

# SANAGA MARITIME INFO



## DOSSIER

Le prix de la réussite en  
monoparentalité

## L'EXPERT DU MOIS

M. Dibombari MBOCK

## WONDER WOMAN

Mme Adelaïde NDOUGA

## AU COEUR DU FIBELAB

L'excellence du label  
EAB

## LE LANGAGE DE L'ARGENT

Maître ou Esclave  
de l'Argent ?

## MÉMOIRE ET PATRIMOINE

La spiritualité du peuple  
Bassa'a serait-elle en  
déperdition ?

## Business Quizz du mois

What is the name given to marketing to customers based on their location?

- A. Geographic
- B. Psychographic
- C. Behavioural
- D. Demographic

Could you please whatsapp your answer to the following number : + 237 653 75 41 73  
Prize: 30 minutes FREE Marketing coaching.  
\*The first three people to answer correctly will be the winners.

## PROVERBE DU TERROIR

**I mût à konn bahal à konn bé  
njiibè won'i**

**Quand on a un sérieux  
problème on trouve des  
solutions par tous les moyens**

## SPOTLIGHT

### BAFUT - ABINEFOR

11 km away from the city of Bamenda, is the famous palace of BAFUT. Its existence in the Mezam Division of the North West Region dates back over 600 years, and the palace itself consists of a Museum which depicts historical stories and images of the previous centuries.

The ABINEFOR (Fon's dance) being one of the more memorable and eventful stories, is organised on the 24th of December each year. The ABINEFOR is therefore considered an end of year celebration for the BAFUTS where various traditional practices take place in order to appease their ancestors in hopes of a better, brighter new year.

Grace Bih



# SOMMAIRE



## **02 Business Quizz du mois**

## **05 Mémoire et Patrimoine**

La spiritualité du peuple Bassa'a serait-elle en déperdition ?

## **07 Projecteurs**

Commune de Dizangue

## **09 L'expert du mois**

M. Dibombari MBOCK

## **11 Le langage de l'argent**

Maître ou Esclave de l'Argent ? Discipline ou indiscipline

## **12 Wonder Woman**

Mme Adelaïde NDOUGA

## **13 Dossier de la rédaction**

Le prix de la réussite en monoparentalité

## **15 Au Coeur du FibeLaB**

L'excellence du label EAB

## **16 Focus**

Découverte de l'île aux Gorilles à Mouanko

## **17 Et Toujours**

Courrier des Lecteurs

Adresses utiles

Petites annonces

# EDITORIAL

## Voguer hors des eaux tribales

La brise fraîche des fleuves Dibamba, Sanaga et Nyong accompagnée par le parfum de l'Océan Atlantique n'arrive pas encore à terrasser les effets du tribalisme viral qui fait des dégâts moraux aujourd'hui et socio-économiques à l'aube de cette nouvelle année. Le Département de la Sanaga Maritime, source d'énergie nationale, pôle agro industriel exceptionnel à l'histoire séculaire en tant que porte d'entrée du catholicisme au Cameroun est-il épargné par les dégâts du tribalisme ?

Un regard panoramique de la Commune de Dizangue esquisse un tableau représentatif du niveau d'intégration nationale de ce côté-là et présente les affres des apprentis tribalistes qui sont surpris du niveau élevé de présence des citoyens camerounais en quête de pitance dans les agro-industries SOCAPALM et SAFACAM bien installées dans cette vaste et dense Commune. L'esprit tribaliste qui gagne le Cameroun veut s'installer dans notre département. Ne profite-t-il pas du fait que le peuple Bassa'a aurait perdu sa spiritualité ? Mbombog YEBGA YEBGA NTEP LIBII répond à cette question en invitant toutes les forces vives Mbene, Bati et Mpo'o au Congrès du Mbog en Février 2023 dans Mémoire et Patrimoine.

Loin des stéréotypes et des interrogations sans fin autour des dégâts du tribalisme, il faut affronter le phénomène très actuel de monoparentalité. Notre Dossier vous présente les Prix de la réussite dans la monoparentalité. Sur le chemin de la réussite, du culte de l'effort et du service, notre Wonder Woman Adélaïde NDOUGA n'est pas en reste.

Le tribalisme est perçu comme une démarche consciente d'idéologisation par une classe dominante avide de pouvoir. Dibombari MBOCK, Grand Conférencier au Fibe 2023, et Expert du mois, loin des relents tribalistes, invite nos lecteurs et abonnés à participer à ce rendez-vous international des Cultures Bassa'a et Bantou d'Afrique pour découvrir des sujets qui portent essentiellement sur la spiritualité des peuples noirs.

Face au danger permanent pour la paix sociale, la stabilité à l'intérieur et le Développement Durable du pays que constitue le tribalisme, les prouesses de FibeLaB sont une réponse adéquate qui montre la voie à suivre. En 2023, la conjoncture s'annonce rude. Le langage de l'argent vient au secours de nos précieux lecteurs en leur apprenant à éviter les dépenses fatales.



*Bonne et Heureuse Année 2023 !*

**Idriss Lissom**

### EDITEUR

CFM COM

### DIRECTRICE DE LA PUBLICATION

Michèle N. ESSAM

### CONSEIL EDITORIAL

Prince Théophile TATSITSA

Raoul NKUITCHOU NKOUATCHET

### REDACTEUR EN CHEF

Géraldine MBOLE

### SECRETAIRE DE RÉDACTION

Idriss LISSOM

### DIRECTION ARTISTIQUE

Nicolas HOUNTO

### PHOTOGRAPHIE

Honoré NARMAGNE

Michel Constant BAONGA

### RÉDACTION

Idriss LISSOM, Erol EBOGO

Guillaume NDOMBOL MBEY

Suzanne LIPEM, Grace BIH

Géraldine MBOLE

### EQUIPE COMMERCIALE

Contacts : +237 653 75 41 73

B.P : 128 Eséka

Email : [contact@culture-fm.com](mailto:contact@culture-fm.com)

Site internet : [www.culture-fm.com](http://www.culture-fm.com)

Tél : +237 222 13 61 94 / 693 13 28 58



# MÉMOIRE ET PATRIMOINE

## LA SPIRITUALITÉ DU PEUPLE BASSA'A SERAIT-ELLE EN DÉPERDITION ?



Cette question trouvera sa réponse au Congrès du Mbog Bassa'a qui se déroulera du 22 au 26 Février 2023 au Centre « Culture FM » d'Eséka. Le peuple Bassa'a étant un peuple acéphale, ne peut être dirigé que par une organisation ancestrale.

Cette organisation ancestrale qui est le Mbog est elle-même en quête de renaissance au vu du constat fait par Mbombog BIIGA UM, le Nkot Hiku'u du Mbog Matug, en Octobre 1999 à Makak.

Le constat de Mbombog BIIGA UM fait ressortir les faits suivants :

1. ... Cela fait environ trente (30) ans que les Ba Mbombog ont réalisé que notre peuple ne va pas bien. Les Ba Mbombog ne jouent plus leur rôle comme il faut. Le désordre s'est installé au sein des lignées qu'ils dirigent. Ils ne savent plus eux-mêmes, ce qu'ils sont.

2. ... Plus grave encore, est la mise sur le marché du Mbog. Un Mbombog ne doit pas offrir le Mbog à une personne parce qu'il veut gagner de l'argent. La mendicité dans les salons de nos fils nous a réduits à peu de chose, parce que nous avons baissé les bras, et avons commencé à vivre en parasites comme les chiques. On nous retrouve dans des complots, des haines, des problèmes d'inceste, le brigandage, des pratiques occultes maléfiques et les empoisonnements.

3. ... Nous devons savoir que tout un chacun ne peut pas tout faire. Ici, chaque personne a son don. Nous les Ba Mbombog, nous plaignons que les gens que nous dirigeons nous méprisent. Peut-être cela est-il vrai, mais plusieurs parmi nous qui savent guérir les malades ou qui ont acquis d'autres aptitudes, ont l'habitude de dire aux gens : « il est vrai que je suis Mbombog, mais lorsque nous arrivons à ce niveau, le Mbombog ne vaut plus rien devant moi ». Lorsque toi-même tu tiens de tels propos, comment penses-tu que cette personne considèrera ton confrère quand elle sera devant lui ?



# MÉMOIRE ET PATRIMOINE

## LA SPIRITUALITÉ DU PEUPLE BASSA'A SERAIT-ELLE EN DÉPÉDITION ?

4. ... Je nous fais seulement savoir à nous tous qui avons des pratiques occultes, qu'aucune magie n'est au-dessus du Mbog Matug, ni du Mbog Bañ, car ils sont propres et dans la lumière. En aucun jour l'obscurité ne vaincra la lumière.

Ce qui dérange, c'est que vous êtes entrés dans une chose, que vous ne voulez pas prendre le temps d'étudier, c'est pourquoi vous n'avez pas accès aux dons qui y ont été disposés pour vous. Vous ne leur accordez ni votre espérance, ni votre foi, afin de connaître le pouvoir que vous avez reçu pour diriger le peuple et les hommes.

5. ... Le Mbombog est un homme qui médite tout le temps, et réfléchit à sa tâche. Il doit être un homme qui supporte les autres et qui sait leur pardonner, car il ne doit pas se servir de tout le pouvoir qu'il a reçu pour écraser les gens, ni pour opprimer son peuple.

Le Mbombog est là pour protéger son peuple, non pas pour être pour celui-ci une lourde charge, ou encore un piège inévitable pour le peuple et pour d'autres personnes.

Quand le Mbombog sera parvenu à augmenter son propre poids, son peuple et d'autres peuples seront obligés de lui témoigner des égards et de le respecter.

6. ... Nous devons savoir que tant que nous n'obéissons pas aux règles que nos aïeux suivaient, et qui les ont aidés à garder le peuple dans la paix et le progrès, cela signifie que nous avons enfreint la loi, et nous devons nous attendre aux punitions qui en découlent. « Obéis à ton père et à ta mère et tu vivras longtemps sur terre. » Si tu ne suis pas cela, pourquoi voudrais-tu avoir une longue vie sur terre ?



La transgression de la loi conduit inéluctablement à la mort. Chacun doit simplement rester à sa place. Personne ne doit s'ingérer dans la fonction d'autrui. Le Mbombog n'est ni Nnuum, ni Ngéngé, ni Njénjéga, ni Mbambaga ; de nos jours, ils sont tous appelés Mbombog. Ceci amène le désordre.

7. ... On reconnaissait les « chefs de village » à leur costume kaki avec des biais dorés, avec une canne à la main et un képi. Aujourd'hui, ils auraient refusé cette tenue, pour nouer le pagne, le chasse-mouche à la main et un chapeau. Quel désordre !

Nous disons aux confessions religieuses d'abandonner cette idée que leur ont léguée les Blancs, que tout ce qui vient du Noir relève de la magie.

Le Mbog Matug et le Mbog Bañ ne relèvent pas de la magie.

Par **Mbombog YEBGA YEBGA NTEP LIBII**

## LES DÉGÂTS DU TRIBALISME

**La Commune aux belles couleurs du tourisme et des activités économiques favorise un flux important des populations de tout bord qui doivent vivre ensemble**



Dans le livre PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL ET DEVELOPPEMENT DES PAYS DU SUD publié chez l'Harmattan, il est écrit en son chapitre 9 qui traite de L'IDEOLOGISATION DU TRIBALISME AU CAMEROUN : UNE MENACE POUR LA PAIX SOCIALE : « Quant aux replis identitaires, ils sont conséquents à la mixité sociale et apparaissent comme une nécessité pour des besoins d'identification, de sécurité et d'équilibre du groupe... Au Cameroun, on observe un repli identitaire pathologique et dangereux pour l'intégration des sous-groupes que constituent les ethnies dans le grand ensemble national ».

Dans le monde virtuel à travers les réseaux sociaux tout comme dans le monde physique, le phénomène du tribalisme fait parler de lui tant sur des individus précis que via des clichés liés aux ethnies. Qui des hommes et femmes de l'Ouest, du Nord, du Centre, Sud, du Littoral ; de l'Est, du Nord-Ouest et des trois autres régions du Cameroun sont les plus performants, les plus méritants peu importe le domaine ?

Les Cantons Yakalak et Ndonga sont des écueils du vivre ensemble où les Pongo Songo, les Malimba, les Yakalak et les Ndonga, qui sont les tribus autochtones de cet arrondissement vivent en harmonie. Idem pour les autres ethnies qui y vivent et pratiquent plusieurs activités génératrices de revenus.

La présence des multinationales SOCAPALM dans les villages Mbambou et Mbongo de même que SAFACAM à Dizangue Beach depuis presque un demi-siècle a contribué à conditionner les populations autochtones à la présence des allogènes par l'acceptation de l'autre mais également à faciliter l'intégration sociale.

M. SAME du Canton Ndonga sur la question des dégâts du tribalisme à Dizangue donne son verdict sans appel : « Il n'y a pas de tribalisme à Dizangue.

Dans mon village Ndonga par exemple, la population allogène est plus nombreuse que les natifs du village. Il y a des gens qui y ont déjà fait 50 ans et n'ont pas l'intention de retourner dans leurs villages ».



## LES DÉGÂTS DU TRIBALISME

**La Commune aux belles couleurs du tourisme et des activités économiques favorise un flux important des populations de tout bord qui doivent vivre ensemble**

Le plus souvent dans les familles, les mariages sont les vecteurs de mixage des peuples quel que soit leurs différences de langues, Us et Coutumes et pratiques culturelles.

Expérience rare, un habitant témoigne : « Cela avait été difficile pour moi de m'intégrer aisément dans la communauté de ma belle-famille.

Le fait que je parlais quelques fois ma langue était toujours source de conflits permanents. Au fil du temps, j'ai fini par m'y adapter. Même si tout va pour le mieux aujourd'hui, j'ai très mal vécue cette situation au départ », indique Mme Nadège T.

Que ce soit le tribalisme familial, le tribalisme d'Etat, le tribalisme économique et le tribalisme spirituel, ce sont autant de formes rencontrées dans la société camerounaise avec des dégâts allant de la suspicion à la non appréciation en passant par le rejet total, la violence tant sur un individu qu'un groupe.

A titre d'exemple, Mme Arlette Framboise DOUMBEDING, Activiste, avait écrit sur sa page Facebook en 2021 : « ...Le tribalisme d'Etat est un frein à la compétitivité et au développement. Un véritable abîme pour l'expression des talents nationaux.

Une potence où se meurent le vivre-ensemble et le sentiment national. Bref, le tribalisme d'Etat et ses conséquences sont le meilleur projet de destruction de la nation camerounaise ».

Véritable gangrène sociale, le tribalisme demeure réducteur et pose un handicap dans la société à plusieurs niveaux.

Ce qui est assez loin d'être vécu à Dizangue car sur le plan économique par exemple, les fils de cet arrondissement ont bien fait de permettre aux allogènes qui y détiennent la plus grande puissance économique d'investir localement pour faciliter la vie en ces lieux.

Des champs, boutiques, magasins ; des fermes, salons de beauté, quincailleries, majoritairement tenus par les allogènes font la fierté de ce terroir.

« La peur, la quête de pouvoir sont des vecteurs du tribalisme qui se manifestent à des périodes délicates comme lors des votes ou élections dans les communautés ici, des promotions en entreprises aussi, on voit souvent le positionnement stratégique d'un regroupement pour asseoir sa suprématie.

Mais jusqu'ici, les dégâts du tribalisme sont limités à Dizangue car le vivre ensemble domine dans cet arrondissement », affirme un cadre d'une Agro-industrie dans cette Commune.

**Suzanne Lipem**



# L'EXPERT DU MOIS

## AU FIBE 2023, NOUS ABORDERONS PLUSIEURS SUJETS QUI PORTENT ESSENTIELLEMENT SUR LA SPIRITUALITÉ DES PEUPLES NOIRS EN GÉNÉRAL, ET DU PEUPLE DE LA GROTTÉ EN PARTICULIER



M. DIBOMBARI MBOCK

### **1. Qui est M. Dibombari MBOCK ?**

Je suis un écrivain d'origine camerounaise, auteur d'un certain nombre d'ouvrages qui portent essentiellement sur les relations que l'Égypte pharaonique entretient avec les peuples qui vivent actuellement en Afrique au Sud du Sahara.

### **2. Que peut-on retenir de l'Égypte antique et des hiéroglyphes ?**

La civilisation égyptienne est la civilisation la plus brillante que le monde ait jamais connue, et son écriture, les lettres éthiopiennes appelées « hiéroglyphes » par les Grecs, l'une des premières écritures attestées dans l'histoire de l'Humanité.

L'essentiel de la pensée philosophique et religieuse des anciens Égyptiens tient dans des corpus rédigés avec cette écriture.

### **3. Comment notre société actuelle et celle à venir peuvent-elles se transformer à travers la maîtrise de l'Égypte antique ?**

L'Égypte pharaonique est une matrice, une boussole pour la reconquête de la civilisation authentique des peuples subsahariens. Elle nous fournit des exemples et des réponses dans tous les domaines qui peuvent servir de socle pour la reconquête de notre dignité, et par voie de conséquence, pour un avènement de la Renaissance africaine.

### **4. Qu'est-ce que la méthode KUMA et quel peut être son apport dans la transformation de l'Africain d'aujourd'hui ?**

La méthode KUMA est la lecture analytique des lettres éthiopiennes à partir des langues africaines modernes. Comme son nom l'indique, elle suppose une méthodologie que nous avons mise en place et que nous enseignons dans le cadre de l'École des Scribes.

L'appréciation analytique des hiéroglyphes est une approche innovante qui a pour but de réhabiliter la pensée philosophique et religieuse authentique des peuples subsahariens, ce qui est déjà une quête essentielle pour l'amélioration des conditions de vie desdits peuples.

### **5. Serez-vous au FIBE 2023 et que promettez-vous aux festivaliers qui feront le déplacement d'Eséka ?**

Je serai effectivement présent au FIBE 2023, ce qui est pour moi l'occasion de remercier les organisateurs de ce festival de l'opportunité qu'ils m'offrent d'aller à la rencontre du public camerounais. À cette occasion, nous aborderons plusieurs sujets qui portent essentiellement sur la spiritualité des peuples noirs en général, et du Peuple de la Grotte en particulier, ceci en nous servant des corpus hérités de l'Égypte.

# L'EXPERT DU MOIS

AU FIBE 2023, NOUS ABORDERONS PLUSIEURS SUJETS QUI PORTENT ESSENTIELLEMENT SUR LA SPIRITUALITÉ DES PEUPLES NOIRS EN GÉNÉRAL, ET DU PEUPLE DE LA GROTTÉ EN PARTICULIER



# LE LANGAGE DE L'ARGENT

## MAÎTRE OU ESCLAVE DE L'ARGENT ? LA DISCIPLINE OU L'INDISCIPLINE

La discipline et plus précisément l'autodiscipline est essentielle lorsque l'on part à la conquête de l'argent.

la terrible pression financière à laquelle nous sommes soumis impose un espace de tolérance, pour nous permettre de faire face.

Cet espace se construit autour de la discipline à laquelle nous devons nous astreindre.

Dans notre environnement d'assistés, à commencer par nos propres familles paupérisées par de multiples causes, il est facile de succomber aux pièges des multiples et interminables sollicitations sociales et affectives, qui mettent en danger notre démarche conquérante.

A cet effet, les messages que nous partageons avec les incubés du FibeLaB, sont les suivants

1. L'argent ne se donne pas, il se conquiert.
2. Avant de prendre un crédit, il faut élaborer un plan A et un plan B de remboursements solides.
3. Avoir la discipline de toujours vivre en dessous de ses moyens.

Dans nos sociétés indisciplinées, on emprunte trop souvent pour des dépenses non essentielles en lieu et en place des investissements pour générer de l'argent à terme.

**MONEY IS A TERRIBLE  
MASTER BUT AN EXCELLENT  
SERVANT.  
P.T. BARNUM**

La première démarche est plus jubilatoire et de courte durée, mais elle réserve des surprises désagréables à long terme. C'est une mauvaise habitude dont il faut se débarrasser à tout prix.

Rappelons nous ceci : Un argent acquis trop facilement a tendance à disparaître facilement dans les dépenses futiles.

L'argent est une force de construction et de destruction inouïe, qui malheureusement détruit ceux des nôtres qui n'en ont qu'une connaissance superficielle. Cette puissance s'exprime alors à leur détriment.

Rivaliser avec ses voisins sur le plan matériel et financier est un piège à éviter soigneusement, et l'autodiscipline est l'un des chemins les plus sûrs pour sortir de l'esclavage de l'argent.

Si notre intelligence financière est faible, l'argent sera plus astucieux que nous, et nous dominera. Nous travaillerons toute notre vie pour ce Maître sans états d'âme.

Il faut en devenir le Maître : il nous obéira.

**Michèle N. Essam**

# WONDER WOMAN

## PÂTISSIÈRE, AUTODIDACTE ET ENTREPRENEURE

**Elle fait partie de la classe d'hommes et de femmes qui savent transformer leurs dons et talents non seulement en métiers mais en argent.**



Mme Adelaïde NDOUGA

Par passion et souci de contrôler et maîtriser la composition des repas de son enfant et de son époux, Mme Adelaïde NDOUGA a décidé de mettre son don de Pâtissière au service des autres.

Car au fil des années, elle va trouver dans la manipulation de la farine et ses ingrédients, les secrets pour créer de nouvelles recettes pour répondre aux appétits de ses proches et satisfaire leurs envies. « Je suis celle-là qui réalise le repas parce que je veux connaître ce que les miens mangent », nous dit-elle.

Et c'est véritablement en 2018 qu'elle se lance dans l'entrepreneuriat en ouvrant sa propre affaire qui prendra de l'envergure en 2022. CEO de "Pâtisserie le Blé; Cakes et Desserts", elle fait face depuis ce temps aux nombreux défis de l'entrepreneuriat féminin développant au passage ses qualités de Manager et de Business Woman.

Essentiellement concentrée sur son business sur lequel elle bâtit sa réputation, elle travaille efficacement sur le terrain avec une dizaine d'employés. Une équipe dynamique, toujours au service, qui fait d'ailleurs sa fierté.

A 32 ans et grâce à un travail minutieux, elle est en voie de conquérir les villes de Douala et de Yaoundé. Au moyen de la digitalisation dont notre Wonder Woman a compris les enjeux, elle est en quête de visibilité pour davantage promouvoir son travail à l'international.

Purement autodidacte et sans formation spécialisée, le talent de Mme Adelaïde NDOUGA est mis en exergue par ses aptitudes à apprendre d'elle-même, son sens élevé de la curiosité, de l'innovation et de l'inspiration qu'elle reçoit spirituellement indique-t-elle. Son rêve est de représenter le Cameroun aux grands concours de Pâtisserie en France et partout ailleurs pour vendre son talent.

En attendant, elle continue de se perfectionner au quotidien avec ce défi d'ouvrir dans les tous prochains jours, deux boutiques d'envergure qui vont répondre aux besoins et attentes de sa nombreuse clientèle et contribuer à sa manière à la création d'emplois. Elle invite les jeunes à rêver et à croire en leurs rêves, être disciplinés, et avoir la détermination nécessaire pour réussir dans leurs projets et ambitions.

**Suzanne Lipem**



## LE PRIX DE LA RÉUSSITE EN MONOPARENTALITÉ

**Quasi inexistante dans une Afrique hier communautaire et solidaire, la monoparentalité s'est vite érigée en fait social à la force des changements sociétaux.**

Les enfants nés dans ces situations étaient auparavant systématiquement adoptés par leurs grands-parents laissant ainsi la possibilité à la jeune fille ou au jeune garçon de s'émanciper et de s'épanouir dans ses activités le temps d'être apte à s'occuper de l'ensemble de la famille.

Ceux des enfants issus des séparations ou des décès d'un des conjoints connaissaient le même encadrement.

Ce modèle s'est drastiquement amenuisé aujourd'hui provoquant une cassure dans les comportements, les modes de pensée et de vie des individus, par ricochet, au fonctionnement des familles voire des communautés.

Là où hier intervenait la famille dans son ensemble ou la communauté, la mère ou le père endosse seul(e) toute la responsabilité de gérer l'organisation de la maison, l'éducation de l'enfant, sa nutrition, sa santé, sa scolarité, les activités extrascolaires, les sentiments et émotions de l'enfant qui très souvent accable le parent de questions. Bref, il incombe au parent seul de permettre à son enfant de grandir de manière équilibrée.



L'un des points les plus compliqués quand on est parent solitaire est celui de trouver une garde pour son enfant quand il est tout petit.

M. Benjamin BOM, jeune père, l'a expérimenté. « A l'époque, je faisais encore la moto. Mon bébé avait seulement 6 mois. Ses grands-parents maternels ont catégoriquement refusé de la garder. Mes parents aussi. Je me suis retrouvé entrain de faire la moto, mon enfant collé à moi. Je l'ai fait pendant plus de 6 mois avant de l'inscrire dans une crèche », révèle-t-il.

De son côté, Mlle Marie, étudiante, reposait tous ses espoirs sur sa voisine. Grâce à la disponibilité de cette dernière, elle a pu relativement mener des études stables. Toutefois, « il arrivait des fois que je sois obligée d'aller avec mon bébé à l'école. Il n'y a rien de plus stressant, surtout quand l'enfant se met à pleurer », raconte-t-elle. Pour Mme Minette NYEMECK, « J'ai compris l'importance de demander de l'aide et le plaisir de se faire aider dans la vie, chose que je ne concevais pas par le passé. Je me disais que celui qui sollicite de l'aide est une personne paresseuse ».



## LE PRIX DE LA RÉUSSITE EN MONOPARENTALITÉ

**Quasi inexistante dans une Afrique hier communautaire et solidaire, la monoparentalité s'est vite érigée en fait social à la force des changements sociétaux.**

S'occuper en effet de son enfant seul(e) commande un changement à 360° de ses habitudes professionnelles et personnelles. Il faut « jongler entre les deux, disparaître et réapparaître à la vitesse de l'éclair entre le boulot et la maison. Le plus difficile étant d'être à la fois le père et la mère », dit Mlle Marguerite, mère trentenaire de deux enfants.

« Au début, je m'efforçais à jouer au père et à la mère avec mon fils et ma fille. Mais je ne tenais plus. Ils me sollicitent pour tout. J'étais tout le temps stressée et fatiguée. Une amie parent solo comme moi m'a conseillée de lâcher prise car, je ne réussissais qu'à angoisser mes propres enfants », dit-elle.

Au final, « quand on est soi-même bien dans sa peau, qu'on est heureuse, on finit par le transmettre à ses enfants ». C'est pourquoi « il est bon de travailler sur soi sans faire l'effort d'être quelqu'un d'autre puisque dans tous les cas, on ne réussit jamais à jouer le rôle de l'autre à la perfection », pense M. Hervé MBOUA, veuf. « Mon astuce à moi est de dire à mes enfants ce que leur mère aurait pensé d'une situation mais que moi, j'aurais maintenu ma décision.

Ainsi, je leur permets d'avoir la présence de leur mère sans pour autant que je joue ce rôle », poursuit-il.

L'aspect financier joue un rôle majeur dans la monoparentalité. Avoir la responsabilité de ramener de l'argent et de s'occuper en même temps de toute la maison n'est pas une tâche aisée. Ici, tout repose sur une seule personne : la pension, la nourriture, les vêtements, les maladies, l'éducation, TOUT. Certains parents, face aux difficultés financières, sont tentés de dénigrer le partenaire absent nourrissant un sentiment de haine et de ressentiment chez les enfants.

Une erreur à ne pas commettre !

Mlle Marguerite raconte son parcours de larmes, de privations et de sacrifices face aux factures: « Tu oublies que tu es une femme. Tu mets de côté tes envies, tes besoins, ton sommeil, tes moments de détente. Tu fermes ton estomac pour que tes enfants mangent. Tu mets dans la poubelle tes désirs de vêtements, coiffures, sorties. Tu ne vis que pour eux. Et quand l'enfant commence à aller à l'école, les difficultés augmentent car tout repose sur toi », soupire - t- elle.

D'autres parents dépassés par le poids des responsabilités financières revoient leurs ambitions professionnelles à la baisse. Mme Jeanne E. déclare s'être retrouvée obligée, durant des années, d'accepter un boulot d'institutrice chez les Catholiques payé à l'époque à 15000 FCFA.

A ces contraintes s'ajoutent des humiliations, la réduction de la volonté de puissance, l'improbabilité d'avoir un partenaire de mariage. Et dans tout ça, « tu dois faire l'effort d'épargner les enfants du stress qui en découle pour qu'ils grandissent dans l'équilibre », achève Mlle Marguerite.

**Erol EBOGO**



# AU COEUR DU FIBELAB

DE NOS POUSSINIÈRES À  
VOTRE ASSIETTE

L'EXCELLENCE DU LABEL EAB



# FOCUS

## DÉCOUVERTE DE L'ÎLE AUX GORILLES À MOUANKO



# COURRIER DES LECTEURS

## Nous ne sommes pas tribalistes mais plutôt communautaristes

Je pense que nous ne sommes pas tribalistes mais plutôt communautaristes au Cameroun. Un tribaliste ne va pas danser une musique qui vient d'ailleurs ou manger une nourriture autre que celle de chez lui. Par contre, l'esprit communautaire est fort chez nous les Bantu et semi-Bantu. Il est donc naturel pour nous d'évoluer et de se sentir à l'aise et en sécurité quand on travaille avec les siens.

Mme Evelyne NGO TONYE,  
Pouma

## L'argent des banques ne fait pas tourner les économies

Comment peut-on se développer quand une seule personne peut bloquer des centaines de millions chez lui alors que cet argent peut faire tourner l'économie s'il était placé dans les banques et que les banques aussi finançaient les projets. Beaucoup de jeunes sont pauvres et au chômage non pas parce qu'ils sont bêtes ou paresseux, mais parce qu'ils n'ont pas accès aux financements. C'est criminel !

M. Arsène MINYEM,  
Edéa

## Nos quartiers sont dans la pénombre la nuit

Ce début d'année est très éprouvant pour moi. Des pirates ont vidé tous les comptes de ma petite société et mon compte personnel. Je ne sais comment c'est arrivé car, en dehors de ma banque, je suis le seul à détenir les identifiants de mes comptes. Près de 7 millions évaporés. C'est vraiment très difficile, même pour manger à la maison.

M. Albert TIGNYEMB,  
Quartier Amour à Edéa

## La vie est de plus en plus chère

La vie est devenue tellement chère qu'on a dépassé le seuil critique de 2008. A cette allure ci, nous allons commencer à nous chasser entre nous pour pouvoir manger. Nous nous dirigeons progressivement vers le cannibalisme.

Mlle Gertrude NGO NKOT,  
Makondo

## Life in a strange land is very difficult

I have been single in Eseka for close to 5 years now. Men who are not used to cooking, as I am, have to survive by feeding at the road sides. My origins are within Bamenda, and the food consumed there is very filling, to the point that after eating your body will definitely know that you have eaten something. Vegetables and corn fufu are examples of common dishes eaten in Bamenda.

There is a great difference between the two towns making it harder to live here. Firstly, I had to learn the French language and then I had to adapt to the meals here at Eseka, which to this day I still find difficult. In order to not starve to death, I eat roast fish and bread accompanied with either fried eggs, spaghetti or tea as well as other eatables I learned from Bamenda. I feel sad because, some of us just make do with what is available, but never get satisfied.

In the end some men really get into unplanned marriages just because of their stomachs.

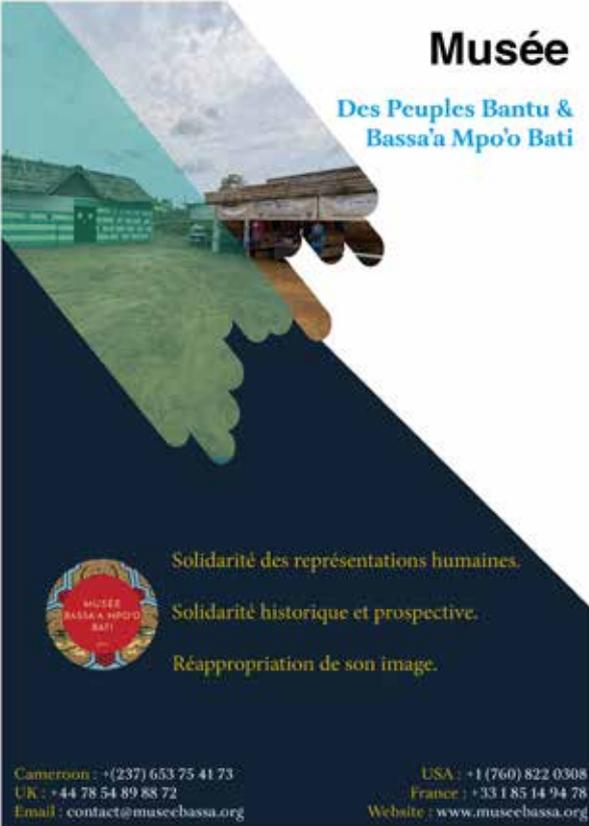
Mr Roland TAMUKONG,  
Mechanic, Eséka

## Sex is certainly not love

Some think having sex with a person means that you have feelings for each other. It might not necessarily be feelings of love, but rather what I call a desire. I fall amongst those who have been heartbroken several times. However, after deciding to take a break from love I couldn't stop my desire for sex, and therefore I found myself a sexual partner who shared the same feelings as I, but it certainly wasn't love.

Mr. Symplice NGMASONG,  
Commercial Agent, Dschang

# LES PETITES ANNONCES



**Musée**  
Des Peuples Bantu &  
Bassa'a Mpo'o Bati

Solidarité des représentations humaines.  
Solidarité historique et prospective.  
Réappropriation de son image.

Cameroon : +(237) 653 75 41 73  
USA : +1 (760) 822 0308  
UK : +44 78 54 89 88 72  
France : +33 1 85 14 94 78  
Email : contact@museebassa.org  
Website : www.museebassa.org



**MBOG BASA'A**  
Adressée aux Membres du Mbog Basa'a  
du Kasa Bati  
Registrement des Autorités Traditionnelles du Peuple Bassa'a (Mbogé, Mpo'o Bati)

## BOMA MBOK BASA'A

### CONGRÈS DU MBOG BASA'A

Du 22 au 26 février 2023  
Au Centre "Culture FM"  
A Eseka

#### Thème.

La Réorganisation du Mbog Basa'a  
Pour une nouvelle dynamique !



Carte de soutien



Dans le souci de restaurer la spiritualité du peuple Basa'a qui est en déperdition, le collège sacré des ba Mbombog organise le « Boma Mbok Basa'a » et compte sur vous en soutenant cette action à travers les canaux financiers ci-dessous.

Cette carte de soutien tient également lieu d'invitation aux débats structurels organisés à l'occasion.

 Nom domicilié: **Acccept**  
CM21 10029 00002 30245004275 46  
SWIFT: ECOCMCK

 Code Marchand  
457283

 Code Marchand  
201806

 Intermédiaire Financier



## FIBE 2023

Ombres et Silences d'Afrique



## FESTIVAL INTERNATIONAL BOGSO ESÉKA

**Du 6 au 11 Mars 2023**

Grandes Conférences de l'AISSD

Forum Économique

Soirées Culturelles Scéniques

Visites et Descentes sur le Terrain

Tel : +(237) 653 75 41 73 | Email : fibe@culture-fm.com | Website : www.culture-fm.com/fibe

# ADRESSES UTILES



## RESIDENCE

### SANAGA CONFORT BILALANG-EDEA

Appartements meublés au coeur de la ville lumière Edéa, à des prix imbattables dans un cadre sobre, sécurisé, calme avec des espaces verts pour vos vacances ou des séjours d'affaires.

Téléphone : +237 699 68 15 43

**Avez-vous besoin de main d'œuvre agricole expérimentée ?**

**Ne cherchez plus ! Appeler la Brigade Agricole Professionnelle BAB**

Des solutions opérationnelles

- Défrichage
- Abattage et tronçonnage
- Déblayage – nettoyage – labourage
- Opérations de plantation – semis – récoltes
- Entretien des plantations
- Travaux agricoles divers

Votre plantation livrée en un clin d'œil.

**Nos atouts**

- Une main d'œuvre qualifiée et professionnelle
- Une rigoureuse maîtrise des travaux et activités agricoles
- Un matériel d'excellente qualité
- La livraison rapide de vos travaux

**Nos contacts**

- Telephone : 653 75 41 73

Nous sommes à votre disposition à chaque étape de la réalisation de vos plantations !

### BERNARD INDUSTRIE PONGO-EDEA

Une PME où jeunesse et professionnalisme sont en accord parfait, BTP, chaudronnerie, placement d'ouvriers qualifiés et services divers.

Téléphone: +237 696 45 66 93

### HOTEL LA GAIETE NDOM CENTRE

Hébergement, Restauration, Service traiteur, Salle de réunion dans un cadre luxueux en plein coeur de la commune de Ndom.

Téléphone: +237 699 59 14 14



**fp**  
Women of influence

Webzine Femmes au pluriel (FP), Informatif, Ludique, pédagogique.  
[www.femmesaupluriel.com](http://www.femmesaupluriel.com) / whatsapp : +44 79 31 610916



Salle Diasporique disponible pour  
vos évènements.



Tel : +237 653 75 41 73

Réservations

[www.museebassa.com](http://www.museebassa.com)

# Partagez Vos Magazines !



Accès illimité aux enquêtes, analyses et images



Nyong et Kellé Info



Sanaga Maritime Info



Océan Info

Pour vos réservations d'espace, merci de contacter : + 237 653 75 41 73