

HARnews

N°18 Mars 2023

Par Hommage à la République

MARIE GISÈLE DJOPMO NONO

Je suis une Dame

économie

Marthe Carine NJAKOU
femme d'impact
et d'influence

Santé

Maladie féminine :
L'Endométriose
Qu'est-ce que c'est ?

Star n style

Lydol
Le style Afro chic

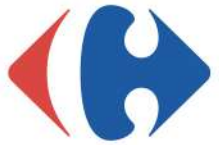


Du jeudi 13 au mercredi 26 avril 2023

Carrefour
market



Carrefour
Warda



RAMADAN MUBARACK



DATTES
DEGLET
NOUR
250G

~~1990~~

FCFA
1890

LA BARQUETTE



JUS
VIMTO
1L

~~750~~

FCFA
650

LA BOUTEILLE



SOMMAIRE

HARNEWS

FÉVRIER 2023

News

237 en bref P.04

Économie

BOSS LADY : Marthe Carine NJAKOU
femme d'impact et d'influence P.06

Innovation

Énergie solaire : 13000 ménages
bientôt alimentés P.08

Le Crush

Carine ANDELA : Une guerrière du
made in Kamerun P.09

Life Style

8 mars 2023 : Entretien avec MG
femme de petite taille P.10

Made-in Kamerun

Créations : Poupées Africaines
by ABENA DOLLS P.14

SANTE

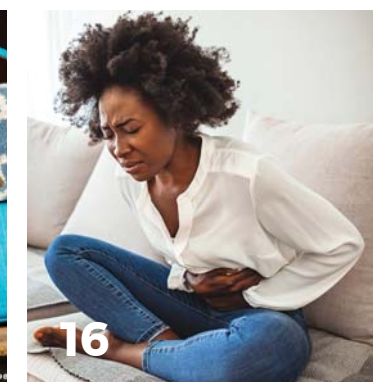
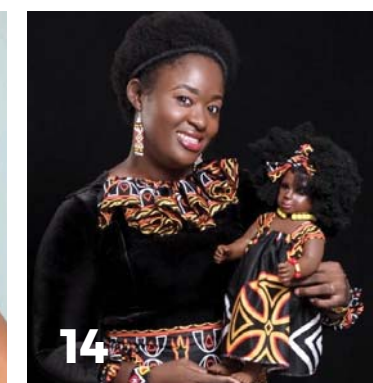
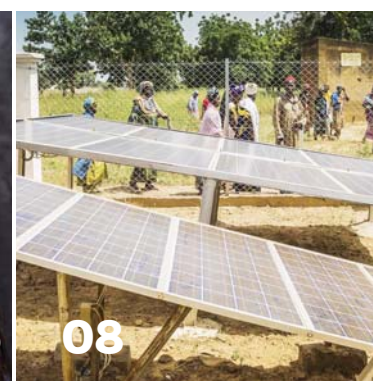
Maladie féminine : L'Endométriose
Qu'est-ce que c'est ? P.17

Star n style

Lydol : Le style Afro chic P.18

Sensibilisation

Contrôle et l'élimination du paludisme
5 opportunités majeures P.20



Directeur de la Publication Nadia DICKA LOBE C Régine AZOMO (stagiaire)
Adrien Bonny
EBOUMBOU

Rédacteur en Chef Claudel KAMPOER
Ont collaboré à ce numéro Régine ABINAMBA

Secrétaire de Rédaction Andréa NGO DJON
Lionel NGUEMA (stagiaire)

Maquette
Elo Martinez

Edition
Inside Consulting

BP 35213 Bastos-Yaoundé Tél. 237 243 895 752 / 222 219 037
www.hommagealarepublique.info Facebook : HOMMAGE À LA RÉPUBLIQUE

237 en Bref



NOUVELLE GRILLE DU SALAIRE MINIMUM AU CAMEROUN

Une revalorisation du salaire minimum interprofessionnel garanti (SMIG) a été actée au Cameroun via un décret du Premier ministre, Joseph DION NGUTE signé le 21 mars 2023. La nouvelle loi prévoit un salaire minimum de « 41.875 FCFA pour les agents de l'Etat et autres employés relevant du Code du

travail, 45.000 FCFA pour les travailleurs du secteur agricole et 60.000 FCFA pour les autres catégories ».

Le SMIG était jusque-là plafonné à 36.270 FCFA, en application de dispositions qui datent de juillet 2014. Sa revalorisation avait été suggérée le 8 février dernier à l'issue de la 24ème session de la Commission nationale consultative du travail. Le SMIG camerounais change dans un contexte marqué par une inflation, avec notamment le prix du carburant et celui des produits de première nécessité qui sont sans cesse croissants.



CAN 2023 : LE DOUBLE CHOC CAMEROUN VS NAMIBIE

Le Cameroun n'a pas encore validé son ticket pour la Coupe d'Afrique des Nations 2023 en Côte d'Ivoire ! Après avoir concédé un nul (1-1) à domicile face à la Namibie le 24 mars 2023, les Lions Indomptables n'ont toujours pas trouvé la formule face aux Brave Warriors.

En déplacement en Afrique du Sud, les coéquipiers de Vincent ABOUBAKAR s'inclinent à la surprise générale sur le score de 2-1, à l'occasion de la quatrième journée des éliminatoires de la CAN 2023. Les namibiens Peter SHALULILE (55e) et Absalom LIMBONDI (79e) ont fait la différence en inscrivant les buts en deuxième mi-temps, ABOUBAKAR ayant égalisé dans le temps additionnel (90e+1). Le Cameroun (4 points) cède sa place de leader du groupe à la Namibie (5 points). Les Lions Indomptables se retrouvent dans l'obligation de devoir l'emporter face au Burundi en septembre pour être sûrs de faire partie de l'aventure en Côte d'Ivoire.



150 MILLIONS POUR L'AGRICULTURE DANS LA RÉGION DU NORD

Les producteurs de la région de l'Extrême-nord ont bénéficié le 8 mars 2023, d'une subvention de l'Etat afin de promouvoir l'entrepreneuriat agricole. L'enveloppe d'un montant global de 151 millions 798 800 FCFA, est destinée aux cultivateurs et éleveurs de la région, plus précisément ceux des départements du Mayo-Kani, Mayo-Danay et Logone et Chari.

En effet, il s'agit d'une subvention de l'Etat tiré du financement de l'Agence Française de Développement (AFD) dans le cadre du Contrat de Développement et de Désendettement (C2D). Cet appui a pour objectif, promouvoir l'entrepreneuriat agricole et augmenter la production et la transformation dans les filières. C'est en tout 44 organisations de producteurs agropastoraux qui sont bénéficiaires de cet appui.

La cérémonie de remise du chèque s'est déroulée en présence des délégués régionaux du ministère de l'Economie, de la planification et de l'aménagement du territoire, Lahamdi Amadou et celui du ministère de l'Agriculture et du développement rural, Simplicie Adamou qui sont chargés de coordonner la mise en œuvre des projets par les bénéficiaires.

LES CHEFS D'ÉTAT DE LA CEMAC À YAOUNDÉ

Le 15^{ème} Sommet de la Conférence des Chefs d'État et de gouvernement de la Communauté Économique et Monétaire de l'Afrique Centrale (CEMAC) s'est tenu le 17 mars 2023 au Palais de l'Unité, à Yaoundé. Des assises convoquées par S.E.M Paul BIYA, Président de la République du Cameroun et Président en exercice de ladite conférence. Il a été question de réfléchir sur des préoccupations d'intérêt commun avec les cinq autres Chefs d'État: S.E.M Mahamat IDRISSE DEBY du Tchad, S.E.M Ali BONGO ONDIMBA du Gabon, S.E.M Denis SASSOU NGUESSO de la République du Congo, S.E.M Teodoro OBIANG NGUEMA MBASOGO de la Guinée Équatoriale et S.E.M Faustin-Archange TOUADÉRA de la République Centrafricaine.

Au cours du Sommet, les dirigeants ont relevé que des étapes significatives ont été franchies. Des évolutions ont été observées en ce qui concerne les mesures à prendre pour assurer la poursuite du Programme des réformes économiques et financières de la CEMAC, la consolidation de l'union monétaire dans la sous-région, le renforcement des politiques structurelles et l'amélioration du fonctionnement des institutions communautaires, malgré de nombreux défis. Au terme des travaux, le Président de la République du Cameroun S.E.M. Paul BIYA qui a fait le bilan de sa mandature depuis le 24 mars 2019, a passé le témoin au Président centrafricain Faustin-Archange TOUADÉRA, en lui a promettant sa confiance et sa disponibilité à l'accompagner dans ses fonctions.

LANCEMENT DE LA PHASE PILOTE DE LA COUVERTURE SANTÉ UNIVERSELLE

Le système d'assurance du Ministère de la santé publique (MINSANTE, dont l'objectif de la couverture est de permettre l'accès pour tous aux services et produits relevant de la santé sans grand impact financier. Au cours de cette phase d'essai, le gouvernement camerounais entend subventionner la prise en charge du paludisme chez les enfants de 0 à 5 ans et les patients du VIH/SIDA, de la tuberculose et de l'insuffisance rénale. Le Ministre de la santé publique, le docteur Manaouda Malachi annonce que, pour un début, la prise en charge va concerner les femmes enceintes dans les régions à forte natalité comme le grand Nord, l'Est et le Sud.

Il faut noter que l'enveloppe retenue pour la couverture santé universelle CSU, devra satisfaire entre autres la chirurgie, la gynécologie obstétrique, la pédiatrie, la vaccination et la stomatologie.



CATASTROPHE NATURELLE À BUÉA

Le 18 mars 2023, la ville de Buea située dans la Région du Sud-Ouest Cameroun, a été le théâtre d'un drame. En effet, une forte pluie a provoqué des inondations du fait des eaux de ruissellement provenant du mont Cameroun. Ce qui a causé plusieurs dégâts, notamment à Soppo Market, où de nombreux dégâts ont été enregistrés. De nombreuses habitations situées au pied du mont ont été ravagées, ainsi que des marchandises dans les boutiques du marché. L'on dénombre plusieurs blessés grave et des décès.

Le Comité Départemental du Fako a effectué une descente sur le terrain 18 Mars pour appuyer l'évacuation des personnes habitant les maisons effondrées notamment les habitants de l'Eglise Presbytérienne et certains autres habitants. Le 21 mars 2023, accompagné des autorités de la ville, le ministre de l'administration territoriale est arrivé sur le site de la catastrophe. Paul ATANGA NJI a dit apporter le message de consolation du Chef de l'État aux victimes à qui il a apporté du matériel de secours pour leurs besoins urgents après les pertes enregistrées au cours des inondations. La dotation offerte par le Président de la République était constituée de matelas et des vivres.



DISPARITION DE CORRY DENGUEMO

L'ex chanteuse du groupe MACASE est décédée à Paris le 2 mars 2023 des suites de maladie. Née le 18 août 1977 à Oveng dans la région du Sud-Cameroun d'un père centrafricain et d'une mère camerounaise, Corry DENGUEMO, ex-chanteuse principale du groupe de musique MACASE et fondatrice de MANGO TREE plonge la musique camerounaise et africaine dans le deuil. L'artiste musicienne était non seulement une excellente vocaliste, mais aussi, guitariste-auteure-compositrice. Elle est portée sous les feux des projecteurs par le groupe MACASE au sein duquel elle

jouait le rôle de chanteuse principale. C'est ainsi que "reine de l'Afro groove" Corry Denguemo a remporté plusieurs prix dont, le Prix de la Révélation au Cameroon Music Awards et du Meilleur groupe du Cameroun en 1999, le « Prix découvertes RFI Musiques du monde » en 2001 et Kora All Music Awards en 2003.

Selon le programme officiel des obsèques, le dernier voyage de l'artiste débute le 24 mars 2023 avec une veillée sans corps simultanément à Paris et à Yaoundé. Corry DENGUEMO sera inhumée le 25 mars à Bangui, en République Centrafricaine. Une soirée hommage est le 2 avril au centre culturel Ubuntu à Yaoundé à partir de 20 heures.

BOSS LADY

Marthe Carine NJAKOU

femme d'impact et d'influence

L'économie numérique en Afrique ne loupera certainement pas son train grâce à cette lionne du digital. A travers son implication dans le e-commerce, elle valorise à sa façon le Made in Cameroun. Cette boss-lady développe l'Afrique à travers un domaine phare, l'économie numérique.

Native du Cameroun dans la région de l'ouest, née d'une famille monoparentale et très modeste, elle fait ses études secondaires dans la capitale de Yaoundé. Après l'obtention de son baccalauréat, elle poursuivra ses études dans une grande école de formation du pays où elle sera lauréate. Quelques mois plus tard, elle déposera ses valises à Londres en Angleterre pour poursuivre ses études dans un tout autre domaine notamment le droit. Conjointement, Elle va prendre des formations et donner des conférences à des femmes dans des bibliothèques en Angleterre dans le but de valoriser la création d'entreprise, de faire des affaires et dépendre moins des allocations familiales. L'année 2017 sera donc pour elle une année décisive, car au-delà de ses conférences et formations, Marthe Carine NJAKOU décidera alors de se lancer dans le Dropshipping, cette activité où elle connaîtra des hauts et des bas, mais fera preuve de persévérance. Trois ans après, elle deviendra la Chief Executive Officer (CEO) de diverses entreprises dans les domaines du dropshipping et du E-commerce dénommée





MC wholesale. Ces entreprises sont installées en Europe notamment en Angleterre et au Canada, et Afrique au Cameroun son pays d'origine et très prochainement en Côte-d'Ivoire.

En 2020, elle est l'une des pionnières du développement du commerce en ligne en Afrique francophone et elle inspire véritablement des milliers de femmes.

Conférencière, épouse dévouée, mère, Marthe Carine NJAKOU suscite un éveil de conscience en Afrique francophone et dans la Diaspora grâce aux métiers du Digital avec son école de formation en community management, MC International Business Academy. Son école et ses centres de formation visent à former des experts dans les métiers du digital, et permettent d'avoir un impact sur les vies des gens avec des

messages de motivations. Promotrice de sa propre chaîne de télévision et deux chaînes YouTube à l'instar de Marthe Carine et Dans Ses Parvis, la conquérante continue son ascension au sein du e-commerce avec des formations et de nombreuses conférences en Afrique et fait briller tout haut son domaine d'expertise à travers les nations. Elle se déploie à travers le monde par la mise en place de plusieurs activités notamment le Business Tour en Afrique, un concept de conférences pour entrepreneurs dans lequel elle aide de nombreuses personnes à développer les « business » en ligne, à avoir une mentalité de gagnant devant n'importe quel obstacle.

Aujourd'hui, cette femme aux multiples casquettes est la présidente des femmes entrepreneure

(FDE) reconnue à l'échelle internationale et auteure de deux (02) livres à succès dont l'un (01) est best-seller avec plus de 1000 copies vendues. Marthe Carine NJAKOU s'emploie à être aujourd'hui comme la « OPRAH WINFREY » du Cameroun en étant un mentor pour plusieurs femmes d'affaires dans le monde.

Sa vision de vie est celle de former une armée d'entrepreneurs du digital dans la Francophonie, voir les hommes et femmes financièrement libres, des personnes qui vivent la vie selon leurs termes, des personnes qui ont du temps à consacrer à leurs familles. Raison pour laquelle, elle organise de nombreuses conférences dans l'optique de permettre à un plus grand nombre de personnes de changer de vie grâce au digital.

Énergie solaire

13000 ménages

bientôt alimentés

Le ministre de l'Économie, Alamine Ousmane MEY, a signé le 7 mars 2023 avec la Banque africaine d'import-export (Afreximbank), un accord de prêt d'un montant de 35 milliards FCFA (56 millions \$) pour électrifier au solaire plus de 13 000 ménages dans 200 localités du Cameroun

Initié en 2016 par le ministère de l'Eau et de l'Énergie (MINEE), avec pour objectif d'électrifier à terme 1 000 localités du Cameroun par système solaire photovoltaïque, le projet d'électrification rurale poursuit sa mise en œuvre. Dans un décret signé le 6 février 2023, le président de la République Paul Biya habilite le ministre de l'Économie, de la Planification et de l'aménagement du territoire (MINEPAT) Alamine Ousmane MEY, à contracter un crédit d'un montant de 34,7 milliards de FCFA auprès de la banque africaine d'export-import (Afreximbank). Cet argent servira au financement partiel de la phase III du projet supra-mentionné avec, à la clé, 200 localités. La première étape bouclée en 2018 a permis la mise en service de 166 centrales solaires ainsi que les réseaux de distribution grâce à un crédit acheteur de 53 milliards de FCFA auprès du partenaire technique chinois Huawei Technologies Co Ltd. En ce qui concerne la phase II du projet d'électrification rurale par système solaire



photovoltaïque, un accord de prêt de 71 milliards FCFA auprès de Bank of China pour 184 localités avec une allocation budgétaire de 454,446 millions FCFA au titre des fonds de contrepartie ont été mobilisés par le gouvernement camerounais. Une fois les 200 localités desservies, l'on se situera à 550 localités sur un barème de 1000 localités soit un peu plus de la moitié. Cependant, s'il contribue à augmenter le taux

d'électrification rurale au Cameroun que l'Agence d'électrification rurale (AER) estime à seulement 20%, ce projet ne permettra de sortir de l'obscurité que 11% des 9 000 localités du pays encore plongées dans le noir, faute d'électricité.

Carine ANDELA
*une guerrière du
made in Kamerun*

Entrepreneure Sociale, Carine ANDELA a fait de la promotion du made in Kamerun son combat. Fondatrice de l'Association Entrepreneurs Ingénieurs d'Afrique (ASENIA), la guerrière de temps moderne du 237 a décidé d'impulser l'entrepreneuriat local. Sa méthode phare, c'est la sensibilisation pour le changement de comportement. « Il faut consommer camerounais », interpelle à chaque fois Carine ANDELA. Qui ne cesse de marteler que s'unir pour la promotion des productions locales, c'est garantir le progrès d'un grand nombre de camerounais, par conséquent du pays.

Très active sur les réseaux sociaux, l'entrepreneure accélère la cadence en « vendant » le made in Kamerun avec la dernière énergie. Carine ANDELA fait montre d'un esprit patriotique qu'elle souhaite contaminer au plus grand nombre. Sa devise, poser des actes positifs à son niveau pour son pays.

8 mars 2023

Entretien avec MG

femme de petite taille

À l'occasion de la Journée Internationale des Femmes, le magazine HARNEWS est allé à la rencontre de MG, juriste, animatrice TV et événementiel. Difficile de ne pas la remarquer, c'est un personnage que certains connaissent, la rédaction est allée à sa rencontre pour mettre en lumière son parcours atypique.



MG pourrait-elle se présenter comme une femme ?

Bien sûr ! Je ne suis pas un homme ! Je suis une femme ! Je suis même une dame, parce qu'il y a des femmes qui ne sont pas des dames. Je me considère comme tel et rassurez-vous je n'aurais pas

été heureuse si je n'avais pas été la personne que je suis. (Rires)

Comment décrivez-vous votre enfance ?

Ce n'était vraiment pas évident ! Déjà je ne m'assumais pas, vu ma différence, j'étais

un sujet de railleries. On me rappelait tout le temps que je n'étais pas normale, surtout à l'école primaire et au lycée; j'étais vraiment frustrée à cause de mon apparence. Non seulement les enfants ne comprenaient pas que je sois de petite taille, mais les adultes aussi. J'étais donc à chaque fois

obligée de rappeler que je ne suis pas un « bébé » lorsque les gens s'exclamaient en me voyant.

Comment avez-vous pu surmonter tout cela ?

À un moment, l'attitude des autres vis-à-vis de moi m'a poussée à me replier sur moi-même. À partir de la classe de 4^e, le proviseur du lycée de Bafoussam maman Véronique qui est restée proche de moi jusqu'aujourd'hui, me demande exceptionnellement de défiler alors que ce n'était qu'à partir de la seconde que les élèves participent au défilé. Très surprise, j'ai d'abord été réticente, mais elle m'a encouragé à le faire. C'est avec le temps que j'ai compris qu'elle me poussait à sortir de ma timidité. C'était une expérience inoubliable, bien que me retrouver devant des personnalités et au milieu des grands du lycée était étrange pour moi. Ça a continué jusqu'en terminale, en plus de participer aux défilés chaque année, j'ai intégré le club espagnol, j'étais celle qui prestait à chaque fois que nous recevions une personnalité dans notre établissement etc. C'est ainsi que j'ai gagné en maturité et en popularité jusqu'à l'obtention de mon baccalauréat.

Et à l'université MG s'en est sortie comment ?

Maman Véronique m'a coachée pour que j'intègre l'université de Dschang. Dès que j'ai eu mon baccalauréat, elle me charge pendant les vacances, d'aller rencontrer



le Recteur de l'université de Dschang ainsi que le Ministre des Affaires Sociales (MINAS), à l'époque c'était Madame Catherine M. MBOCK. C'est alors que pour la première fois de ma vie je sors de l'Ouest pour me rendre à Yaoundé. (Rires) J'ai pu avoir une audience avec le MINAS pour mon intégration universitaire en tant que personne handicapée. J'ai été très bien accueillie et à suite de notre entretien, elle m'a remis une somme d'argent et un bon de prise en charge que je devais présenter au Recteur.

Je suis retournée rencontrer ce dernier et tout s'est passé à merveille. J'ai préparé ma rentrée universitaire comme une pro, mes parents étaient émerveillés. J'ai été logée et scolarisée sans frais durant les cinq ans que j'ai passé à l'université.

Peut-on dire au final que tout a fini par vous sourire ?

Non pas du tout ! Lorsque j'ai ma licence en droit, je décide de faire le concours de l'École Nationale d'Administration de Magistrature (ENAM).



Devinez quoi ? J'ai échoué à trois reprises ! Pour la petite histoire, après un premier échec, je vais rencontrer Madame le MINAS pour solliciter l'aide du Ministère pour que je sois acceptée à l'ENAM. Ma demande a été bien accueillie compte tenu de la loi de 2010 concernant l'insertion des personnes handicapées. Le Ministre me demande de constituer mon dossier d'admission et de revenir déposer mon récépissé pour qu'on puisse suivre mon dossier. Je l'ai fait sans hésiter. Sauf que malheureusement le jour que je dois composer, j'arrive en retard, ce qui n'est pas dans mes habitudes. Malgré ça je ne me suis pas résignée, j'ai fait une troisième tentative

lorsque je fais Master, qui s'est toujours soldée par un échec.

Après cet épisode sombre de votre parcours, comment avez-vous réussi votre insertion professionnelle ?

J'ai poursuivi mes études en Master I et Master II à l'université de Dschang. Parallèlement je fais mes début en tant qu'animatrice TV dans l'émission KATAPULT, avec tata Yollande. Nous nous retrouvons à Sangmélima pour interviewer le Directeur général de la Caisse Nationale de Prévoyance Sociale (CNPS) dans le cadre de l'émission. Vous comprendrez par la suite pourquoi j'évoque ce premier contact. Bref après l'obtention de mon Master II,

je m'active davantage pour rechercher un emploi. Ayant fait administration du travail, mon frère aîné me conseille de déposer ma candidature à la CNPS, je m'exclame en disant que c'est peine perdue, je ne connais personne dans cette entreprise ! C'est alors qu'il me rafraîchit la mémoire en rétorquant que j'avais interviewé le Directeur général. Ça m'a galvanisé et j'ai donc entrepris d'aller demander une audience à la direction générale. J'ai été reçue après plusieurs tentatives par son représentant. Après un long entretien, il me demande de constituer mon dossier en insistant sur le fait que je devais y avoir insérer une photo de moi. C'est ainsi que

LIFE STYLE

je passe à l'action et quelques semaines plus tard, je reçois un coup de fil des ressources humaines de la CNPS pour compléter mon dossier et entamer un stage au sein de l'entreprise. J'ai fait deux ans de stage à la CNPS, agence de Bafoussam où j'ai vraiment tout donné, avant d'être recrutée officiellement en février 2018.

Félicitations Madame ! Dites-nous, qu'est-ce qui fait votre force ?

Ce qui fait ma force c'est que je m'aime trop et j'ai la crainte de Dieu. J'aime la vie que je mène, j'ai chaque jour une joie de vivre inestimable et je me sens privilégiée. Les pleurs, les plaintes à cause des railleries et des regards des autres, ça fait désormais

partie du passé. Aujourd'hui, je ne laisse personne me piétiner, je rétorque en tournant la situation en dérision, ou alors je me défends de manière coriace tout en restant polie. Je ne recule devant aucun obstacle et à chaque fois je tire les leçons de mes mauvaises expériences. Je vis ma vie et je ne m'enferme pas dans ce qui fait mon handicap.

Quel conseil pouvez-vous donner aux personnes comme vous ?

Je voudrais dire à la personne handicapée que c'est Dieu qui nous a créés tels que nous sommes. Ce n'est pas facile, nous n'avons pas de force physique du coup nous devons miser sur notre intellect pour nous en sortir.

La personne handicapée doit s'accepter tel qu'elle est et travailler pour réussir. Il faut mettre Dieu au centre de tout et capitaliser son handicap pour affronter le quotidien. Il ne faut pas rester fixé sur ce qui est une faiblesse, mais plutôt regarder droit devant l'objectif et foncer pour l'atteindre. Il faut s'aimer soi-même, aimer les challenges et être polyvalent ! J'anime actuellement une émission, "Just Life" pour mettre en lumière des personnes qui ont une histoire singulière à raconter, afin de galvaniser tout le monde pas seulement les handicapés.

Merci MG de nous avoir accordé de votre temps pour cette entrevue.

Je suis ravie, merci HARNEWS !



GARDEN STATE RESTAURANT & LOUNGE

Un cadre CHIC & VIP situé à en face la mairie Yaoundé 5



MADE-IN KAMERUN

Créations **Poupées Africaines** by ABENA DOLLS

ABENA DOLLS est une marque de poupées africaines noires, albinos et métissées. Sa fondatrice Marie ABENA, veut à travers ce label, valoriser la culture du continent Africain. Grâce à ses créations, elle souhaite changer la définition des codes de beauté, auxquels plusieurs générations d'enfants africains ont été

habitués à se comparer, pour les rendre fiers de leur identité. Noires, albinos, métissées, cheveux crépus, les poupées ABENA DOLLS inondent progressivement le marché camerounais et international. En plus de l'originalité de leur couleur de peau, leur chevelure réaliste et leurs tenues en pagne ce sont des

poupées solides et durables selon plusieurs témoignages de clients. Fournies avec ses accessoires (peigne, tenue, bijoux), les poupées ABENA DOLLS sont des jouets idéaux pour les fillettes, qui vont apprendre à coiffer leur belle touffe, à fabriquer des bijoux africains, à bercer leur poupée et confectionner de petites tenues.





Chic **LIBARÔ** Maroquinerie du kmer

Marochinerie kmer by LIBARÔ
La marque camerounaise LIBARÔ propose sur le marché des sacs solides, élégants et faciles à porter. Les bijoux sont confectionnés avec du tissu pagne, du cuir, du simili cuir, et divers autres matériaux. À travers ses produits à la fois simples, chics et glamour, la

promotrice Claude Martinelle KOUNIONI se voue à la présentabilité des hommes, femmes, et enfants passionnés par le made in Africa en général. Libarô signifiant pagne en "basaà", a pour but de valoriser le tissu africain sur toutes ses formes à travers toutes ses collections (Mulema, Ndop etc.) en donnant une plus-

value à l'expression de celui ou celle qui le porte. Selon l'entrepreneure, l'expression de soi est le slogan de LIBARÔ, car le but souhaité est révéler le meilleur en tout un chacun. D'où l'inspiration à créer des sacs de diverses formes, avec à chaque fois la touche colorée de tissus africains et locaux pour répondre aux besoins des consommateurs.

Maladie féminine

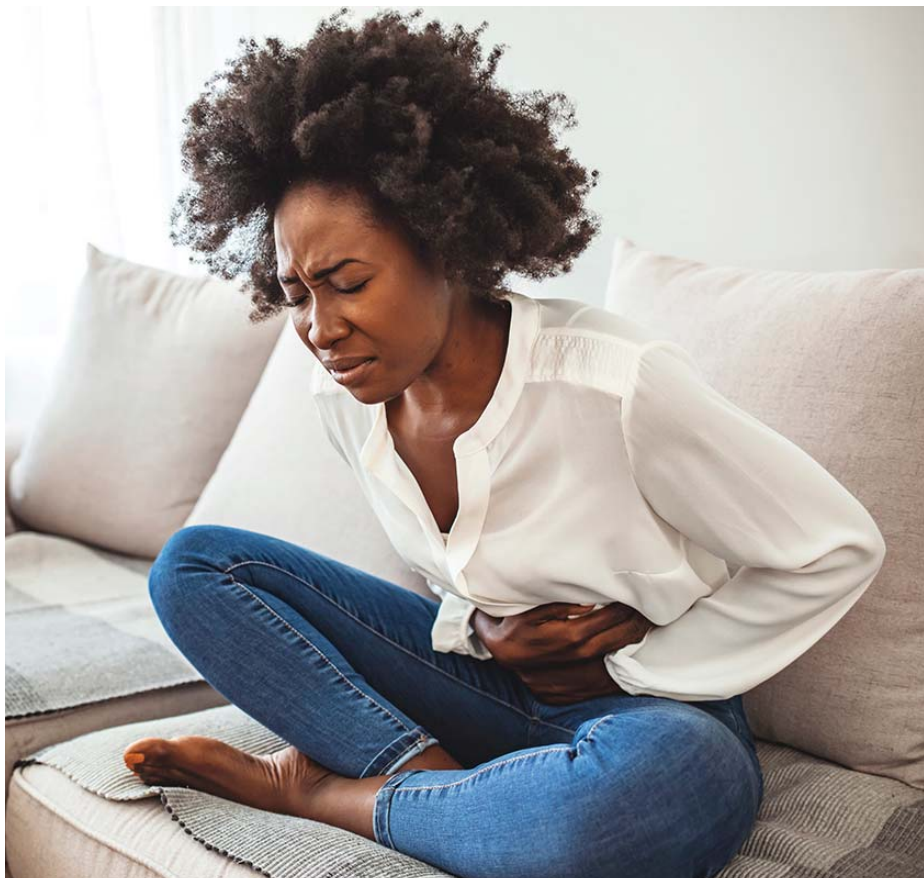
L'Endométriose

Qu'est-ce que c'est ?

L'endométriose est une maladie gynécologique provoquée par la croissance de tissu endométrial en dehors de l'utérus, généralement dans d'autres régions du ventre. Souvent, le tissu se développe au niveau ou autour des ovaires, de l'utérus et des trompes de Fallope. Les trompes de Fallope transportent les ovules depuis les ovaires vers l'utérus. L'endométriose peut se produire à un ou à plusieurs endroits.

Tout tissu endométrial qui se trouve au mauvais endroit agit exactement comme le tissu endométrial situé à l'intérieur de l'utérus. En d'autres termes, il se développe et saigne chaque mois avec les règles. Ce saignement peut être douloureux. Parfois, le saignement provoque une croissance de tissu cicatriciel. Le tissu cicatrisé obstrue parfois les trompes de Fallope, ce qui entraîne des difficultés pour débiter une grossesse.

- L'endométriose peut être douloureuse, généralement avant et pendant les règles et pendant les rapports sexuels
- Elle peut causer des difficultés pour débiter une grossesse
- Les médecins diagnostiquent une endométriose en réalisant une observation à travers une fine sonde optique insérée près du nombril
- Les médecins peuvent



traiter l'endométriose avec des médicaments ou parfois une intervention chirurgicale

Les facteurs qui provoquent une endométriose

La cause exacte de l'endométriose est incertaine. Dans l'endométriose, quelques petits morceaux du tissu de l'endomètre qui devraient être évacués du corps avec les règles pourraient plutôt remonter vers les trompes de Fallope. L'un de ces petits morceaux pourrait même se déplacer à l'intérieur du

ventre et commencer à se développer.

L'endométriose peut avoir un caractère familial.

Quels sont les symptômes de l'endométriose ?

La douleur est le symptôme le plus fréquent. Chaque femme peut avoir des types différents de douleur :

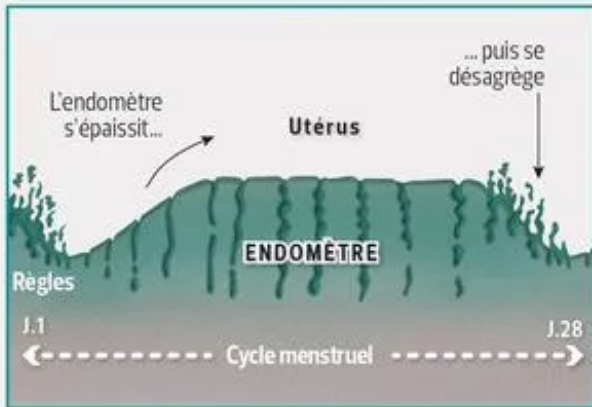
- Douleur dans le bas du ventre, surtout avant et pendant les règles
- Douleur lors des rapports sexuels
- Douleur à la selle
- Douleur à la miction

Pendant la grossesse, les symptômes peuvent s'arrêter

Une présence de cellules endométriales en dehors de l'utérus

QU'EST-CE QUE L'ENDOMÉTRIOSE

1 L'endomètre est la muqueuse de l'utérus. Chaque mois, lors des cycles menstruels, il s'épaissit sous l'effet des hormones ovariennes, puis se désagrège.

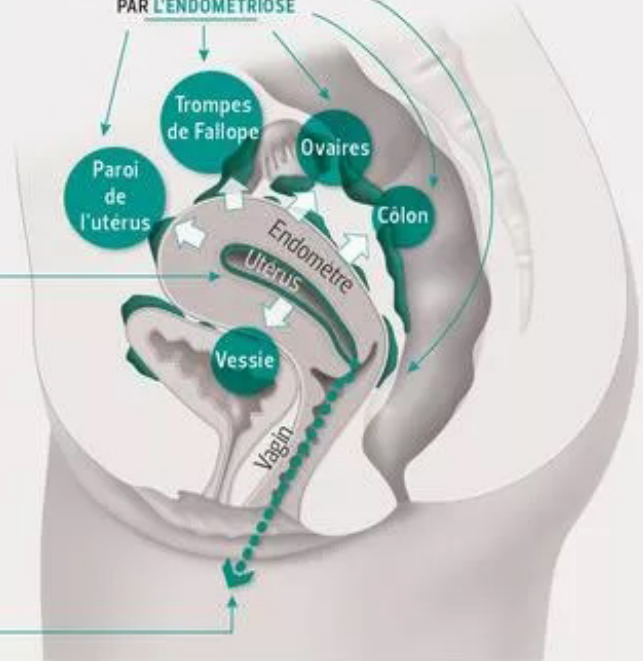


2 En temps normal, le sang menstruel, composé de fragments d'endomètre, est évacué au cours des règles.

Illustration : Sophie Jacopin

3 Dans certains cas, ces fragments migrent et se greffent sur les organes voisins. Ces cellules utérines gardent leurs propriétés hormono-dépendantes. À chaque cycle, elles saignent et provoquent des douleurs.

PRINCIPAUX ORGANES ATTEINTS PAR L'ENDOMÉTRIOSE



Infographie LE FIGARO

pendant un certain temps ou parfois définitivement. Les symptômes s'arrêtent souvent après la ménopause.

Comment déterminer la présence d'une endométriose ?

Les médecins peuvent suspecter une endométriose dans les cas suivants :

- Douleur au ventre qui semble aller et venir pendant les règles ou lors des rapports sexuels
- Difficultés à débiter une grossesse

Pour vérifier la présence d'une endométriose, le médecin pourra observer l'intérieur du ventre à l'aide d'une fine sonde optique souple (laparoscopie). Au cours de cette procédure réalisée sous

anesthésie, le médecin insère la sonde optique à travers une petite incision réalisée près du nombril.

Les autres tests, tels que les tests sanguins, l'échographie, la TDM ou la radiographie, ne sont pas très utiles pour détecter une endométriose.

Quel traitement pour l'endométriose ?

Le traitement dépend des symptômes, d'un éventuel désir de grossesse, de l'âge et du stade de l'endométriose. Les médecins traitent l'endométriose avec :

- Des médicaments appelés AINS (anti-inflammatoires non stéroïdiens) pour soulager la douleur
- Des médicaments qui contiennent des hormones (comme les pilules

contraceptives)

- Une intervention chirurgicale utilisant un laparoscope pour retirer ou détruire le tissu endométrial situé au mauvais endroit

Comment prévenir l'apparition de cette maladie ?

La pratique d'une activité physique régulière pourrait réduire le risque de développer l'endométriose. Tout comme l'alimentation, par la consommation d'acides gras oméga-3, de légumes verts et de fruits frais, réduirait l'apparition de la maladie. Cela dit, toutes les études qui ont été réalisées pour avancer ces résultats sont hypothétiques et ne peuvent pas encore affirmer le lien de cause à effet.

Lydol

Le style Afro chic

Pour certains jeunes, le pagne ou le style africain c'est vieux et un peu trop classique ! Lydol vient changer la donne ! La vedette du slam a adopté ce style et l'assume. Son look afro chic et glamour ne passe pas inaperçu. Elle ose et rayonne de la tête aux pieds à chaque apparition. Tenues de scène, de ville, de cocktail ou de soirée; l'auteure de Ndolo Bobe n'hésite pas à allier culture africaine et modernité tout en y apportant une touche sensuelle. Ses coiffures et ses accessoires ne sont pas en reste. Lydol a les cheveux crépus qu'elle met en valeur avec des coiffures dignes d'une afro descendante, un look qu'elle agrémente avec des bijoux d'un chic à l'africaine.



YANGO VOUS ACCOMPAGNERONS EN TOUTE SÉCURITÉ
OÙ QUE VOUS SOYEZ, À N'IMPORTE QUELLE HEURE.

DES COURSES 24H/24H

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION



contrôle et l'élimination du paludisme

5 opportunités majeures

Selon l'Organisation Mondiale de la santé (OMS), ces dernières peuvent permettre de réels progrès pour atteindre l'objectif zéro paludisme.



1- Les programmes nationaux de lutte contre le paludisme

Ceux-ci doivent continuer à utiliser intelligemment la boîte à outils des interventions de lutte contre le paludisme, en les adaptant à leurs conditions locales et nationales, et intégrer les produits optimisés à mesure qu'ils deviennent disponibles, qu'il s'agisse de MII ou de vaccins. Le renforcement des systèmes de surveillance de routine de la maladie, les études relatives à l'efficacité et la surveillance post commercialisation des produits antipaludiques sont essentiels pour suivre les

problèmes d'efficacité et de qualité, puis les résoudre. Les nouvelles lignes directrices et stratégies de l'OMS formulent des recommandations approfondies pour faire face à des problématiques toujours plus complexes et saisir les opportunités. Suite à leur actualisation, les Lignes directrices de l'OMS sur le paludisme, par exemple, définissent un cadre permettant d'intégrer aux stratégies nationales de lutte contre le paludisme le tout premier vaccin antipaludique au monde, baptisé RTS,S. L'OMS a récemment publié de nouvelles stratégies ayant pour objet d'éradiquer la

résistance aux médicaments antipaludiques [et de stopper la propagation d'un vecteur du paludisme invasif sur le continent africain. L'OMS a également défini un nouveau Cadre mondial dans le but d'aider les pays à répondre au paludisme en milieu urbain.

2- Poursuivre de manière ambitieuse la recherche et le développement de produits susceptibles de renforcer la prévention, de contrôler la transmission et de

SENSIBILISATION

traiter la maladie.

Il s'agit notamment de nouveaux insecticides, de stratégies novatrices de lutte contre les vecteurs à l'extérieur, de vaccins expérimentaux, de nouveaux diagnostics et d'innovations en matière de médicaments et de combinaisons médicamenteuses. En attendant, les chercheurs ont mis au point de nouveaux vaccins candidats. En 2021, l'OMS a recommandé l'utilisation du vaccin contre le paludisme RTS,S, le tout premier vaccin approuvé contre cette maladie. Les vaccinations ont commencé. Les essais cliniques de phase 3 d'un deuxième vaccin, appelé R21, dont le développement est le plus avancé, viennent de se terminer. Par ailleurs, 10 vaccins ciblant *P. falciparum*, 4 ciblant *P. vivax* et 2 à injecter durant la grossesse en sont encore au stade du développement.

3- Accroître le financement

Ceci pour veiller à ce que les stratégies nationales de lutte et d'élimination du paludisme soient mises en œuvre efficacement, même dans des circonstances difficiles, afin que toute personne dans le besoin bénéficie des interventions existantes et des nouveaux outils prometteurs. Il convient de mobiliser plus de ressources, provenant plus spécifiquement de sources nationales.

4- Le renforcement des soins de santé primaires

Au travers d'une réorientation radicale des systèmes de santé, qui se focalisent à l'heure actuelle sur le traitement de la maladie plutôt que sur sa prévention. Les soins de santé primaires sont la pierre angulaire du renforcement de la résilience des systèmes de santé. Ils permettent de faire face à un grand nombre de situations, surtout lorsque les ressources financières mondiales dédiées au paludisme et à la santé en général sont

limitées. Les systèmes de santé ancrés dans des services de soins de santé primaires solides offrent des soins appropriés, efficaces et moins coûteux, ainsi qu'une bien meilleure couverture.

5- Redynamiser la riposte au paludisme

En mettant davantage l'accent sur l'appropriation et le leadership par les pays. Plus de 95 % de la charge palustre concerne la région Afrique de l'OMS. Nous devons reconnaître la nécessité d'un leadership national fort en Afrique et d'une coalition plus vaste entre les pays pour combattre le paludisme, tout en admettant les avantages d'une approche basée sur les systèmes de soins de santé primaires et d'un engagement vis-à-vis de l'équité et la justice sociale. Cette démarche s'inscrit dans la logique de la priorité stratégique définie par l'OMS en vue d'accélérer les progrès réalisés vers la couverture sanitaire universelle.



BONNES ADRESSES

Nord : la station Nautique de Lagdo

Nouvellement et officiellement mise en service le 4 mars 2023 par le ministre du Tourisme et des Loisirs, Bello Bouba Maigari, la station nautique de Lagdo est le troisième espace de loisirs du département de la Bénoué. Le joyau architectural est constitué d'attractions diverses. Il s'agit notamment des restaurants, des salles de jeux, des piscines pour adultes et enfants, pour couronner le tout, des plages artificielles grandeur nature. L'espace touristique est ouvert 24h/24 de lundi à dimanche.



Sud : le Rocher du loup

C'est un rocher en forme de tortue qui est situé au sud de Kribi en prenant la route vers Campo et la frontière avec la Guinée Equatoriale. Ce rocher est un symbole sacré pour les autochtones Lyassa. En langue locale du peuple Lyassa, ce lieu sacré est appelé "Ilalé nja lombo" et il protège les tortues luth et Olivatre, venant pondre sur le littoral. Pour ces autochtones, la tortue est mystique. Les plages de ce côté sont belles par leur forme et leur sable fin de couleur gris clair. Les



paysages sont beaux et pleins de verdure. L'on se croirait presque au bout du monde loin des préoccupations actuelles.

NB: Éviter de s'y rendre pendant la saison des pluies, car la piste en latérite se transforme en borbier.



Le Baron

Restaurant familial avec un glacier. Cuisine camerounaise, libanaise et européenne. Situé au Carrefour Bastos, entrée station Neptune.

Horaires : Mardi - Dimanche.
9H - 22H30. Tel : 680 000 040.



United Express

Société de transport interurbain. Bus VIP entre Douala et Yaoundé. Situé à Akwa et à l'avenue Germaine Ahidjo.

Contact : 653 539 696.



Sublimez-vous

Espace beauté chic & glamour à Nlongkak - Yaoundé. Ouvert 7j/7 de 10H à 18H30. Onglerie, Coiffure & Soins de visage + Prestations à domicile.

Tel : 657 157 496.



Yaoundé Rooftop

Restaurant Lounge panoramique avec vue sur la ville. Situé à Etoa-Meki.

Tel : 699 782 767.



Mr Propre Carwash

Laverie & Spa pour véhicules. Nettoyage industriel. Propose aussi un Bar à rafraichissements. Mini Prix Bastos, Yaoundé.

Tel : 699 071 080.



The Famous

Café bistrot français, Sushi bar. Yaoundé.

Tel et renseignements :
656 898 001.



Terrific Coffee

Starbucks à la camerounaise. Café Made in Cameroon, viennoiseries et autres gourmandises. Bonamoussadi (Douala) et Bastos (Yaoundé).

Téléphone : 679 701 013.
Ouvert jusqu'à 21H.



Le Boukarou

Restaurant - Cabaret - Pizzeria. Décoration 100% locale ethnique et afro chic. Situé au Centre administratif, Yaoundé.

Contact : 695 452 828.



Boun's Hotel

Hôtel 04 étoiles au cœur de Yaoundé. Cadre contemporain. Restaurant et piscine panoramique. Situé près du Marché Central.

Info : 691 000 600.

Est : Parc national de Lobéké

Le parc national de Lobéké fait partie du bassin du Congo à l'extrême Sud-Est du Cameroun. Il couvre une superficie de 217 854 ha. Le parc National de Lobéké dispose d'une biodiversité variée et très riche en ressources fauniques et floristiques. Plusieurs de ces espèces sont endémiques et le parc possède l'une des plus fortes concentrations d'éléphants et de gorilles des plaines occidentales d'Afrique.



Ouest : Vallée de Bana

La vallée de Bana est un complexe hôtelier et touristique étendu sur 20 000 m² (2 Ha) en stationnement à Bana par Bafang, lieu-dit « Carrefour KADJI ». C'est un cadre idéal pour des séjours professionnels et touristiques. La vallée de Bana vous fait redécouvrir l'essence même de l'accueil. Plus que du bien-être, c'est le mieux être qui vous est offert en alliant parfaitement le moderne et le local. La résidence de Bana (LVB) offre une atmosphère raffinée et reposante qui permet de s'évader au quotidien.





JOYEUSE FÊTE DE PÂQUES

Préparez la fête de Pâques avec
DÔVV, votre supermarché préféré.



HARnews

Par Hommage à la République

Actualité

Lifestyle

Made-in Kamerun

Innovation

Économie

Santé

Bonnes adresses



**VOS PAGES PUBLICITAIRES
À PARTIR DE 50 000 FCFA**

Contact : +237 243 895 752
hommagealarepublique@gmail.com