



Dans cette issue:

Le Soja	2
AGR: Vente De L'Eau	2
Soutien de PNUD a AWALLA	3
Le Gicam veut aider l'Etat à acquérir des anti-rétroviraux	3
La prévention indispensable	4

AJEPS: Changement Du Bureau

Je m'appelle Danagaï Oummoul, membre de AJEPS (Association des jeunes Engagés Pour la Promotion de la Santé). Je suis membre du comité de Coordination formée par EFA International. Mon but d'écrire ce journal c'est que depuis qu'on a change de bureau, il ya eu beaucoup de changement positif. Les critiques, les disputes se sont arrêtées. Nos AGR vont de long en large dans la progression. De nouveaux membres s'inscrivent, les disparus reviennent déjà. Moi, qui n'avais pas de poste de travail, aujourd'hui je suis commissaire aux comptes de no-

tre association. J'ai eu cette idée de mes formateurs et alors mes amis des autres associations faite comme AJEPS si ça ne marche pas chez vous, renouvelez le bureau en votant des membres dignes pour la bonne marche de votre association.

Pour en finir, je remercie notre nouvelle Présidente, Aïssatou Sali, elle mérite vraiment le rôle de la présidente, ou la bonne gouvernance.

Auteur : Danagaï Oummoul



Danagaï Oummoul

« La vie en association est une vie pleine de l'épanouissement et au bien être des uns et des autres. »



Boukar

Assistance et soutien d'AWALLA à un Jeune Garçon

Le 19/11/09, l'enfant nommé Païssal Amadou, âgé de 10 ans qui est un perdu de vue depuis un an a été retrouvé grâce aux efforts conjugués des membres AWALLA. Le triste enfant a perdu sa mère depuis octobre 08. Des lors il est abandonné à Dieu et à lui-même sans aucune assistance médicale, nutritionnelle. Au moment où ce dernier a été retrouvé, il faisait déjà les infections opportunistes. Le même soir le Chef de Centre a été informé de la situation et la résolution a été prise de le référer à l'UPEC pour sa prise en charge. Mais nous avons rencontré des difficultés financières d'où l'ouverture d'une quête pour ce dernier dont la liste des contributions ci-dessous

Gorsou Pascal 2000 Frs

Luc 1000 Frs (HDK) +1700 Frs pour soins

Boukar 1 drap pour 1 morceau de savon et accompagnement à l'UPEC

Abaram(HDK) 1 morceau de savon

Paul, Chef de Centre affaires sociales de Kolofata 1500 Frs

Adama 4ème Adjoint au Maire de Kolofata 2000 Frs

Assata Abba(HDK) 200 Naira

Bouba Ernest (HDK) 130 Naira

Dr Ellen 10 000 Frs

C'est ainsi que l'enfant a été repris en charge et l'association a profité de l'occasion pour contacter certaines ONG telles que EFA International et CARE pour trouver la solution à la situation du pauvre enfant.

Conclusion a été tirée pour son suivi Boukar chargé du suivi psychosocial, Gorsou pour l'assistance médicale. Pour son ravitaillement mensuel en ARV, Boukar se déplacera avec son carnet en cas de besoin.

La vie en association est une vie pleine de leçon et d'instruction, éducation, d'échange d'idée etc.... qui concourent à l'épanouissement et au bien être des uns et des autres.

Auteur : Boukar



Le Soja

Comment faire le café de Soja

Il faut bien faire frire le soja et bien vanner et propre.

L'amener au moulin pour obtenir la farine. Le tamiser et ajouter quelques cuillérées d'eau bien bouillie et du sucre si vous voulez. Bien le remuer puis on le consomme.

Comment faire les cacahouètes de Soja

Tremper le soja propre dans de l'eau et le laisser quelque temps.

Quand c'est bien mouillé, on le fait sortir de l'eau puis on y ajoute du sel et l'étaler sur une natte propre pour le sécher à moitié, puis le faire frire légèrement pour ne pas le brûler. Alors vous pouvez croquer votre soja et boire de l'eau tout le long de la journée sans avoir trop faim.

Comment faire les beignets de Soja (nommé AWARA)

Il faut d'abord concasser le soja, le vanner puis le tremper dans de l'eau.

Après être bien mouillé, il faut le rincer et l'amener au moulin.

On l'écrase pour obtenir une patte, Arrivée à la maison on y ajoute un peu d'eau pour quelle soit légèrement liquide.

On le presse pour avoir un liquide, puis on le met au feu et y ajouter du jus de tamarin.

Après cela deviendra une patte puis le mettre à chaud dans un sac propre pour le presser afin d'obtenir une patte.

Quand la patte est refroidie, on le découpe en petit morceau et on le fait frire dans de l'huile.

Notre Awara est prêt et on peut le manger avec de la sauce de tomate si possible ou simplement du piment frit.

NB : Un enfant qui manque de lait maternel, il faut lui donner le lait de soja ou la bouillie de soja

Comment faire le lait de soja

Il faut concasser le soja, le vanner. Quand c'est propre, on le trempe dans de l'eau, quand c'est bien mouillé, on le rince et on va l'écraser au moulin pour obtenir une patte. On y ajoute de l'eau propre et on le malaxe afin d'avoir en totalité un liquide, puis presser dans un sac pour extraire le liquide qu'on le fait bouillir et on y ajoute du sucre et on donne à l'enfant.

Comment faire la bouillie de soja

On mesure le soja selon la quantité de bouillie voulue.

Si tu prends 3 poignées de farine de mil, il faut prendre 1 poignée de farine de soja et ajouter de l'arachide, les faire frire légèrement et l'amener au moulin pour obtenir de la farine. Préparer la bouillie comme d'habitude et y ajouter du sucre.

Auteur : Jumbo Albert

"To catch the reader's attention, place an interesting sentence or quote from the story here."

AJEPS: AGR Vente De L'Eau



Nous avons commencé notre AGR au mois de mars 09, moi Doudou Yaya, je suis le responsable du suivi des activités de notre association AJEPS Maroua.

Depuis le début, nous nous sommes entendus que les bénéfices de chaque mois seront repartis comme suit :

1/3 pour le soutien médical aux membres

1/3 pour l'épargne à la banque

1/3 pour l'entretien du matériel

Ceci grâce à la formation reçue des membres du bureau EFA International, nous avons pu apprendre comment remplir le cahier de

gestion et faire cette répartition. Vu le dynamisme et la rigueur dans le travail de notre présidente qui fait toujours preuve de la transparence, d'amour et de la satisfaction des membres dans la gestion.

Depuis son admission au titre de la présidente, il ressort que l'AGR est une activité qu'il faut faire connaître à un bon nombre de personnes pour mieux lutter contre la pauvreté.

Auteur : Doudou Yaya

Soutien du PNUD à AWALLA

EFA International et le PNUD ont mis fin à la misère et à la souffrance au sein de AWALLA.

Grace à EFA International, AWALLA a vu le jour et avec son soutien continu, le PNUD a connu AWALLA et a financé à hauteur de 6 180 000 Frs, grâce à une ges-

tion efficace et efficiente de la somme de 50 000 Frs donnée par EFA International pour le démarrage des activités champêtres en juin 08. Un champ de haricot a permis à l'association de récolter 4 sacs et 100 Kg de coton.

Auteur : Boukar

« EFA International et le PNUD ont mis fin à la misère et à la souffrance au sein de AWALLA. »

FELICITATIONS pour les PAIR EDUCATEURS de 2009!!



Le Gicam veut aider l'Etat à acquérir des anti-rétroviraux

L'annonce a été faite hier, jeudi 17 décembre lors de la 108^{ème} assemblée générale de ce groupement patronal.

Le rapport moral du président du Groupement inter patronal du Cameroun (Gicam) est un document qui fait certes le tour de l'activité économique au Cameroun et dans le monde, mais il s'intéresse aussi aux activités du mouvement. C'est ainsi qu'au cours de la 108^{ème} assemblée générale tenue hier, jeudi 17 décembre, son président a annoncé le lancement dans les prochains jours d'une campagne nationale de collecte de fonds pour permettre au gouvernement d'acquérir les stocks d'anti-rétroviraux dont il a aujourd'hui impérativement besoin. L'annonce n'avait pas certes un caractère économique, mais le patronat soutient depuis plusieurs années que la pandémie du Sida est un sérieux problème au sein des entreprises, d'où cet engagement du Gicam aux côtés de l'Etat.

Toutefois, en marge de cette question qui a été soulevée dans le volet des activités du Gicam, le rapporta moral du président fait la part belle aux mesures positives contenues dans la loi de finances 2010. En indiquant que le Gicam, qui a enregistré 15 nouveaux adhérents, " a activement participé à l'élaboration de la loi de finances 2010 ", et tout en regrettant que cette loi ne contienne pas de mesures véritablement audacieuses et incitatives, Olivier Behle a salué la mesure de suppression de la règle de décalage d'un mois pour la déducti-

bilité de la Tva. D'après le président du Gicam, " cette suppression aura pour effet mécanique de permettre à l'entreprise de disposer dans sa trésorerie des sommes dont elle se serait privée pendant un mois ".

Mesures positives: Cinq autres mesures positives contenues dans cette loi de finances ont été relevées. Il s'agit de la suppression de la retenue à la source de l'acompte d'impôt sur le revenu et de la Tva par les collectivités territoriales décentralisées et les établissements publics administratifs. Ce qui fait de l'Etat la seule personne désormais habilitée à opérer la retenue à la source de ces impôts. Dans son propos, le président du Gicam a aussi mentionné l'enregistrement gratuit des actes de constitution et de prorogation de sociétés ainsi que des actes portant augmentation du capital ; la fixation à l'administration d'un délai pour notifier au contribuable le redressement ou l'avis d'absence de redressement ainsi que d'un délai pour répondre aux observations du contribuable.

Le Cameroun est devenu pratiquement dépendant des importations des produits alimentaires pour la nutrition de sa population (alors que le pays a des atouts pour devenir autosuffisant, pour être exportateur net de produits agricoles et économiser des devises), les exportations sont concentrées sur une poignée de produits, la position du Cameroun (171^{ème} sur 183 pays), ne permet pas au pays de tirer un réel avantage de la reprise économique qui se dessine dans les grandes économies.



EFA International

BP 151

E-mail: efacameroun@yahoo.fr

site web: www.efainternational.org

La prévention indispensable

Port Louis — *Au début des années 80, une nouvelle maladie, en Amérique, crée la panique. Un nom- le syndrome d'immunodéficience acquise- lui est donné. Elle est causée par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH). L'infection par le VIH se répand à travers le monde. Plusieurs millions de personnes sont actuellement infectées par le virus.*

Le virus se trouve dans le sang, le sperme, le liquide vaginal et le lait maternel des personnes infectées. Le VIH est également présent dans la salive et la sueur mais en quantité insuffisante pour transmettre le virus à une autre personne. On ne peut donc pas être contaminé à la suite d'un éternuement, d'une poignée de main, d'un contact avec des sièges de toilette ou des piqures de moustique.

Les rapports sexuels non protégés et l'échange de seringues sont les deux modes d'infection par le VIH. Le VIH se transmet pendant le rapport sexuel non protégé, hétérosexuels ou homosexuels, qu'elles soient vaginales, anales ou orales. Même si le rapport oral comporte moins de risque, il faut quand même se protéger.

Le VIH peut également se transmettre au cours de l'accouchement d'une femme infectée. Ce risque est toutefois en baisse grâce à de nouveaux traitements. Le VIH peut également se transmettre au nourrisson allaité au sein.

Symptômes: Suite à la contamination, le virus se propage rapidement. Les symptômes qui apparaissent au début ressemblent à ceux de la grippe. Les symptômes disparaissent au cours de la semaine ou du mois qui suit et la personne contaminée se sent de nouveau en pleine forme. Seul un test de séropositivité au VIH

EFA International

(Education Fights AIDS - L ' éducation lutte contre le SIDA)

a pour but d ' améliorer les conditions de vie des jeunes infectés ou affectés par le VIH/SIDA au Cameroun.

Nos objectifs sont:

- ◆ Renforcement des capacités des associations des jeunes PVVIH entre 15 et 35 ans.
- ◆ Apporter un support au jeunes PVVIH et améliorer la communication entre eux..

révélera la présence du virus dans le sang.

Le système immunitaire parvient à tenir le virus en échec durant un certain temps. Mais il n'arrive pas à s'en débarrasser complètement. Un grand nombre de personnes se sentiront en pleine forme pendant des années. Puis leur système immunitaire s'affaiblit et que le sida évolue.

En l'absence de traitement, le sida se développe dans les dix ans qui suivent la contamination ou en moins de temps. Plusieurs facteurs influent sur l'évolution du sida dont la prise de médicaments ou encore l'état de santé général de la personne.

Le terme sida désigne la forme évoluée de l'infection à VIH. Le sida se caractérise par la présence du VIH et d'une infection opportuniste. Des médicaments plus efficaces a permis de diminuer le risque d'infections opportunistes. De nombreux chercheurs travaillent à la mise au point de nouveaux traitements contre le VIH.

Prévention: Toutefois, personne n'est à l'abri d'une infection par le VIH. Il existe des mesures de prévention. À moins d'être certain que ni vous ni votre partenaire n'êtes séropositif, il faut toujours utiliser un préservatif. Le choix de partenaires sexuels est important car parfois les préservatifs se déchirent.

Il ne faut pas utiliser de seringues souillées non plus. L'échange de seringues est très dangereux et présente des risques élevés d'infection par le VIH.

En se protégeant contre d'autres infections sexuellement transmissibles, le risque d'une infection par le VIH sera réduit. L'utilisation du préservatif est donc essentielle.