusement il n'a pas d'yeux dans ce bureau d'AJESEYY.

L'ACTU DE L'AJESEYY

Distributions à Mbankomo : des sourires et des mots

■ Reportages photographiques de Jamilah MAHA, Animatrice communautaire, AJESEYY

Distributions à Akono : sans aucun remous



M. Ferdinand Byringiro du CRS, M. Ngbwa du RESYPAT et M. Ambassa d'AJESEYY, vision commune et solidaire de l'action sociale.



La mère (à gauche) est noyée dans l'émotion qui la rend sans voix et la met au bord des larmes.

Distributions à Bikok : de la joie en stock ... dans la voiture



Au concours du sac appartient à celle qui sourit le plus, Mme l'adjointe d'arrondissement d'Akono?



Explications de la procédure de distribution par l'équipe d'AJESEYY à Akono



Moi même je confirme mon petit, tu as un sac !!!

Les distributions à Bikok : de la joie en stock



Mesdames et monsieur, arrêtez bien ce sac plein de cahiers, de stylos et de crayons !!!



La belle princesse et son beau sac bleu comme ... son uniforme de classe .

L'ACTU DE L'AJESEY

Distributions à Ngoumou : sans aucun remous



Tiens, c'est à toi mon bébé !

Il n'y aura pas deux comme moi à mon école !

M. Ngbwa au four et au moulin...

Tout comme Mme Melingui Francoise de l'AJESEY pour cette tournée.

AUTOUR DE NOUS

Le 8 mars 2015 à Yaoundé 5 : danser et plus encore !

■ Par Jamilah MAHA

C'est le préfet du Mfoundi, himself, M. Tsila qui a lancé les activités départementales de la 30ème édition de la Journée Internationale de la femme ce 04 mars 2015 à l'esplanade de la mairie d'Essos. Entouré de M. le Sous-Préfet de Yaoundé 5, M. Mamadi Mahamat, de M. le Député de la circonscription, de Mme la Maire Yvette Etoundi et de toute sa dynamique équipe, de la déléguée départementale et de la déléguée d'arrondissement du Ministère de la Promotion de la Femme et de la Famille Mme Ouakam-Anamba Mvembe Marie Gertrude, l'administrateur civil principal va effectuer un vrai panégyrique vis-à-vis des femmes. Après avoir offert la tribune, galanterie et règles de bienséance oblige, à la très avenante maîtresse des lieux, Mme Etoundi qui ira dans le même sens sans avoir garde d'évoquer le coté

perfectible dans l'appréhension, l'organisation de cette belle fête annuelle.

Après ces belles envolées verbales, le public venu nombreux va assister au défilé des associations féminines du Mfoundi et à la visite de l'exposition d'objets divers pour l'occasion.

Les choses se poursuivront dans une orgie de lumières et de sons, ce dimanche 8 mars 2015 dans les domiciles privés, les snacks-bars et boîtes de nuit d'Essos, de Nkolmesseng, de Ngoulmelkong et bien d'autres quartiers de Yaoundé 5. La zone de la ville où les femmes font le mieux la fête, sans forcément se laisser aller. Au-delà de



L'arrivée de M. Tsila, le Préfet du Mfoundi

Jamilah Maha à droite du Sous-Préfet de Yaoundé V, M. Mamadi Mahamat et Mlle Falmata.

Mme le Maire de Yaoundé V, Yvette Etoundi

CLIN D'ŒIL AUX PARTENAIRES

Dernière réunion de coordination du Projet SUFI Rd 9 - Fonds Mondial

■ Par Caroline Messina



De g à d: M. Manga, Mme Messina et d'autres participants

Nous sommes en mars 2015 à la dernière réunion de Coordination Régionale des OSCD (Organisation de la Société Civile de District) à MC- CCAM-Sous Bénéficiaire de PLAN-Cameroun.

Étaient conviés à ceste assise toutes les OSCD de la Région du Centre réunis autour de la Directrice De MC-CCAM, Dr Tallah Esther et du Chef De l'Unité régionale de lutte contre le paludisme, Dr Forlack. L'ordre du jour portait sur le nouveau modèle de financement du Fonds Mondial et la fin du Projet SUFI Rd 9.

Pas un pas sans le RESYPAT !

Assurément oui si on part du principe fondateur de toute grande œuvre qui veuille que l'union fasse la force. Car le RESYPAT (Réseau des Synergies contre les Pathologies) est une plate-forme des Organisations de la Société Civile qui luttent contre plusieurs pathologies (paludisme, VIH-SIDA, tuberculose...)

Ce réseau a son siège à Yaoundé est dirigée par M. Mgbwa Philippe, une figure de proue du militantisme associatif qui a tenu à fédérer toutes les énergies, dont aucune ne sera jamais de trop autour du noble idéal qui est de sauver des vies humaines. Quand on sait que dans notre pays et ailleurs en Afrique, il y'a une indétermination endémique (le mot est choisi à dessein car nous parlons là de pathologie) à tenir compte de la

souffrance des malades qui parfois sont abandonnés à leur triste sort. Qui n'est guère enviable pour toutes ces âmes bien-pensantes qui en ont fait leur cheval de bataille, leur leitmotiv.

Et dans ce registre nous pouvons évoquer AJESEYY, APDSP (Approche Participative Développement et Santé de Proximité) Enfants d'Afrique et bien d'autres.

A préciser que le RESYPAT milite en faveur de ces Organisations de la Société Civile qui n'ont pas le goût du lucre, du gain et s'attellent au quotidien, avec des moyens souvent dérisoires à remplir leur noble mission.



M.Philippe Mgbwa en pleine séance de travail avec les OSC de la Région du Centre, du Littoral et du Nord

LA MAIN TENDUE

Le point sur l'appui psycho-social des enfants en détresse

■ Par Mireille Dassi, Assistante sociale, AJESEYY



Contribuer au bien-être des enfants démunis », tel est l'objectif principal que s'est donnée l'AJESEYY depuis sa création en 1998. Et pour cela, il s'agit de recenser les familles et les enfants en situation de grande précarité

à Yaoundé 5ème, dans la Mefou-Akono et la Lekié. , afin de leur fournir un soutien matériel, financier et surtout psychosocial. Quelques OEV ont à cet effet bénéficié des Activités Génératrices de Revenus bien que les sollicitations demeurent nombreuses.

Au regard de ses états de service et de son engagement auprès des enfants défavorisés, le Catholic Relief Services (CRS) a retenu l'AJESEYY dans le cadre du projet de soutien aux OEV sur financement Fonds Mondial / Minsanté. Afin d'intensifier les activités de prise en charge psychosociale, des travailleurs sociaux ont été mis à contribution. Ces derniers ont conçu des méthodes d'écoute et d'entretiens spécifiques, en raison de certaines

difficultés liées à la confiance, parfois éprouvées par les enfants lors des visites à domicile. Ces entretiens se déroulent dès lors dans des locaux spécialisés, pour ces enfants dont la peur de s'exprimer au sein du cocon familial constitue un sérieux blocage. C'est dans ce contexte qu'ils parviennent alors à déceler les problèmes psychologiques de l'enfant ainsi que dans ses relations avec son entourage. Au demeurant, l'intégration de l'enfant dans une communauté passe par l'implémentation des mécanismes complémentaires et parallèles visant son bien-être. De ce fait, les travailleurs sociaux s'accordent au chaque mois sur des thèmes de causeries éducatives portant sur la santé, la nutrition et l'éducation

Que dire de l'accompagnement des jeunes vers l'autonomie ?



■ Par Steve Njike, Chargé des Programmes, AJESEYY

Que signifie accompagner les jeunes vers l'autonomie ?

Il apparaît dans ce questionnement deux notions décisives à déconstruire afin de saisir les processus à mettre en œuvre, l'accompagnement et l'autonomie, ainsi qu'une catégorie de population à analyser sous l'angle sociologique: les jeunes.

Dans cette sous-partie, nous allons tenter de déconstruire ces deux notions et d'analyser les caractéristiques de la jeunesse contemporaine d'un point de vue sociologique. C'est d'ailleurs par cette dernière que nous allons démarrer car l'accompagnement vers l'autonomie ne peut se faire qu'en rapport à un public préalablement défini.

Autrement dit, que signifie être jeune aujourd'hui ? Quand démarre la jeunesse et quand prend-elle fin ?

Une fois cette population définie, nous tenterons de déconstruire la notion d'accompagnement qui semble s'être imposé dans le vocabulaire des politiques publiques pour désigner une forme de relation avec un autre, acteur d'un projet, au point d'être utilisé à tout propos. La relation par laquelle l'opération a lieu se réfère aux idées d'autonomisation et de coopération. Dans les politiques de jeunesse, on parle d'accompagnement des jeunes : à l'autonomie, à l'emploi, à l'entreprenariat, etc.

Quelle est la réalité des pratiques que le mot désigne ?

Quel est le rôle d'AJESEYY dans cette initiative d'accompagnement vers l'autonomisation ?

Quelle est la réalité des pratiques que le mot désigne ?

La jeunesse fait l'objet d'incessants et répétitifs stéréotypes dans les représentations sociales et l'imaginaire collectif. Ceux-ci oscillent entre la tradition et la nouveauté radicale. Lorsque nous nous situons du point de vue de la transmission et des valeurs, la jeunesse est perçue comme insouciante, irresponsable, décadente, triviale, légère, consumériste, attachée à la mode et, si l'on n'y prend garde, peut vite devenir dangereuse.

WAJESEYY dans la lutte pour l'autonomisation des jeunes Durant toute son existence AJESEYY a œuvré pour l'autonomisation des jeunes en particulier ceux de l'arrondissement de Yaoundé 5ème par la création d'un programme de formation professionnelle dans le secteur de l'habillement ? Un certain nombre de filles dont AJESEYY s'occupe en ont bénéficié. Tout nouvellement depuis le mois de Décembre un programme de formation en secrétariat bureautique est en train d'être négocié avec les bailleurs de fonds pour la création d'un centre d'apprentissage des OEV.

DOSSIER

Alimentation du jeune enfant : état de la question

■ Par Jamilah MAHA



L'alimentation du nourrisson et du jeune enfant est la pierre angulaire des soins pour le développement de l'enfant. Cependant en 2005, on estimait qu'un tiers des enfants de moins de cinq ans dans les pays en développement

souffraient de retards de croissance dus à une mauvaise alimentation et à des infections répétées. Même dans les milieux aux ressources insuffisantes, l'amélioration des pratiques alimentaires peut entraîner l'absorption de plus grandes quantités de calories et de nutriments et améliorer l'état nutritionnel.

Au cours des dernières décennies, les données sur les besoins biologiques pour une bonne nutrition, les habitudes alimentaires et les facteurs empêchant une bonne alimentation se sont développées constamment. De plus, on a appris beaucoup de choses sur les interventions qui sont efficaces pour améliorer l'alimentation. Des études au Bangladesh, au Brésil et au Mexique par exemple ont montré l'impact du conseil, dans les communautés et les

services de santé, pour améliorer les habitudes alimentaires, l'absorption de nourriture et la croissance.

Maintenant il faut dire que la Stratégie mondiale pour l'alimentation du nourrisson et du jeune enfant, adoptée par les États Membres de l'OMS et le Conseil exécutif de l'UNICEF en 2002, vise à redoubler d'efforts pour protéger, promouvoir et soutenir une alimentation adaptée pour les nourrissons et les jeunes enfants. Elle repose sur des initiatives passées, notamment la déclaration d'Innocenti et l'initiative des hôpitaux amis des bébés et s'occupe des besoins de tous les enfants, y compris ceux qui sont dans des situations difficiles, comme les nourrissons nés de mères vivant avec le VIH, ceux qui ont un poids de naissance et ceux en situation d'urgence.

« Que pensez-vous de l'allaitement au sein ? »

■ Vox-pop réalisé par Jamilah MAHA

Irina Kamga: « Pour mon bébé, rien n'est plus précieux que l'allaitement au sein. C'est ce que je fais pour ces six premiers mois de sa vie »

Raymonde Mpendé: « L'OMS recommande de commencer à allaiter les nourrissons dans l'heure qui suit la naissance, de continuer à les nourrir exclusivement au sein pendant 6 mois et d'introduire en temps voulu des aliments

complémentaires adéquats, sûrs et correctement dispensés tout en poursuivant l'allaitement au sein jusqu'à l'âge de 2 ans ou plus. Et...c'est tout ce que je ne fais pas! Je suis une mauvaise mère en fait (rires)»

Rolande Onana: « Je suis au courant de ce que veut l'OMS mais j'ai un problème de temps, d'heures de tétée ok? »



ANNONCES

Les anniversaires du trimestre

Happy birthday to you!!!
Happy birthday to you!!!
Happy birthday to you Caro

Mme Caroline Messina, 8 janvier



Mlle Djamila Maha, 28 mars



« Tonton »
Que ton âme
repose
en paix !!!

M.ZE Sylvain, magasinier d'AJESEYY.

LA TRIBUNE LIBRE DES OEV

« Merci ne suffit même pas ! »

■ Par Françoise MELI, 14 ans, OEV de Ngoussou-Ngoulmekong,



exhaustive!

Et pour tout ça, je ne crois pas que merci suffise pour Maman Caroline, Tantines Jamilah, Françoise, Mireille, Tonton Hermann, Steve, Cléopas, bref toutes ces personnes de l'AJESEYY qui sous le soleil ou la pluie prennent parfois les dédales tortueux de nos quartiers souvent mal famés pour nous retrouver. Pour nous parler de la joie de vivre, d'un avenir meilleur qui reste possible bien qu'on ait perdu ces deux parents atteints de sida et que la famille ne veuille pas de vous, que l'on ne puisse pas achever son écolage et que l'administration de notre école nous ait mise dehors (ce qui nous amène souvent à faire du petit commerce comme la vente des arachides, des confiseries à la criée pour pouvoir repartir à l'école), que nous soyons victimes de viol ou d'harcèlement sexuel soutenu par ces personnes qui veulent profiter de notre précarité (parfois il ou elle vous donne un morceau de pain chargé au chocolat que vous prenez des deux parce qu'affamée depuis deux jours et il veut vous mettre dans ses draps piteux)...

Par notre prise en charge effective, AJESEYY empêche tout cela, et nous lui en seront toujours reconnaissants

Oui, il faut peut-être inventer un autre mot pour exprimer toute notre gratitude à cette association qui s'est souvent si bien occupé de nous. Mes frères, nos voisins (un peu envieux quand même) et moi se rappellent à chaque fois de ces sacs de riz, bidons d'huile raffiné et savons de ménage, ces seaux et autres ustensiles domestiques, ces fournitures scolaires de belle facture, cette assurance-maladie (nous on connaissait même ça! Jusque là je savais que l'assurance c'est pour les voitures personnelles car les taximans et les motomans s'en f... un peu)...Ouf ! Comme la liste est non

PAGE SPECIALE RESYPAT

Le RESYPAT signe un accord de 51 Milliards contre le paludisme

■ Par Jamilah MAHA



Le Ministre de l'Economie, de la Planification et de l'Aménagement du Territoire, M. Emmanuel NGANOU DJOUMESSI, et Mme Cynthia MWAZE, chef du département Afrique et Moyen-Orient du Fonds Mondial, ont procédé ce mardi 17 février 2015

à Yaoundé, à la signature de l'accord-cadre relatif au financement de la lutte contre le paludisme, le SIDA et la tuberculose. Dans la foulée, une subvention d'environ 51 milliards de FCFA a été signée entre le Ministre de la Santé Publique, un représentant de la société civile camerounaise, M. Ngbwa Philippe du RESYPAT, le président de l'instance nationale de coordination et la représentante du Fonds Mondial. Ces ressources, selon Mme Cynthia MWAZE « permettront non seulement d'atteindre, pour la première fois au Cameroun, l'objectif de couverture universelle en moustiquaires d'ici la fin 2015, mais aussi de contribuer à la prévention du paludisme chez les

enfants de moins de 5 ans à travers la mise en œuvre de la chimio prophylaxie dans les régions septentrionales, la prévention du paludisme chez la femme enceinte, la prise en charge du paludisme et la mise en œuvre de l'approche communautaire ». Prenant la parole à son tour, Mme Christine ROBICHON, l'ambassadrice de France au Cameroun, a exhorté l'administration camerounaise à mettre l'accent sur la sensibilisation des populations. Elle a réitéré l'engagement des partenaires, notamment la France à soutenir le Cameroun dans la lutte contre le Paludisme, le SIDA et la Tuberculose.

PAGE SANTE

La mortalité infantile, fatalité pour l'Afrique ?

■ Par Caroline Messina

Pour l'OMS, il est urgent de réduire de deux tiers, entre 1990 et 2015, le taux de mortalité des enfants de moins de 5 ans. Pour cela la mortalité des enfants a diminué de plus d'un tiers, mais la progression est encore trop lente pour que la cible soit atteinte. Dans les régions en développement, le taux de mortalité des enfants de moins de cinq ans a considérablement baissé entre 1990 et 2010. Le nombre de décès étant passé de 12 millions en 1990 à 7,6 millions en 2010. La couverture vaccinale, notamment contre la rougeole, a permis de réduire ce taux. Néanmoins, l'Afrique Subsaharienne reste la région ayant le taux de mortalité le plus élevé. Le risque de décès est aussi plus élevé en zone rurale et dans les ménages les plus pauvres.

Il faut mentionner qu'alors que le taux de mortalité des enfants de moins de cinq ans a baissé dans son ensemble, la proportion des décès ayant lieu durant le premier mois après la naissance est en augmentation, passant de 37% en 1990 à 40% en 2010.

Cependant, l'éducation de la mère demeure un puissant déterminant d'inégalité : les enfants de mères éduquées ayant plus de chances de survivre que les enfants de mères sans éducation. Au-delà, il s'agit aussi de promouvoir une alimentation appropriée pour les nourrissons et les jeunes enfants

DIVERS - TISSEMENT

Lyrics : « Maman n'a pas vu » de Charlotte Dipanda

Chanson très émouvante que la Rédaction d'AJESEYY Magazine dédie à tous les orphelins et enfants vulnérables du monde.

A dia te longuè
Na bi na a wusa bwa muyengue
Bino lo si bi, lo beni mu musima
Lo si dimboa na nika e no wa nyambé e na e
bele mo

Alabè to mba, silanè to mba ayé
We a mama mi o mba wé

Refrain
Maman n'a pas vu non
Non non maman ne l'a pas vu non non non
Elle ne l'a pas vu non
Iwiyè na mbalé, maman ne l'a pas vu non non
non

Bino bena lo ben
Mwendi mu ma wé, mba teten'a mulema
Lo si dimbéa na nika e no wa nyambé e na bèle
mo

To mimbu mi tomba nde, batea mo édubé
Alabe to mba, silanè to mba
We a mama mi o mba wé

Refrain

A nyangwam i o alabé to mba
Na wusa tondo na, o be wa a djombwa ndje
mba
Muna ngo na timbi no na o bwé to mba
munengue
Alabe to mba, silanè to mba
We a mamma mi a omba wé

Refrain

En français : Si elle était encore en vie, je sais qu'elle aurait été fière de la personne que je suis devenue. A ceux qui ont encore leur maman, prenez-en soin, aimez-la et surtout respectez-la, même malgré le poids de l'âge. Beaucoup donnerait tout ce qu'ils ont de précieux pour partager des moments de tendre complicité avec leur maman qui hélas, n'est plus là.



TOUT POUR NOTRE SANTE

VIH-SIDA : comme c'est bien de faire son test !

■ Par Caroline Messina



Fait négligé bien que non négligé,

le test du SIDA trouvent encore peu d'adeptes. Bien que son impérieuse nécessité ne fait l'ombre d'aucun doute. Voici des arguments qui peuvent vous en convaincre.

Sur le plan personnel :

- l'utilisation commune d'aiguilles, de seringues ou de lames usagées
- la crainte d'être infecté parce qu'on a eu un rapport sexuel non protégé
- abstinent ou vivant une relation sérieuse, on veut s'assurer qu'on a pas été infecté dans le passé.
- le fait d'être enceinte et de vouloir

protéger ton enfant d'une transmission mère-enfant.

Sur le plan médical :

- connaître son statut sérologique permet d'adopter une hygiène de vie saine si on est séronégatif, de prendre en charge très rapidement la maladie si on est infecté.
- le test donne une certitude sur la présence d'une infection par le VIH ou l'absence de celle-ci.
- le test est gratuit dans les campagnes de masse et coûte seulement 500 F Cfa dans les formations hospitalières

Cuisine : Plantain pilé aux haricots rouges ou noirs

Plat de l'Ouest – Cameroun reconnu pour ses grandes valeurs nutritives.

Ingrédients: 500 g de haricots, 8 doigts de plantain, du sel, un oignon, un 1/2 l d'huile de palme, du piment

Préparation : Cuire les haricots noirs ou rouges. Après une heure de cuisson, ajouter les plantains sans les éplucher. Cuire encore une heure. Egoutter les haricots, éplucher les plantains et piler le tout. Ajouter l'huile de palme chaude, du sel, du piment et les oignons. Mélangez et servir chaud. Bon appétit !

Entre filles : astuces pour des vacances tout en beauté

C'EST A LA MODE



Des soins pour sa peau genre gommages comme Valérie Ayena(1), la Miss Cameroun 2013 ou Mlle Ngangoum (2), celle de 2014 qui préfère l'air de la campagne. Celles qui reviennent de chez l'ophtalmo (3) pourront arborer des lunettes à large monture et les modeuses à l'âme afro(4) vont affectionner les bijoux faits en matières locales (cauris, perles, coquillages, bois...) et les vêtements faits en pagne (robes, jupes, vestons, culottes...).

Côté pompes, la tendance c'est les talons compensés, les tennis supra et si jamais on est invitée à une soirée (mariage, anniversaire...) une belle talon-aiguille fera l'affaire !

L'AIR DU TEMPS

Le viol est un crime !

■ Par Victor Christian Etoundi Eloundou



Il est défini comme un rapport sexuel non consenti et tout le monde en est concerné. Femmes comme hommes, adolescents et jeunes enfants. Même comme beaucoup qui l'ont subi pour une raison ou une autre refusent de parler de cette intrusion dans leur intimité. C'est dire que c'est un sujet délicat dont il existe très peu d'équivalent. Car ici et ailleurs, cela devient un phénomène de société dont il faille parler.

Et nous, dans cette posture d'autorité morale où nous nous occupons de l'enfance en détresse, ne pouvons dès lors pas nous départir de ce rôle majeur qu'il nous revient de dénoncer. Le viol sévit et défraie la chronique chaque jour dans nos cités! Les médias en parlent en nous faisant souvent voir de très jeunes enfants (qui ont juste quelques mois!) ayant subi les assauts de quidams sans foi ni loi et dont le moindre scrupule n'est pas de laisser grandir ces bébés. C'est grave et nous devons tous parler de ce qui relève de l'ordre des crimes les plus abjects qu'il faut absolument condamner!!!

DES VICTIMES DE VIOL EN PARLENT

Sophie, 50 ans : « J'avais seize ans, lui aussi. Il m'a sodomisé dans un garage souterrain. Je le considérais comme mon meilleur ami d'enfance. J'ai hurlé non sous la douleur, mais je me suis défendue, alors que j'étais aussi forte que lui. Je n'ai jamais compris pourquoi, même après dix-sept ans de psychanalyse payante et inutile(...)J'étais brillante à l'école, ma

sexualité est morte, ma santé va mal, je n'ai pas d'amis, je reste chez moi. J'ai cinquante ans »

Anonyme : « La première fois qu'un garçon m'a embrassé sur la bouche, c'était mon grand-père, à onze ans »

Cha : « l'argument « maintenant que tu m'as allumé, faut aller jusqu'au bout! » Du sang partout »

Mathilde : « J'étais ivre, je suis allée me coucher. A mon réveil, ma vie avait changé. C'est à la suite de ma plainte que j'ai pu apprendre la vérité de ce qui s'est passé. Certains diront que j'avais à moins boire, et confondent les mots « inconsciente » et « consentante ». Mon agresseur reste impuni, et moi je me reconstruis petit à petit »

Alex, 27 ans : « J'avais dix ans. C'était mon cousin. Dix-sept ans après, je n'ai toujours pas parlé, je fais toujours des cauchemars, je ne supporte pas d'être touchée et n'ai toujours pas de vie sexuelle. »

Allo : « Je suis un homme. J'ai été violé par un inconnu, dans la rue, à l'âge de dix-sept ans. Il y'a bientôt dix ans »

Petite fille : « Aussi loin que je m'en souviens, j'étais en CP ou CE2, trop jeune, c'est une certitude... C'était mon père »

Marie-Amandine : « Le procès en correctionnelle est passé, je suis contente du résultat, du moins autant qu'on peut l'être lorsque son père avoue durant le procès qu'en fait, il vous a bien violé »

Tous ces témoignages sont tirés de l'ouvrage de Clémentine Autain, *Elles se manifestent. Viol 100 femmes témoignent* paru à Don Quichotte Editions, Paris, 2013

QUELQUES CAS DE L'AJESEEEY

Anonyme 1, 15 ans « J'avais 8 ans quand j'ai été violée par le voisin âgé de 30 ans. Mes parents ont porté plainte mais jusque là, quatre ans après, justice ne nous a pas été rendu »

Anonyme 2, 17 ans « Il y'a sept ans, j'ai été victime des attouchements de la part de notre domestique à la maison. Il avait cessé de faire le ménage pour lequel mes parents l'avaient recruté pour s'occuper résolument de ma petite personne qui se refusait toujours à ces propositions indélicates, foncièrement indécentes »

Des endroits où vous pouvez en parler

-Cellule d'écoute de l'AJESEEEY à Essos, derrière le Supermarché Mahima,

Tel: (237) 222 20 55616 (Secretariat) / 699512105

Mail : ajeseey98@yahoo.fr

-Les Services des Affaires Sociales

-Tout commissariat de police ou brigade de gendarmerie

AJESEEE au coeur
du développement
social au Cameroun



MVGO-ADA (Fanta citron)
Tél : + 237 699 51 21 05 / 676 07 29 44