

HARnews

Par Hommage à la République

En téléchargement sur www.hommagelarepublique.com

LE COWORKING « IS THE NEW SEXY »

Interview : Yves Ntsama

RESPONSABLE MBOA

Le jeu vidéo sur
le fonctionnaire camerounais

Reportage

Une journée avec
l'équipe de Facebook

Art de vivre

10 conseils pour bien
se tenir à table

Mr Propre CarWash

Le meilleur SPA pour votre voiture. Lavage & Entretien Général.
Mini Prix Bastos, Yaoundé.



Découvrez le Mont Fébé et son Hôtel prestigieux avec vue sur terrain de golf luxuriant et verdoyant.

218 chambres dont 18 suites et 4 appartements présidentiels.
218 rooms including 18 suites and 4 presidential suites.

Climatisation Centrale
Central Air conditioning

Salle de bain et douche
Bathroom and shower

Mini bar

Coffre-fort individuel
Safe individual

TV avec chaînes satellite
Tv with satellite channels

Navette Aéroport-Hôtel
Airport shuttle bus

Wi-fi gratuit
Free Wifi

Parking plein air
Parking outdoor

Le Fébé restaurant de prestige
Gourmet restaurant

Le Mbankolo, Coffee Shop

Le Rondo, restaurant grill

Bar ABBIA

Salles de réunion
Meeting rooms

Business center

Conférence / Banquet
Conference and Banquet

Piscine
Swimming pool

Courts de tennis
Tennis courts

Balafon Night-club

Sauna, Gym, Massage

Golf de 18 trous attenant à l'Hôtel
18 holes golf course next to the Hotel

Contacts :

BP 711 Yaoundé – Cameroun
Tél.: +237 222 21 40 02 / 679 51 62 01 / 699 00 99 32 – Fax +237 222 21 60 70
www.hotel-montfebe.com – info@hotel-montfebe.com

Interview
Yves Ntsama
Fondateur Ecolia Labs

P07



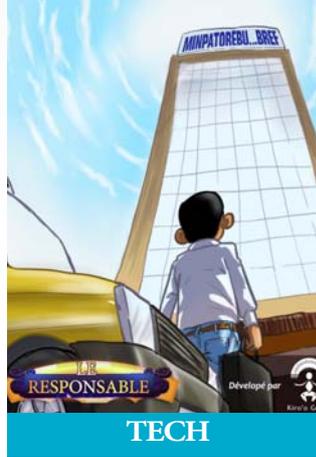
ECONOMIE

P06

Startups
Travailler différemment
avec le coworking

Responsable Mboa
le jeu vidéo sur le
fonctionnaire
camerounais

P09



TECH



TECH

P11

Une journée avec
l'équipe de
Facebook au Cameroun

Musique urbaine
Les étoiles montantes
Locko et tenor

P14



LIFESTYLE

P12

Baccalauréat,
oui. et ensuite ?

Art de vivre
Comment bien se
tenir à table

P15



LIFESTYLE



LIFESTYLE



SPORT

P18

Football
Le Cameroun passe
à la puissance 4

Sommaire

Directrice de la Publication
Sophie NGANN BEN ROOSALEM
Rédacteur en Chef
Serge MIKOLI
Secrétaire de Rédaction
Sékolène MOUSSALA

Ont collaboré à ce numéro
Adrien Bonny EBOUMBOU,
Marthe ABOMO,
Vanessa KABIENA,
Ange ATANGANA,
Carolle MOUAFO

Maquette
Elo MARTINEZ
Edition
Inside Consulting

Un tournant qui n'augure rien de bon

Avez-vous déjà entendu parler de Gutenberg ? C'est le Monsieur à qui l'on doit l'invention de l'imprimerie, et par conséquent l'apparition de la presse écrite au XV^e siècle. A partir de là, les médias n'ont cessé de se développer pour finir par représenter l'un des pouvoirs les plus puissants. Information, propagande, sensibilisation, etc. Ils ont participé à façonner la société telle qu'on la connaît aujourd'hui. Mais, nous sommes de nouveau à un tournant. L'avènement d'internet et des nouveaux médias a débloqué un niveau plus élevé d'influence non contrôlée sur la jeunesse, avec un

Un ton divertissant qui sied aux jeunes, tout en promouvant des sujets avec une réelle valeur ajoutée

impact négatif non négligeable.

Quel sera l'avenir pour un pays dont les jeunes citoyens ne consomment que des divertissements saturés de vulgarité et de violence ? Que deviendra une nation dont les habitants sont informés de l'actualité presque uniquement par des fake news sur les réseaux sociaux ? Qu'arrivera-t-il à une nation dont les journalistes sapent délibérément les valeurs morales sur laquelle elle est fondée ?

Rien de bon. Rien de bon si rien n'est fait. En cela, le projet éditorial HAR News est notre modeste contribution. Un média de société qui sait



Segolene Moussala

adopter le ton divertissant qui sied aux jeunes, tout en promouvant des sujets avec une réelle valeur ajoutée comme celles liées à la citoyenneté, l'entrepreneuriat, l'engagement politique des jeunes. A terme, votre magazine mensuel HAR News porté par le concept Hommage à la République, se veut le reflet d'un pan de la société camerounaise et jeune, avec tout ce qu'elle a de sérieux et de ludique.

Un support terre à terre. Une vitrine pour nos métropoles et ce qui s'y passe. Des informations utiles. Du contenu qui sait aussi être léger et détendre. Des jeunes impactés positivement. It's all about impact.

Bonne lecture de ce 3^e numéro d'HAR News, et merci de nous suivre dans cette aventure.

Happiness News

Le Cameroun Positif en 05 nouvelles

1 Lutte contre la corruption : plusieurs milliards recouverts

Bonne nouvelle ! Via le Tribunal Criminel Spécial du Cameroun, près de 04 milliards ont été recouverts en 05 ans. Le montant cumulé des condamnations sur la même période est de près de 105 milliards.

2 Hausse du taux de réussite au Probatoire

En éducation, les résultats de l'examen du probatoire d'enseignement général ont été publiés au cours de ce mois d'août. C'est une petite victoire que de constater que le taux global de réussite pour la session de 2018 est hausse, pour 54,31% contre 37,75% en 2017. Le Sud-ouest occupe la première place avec un taux de réussite de 64,56%.

3 Recrutement de plus de 1700 camerounais dans la Fonction publique

23 concours ont été lancés par le Ministre de la Fonction publique et de la Réforme administrative. Que du positif pour les chercheurs d'emploi qui ont droit à 1759 places, notamment 750 places pour les concours de formation et 1189 pour les concours directs.

4 La production cacaoyère du Cameroun augmente

Selon l'Office National du Cacao et du Café (ONCC), la production commercialisée du cacao camerounais est passée de 231.642 tonnes en 2016/2017 à 253.510 tonnes en 2017/2018. C'est donc une augmentation de 21.868 tonnes, qui aurait été plus importante encore si l'un des principaux bassins en région anglophone n'était pas paralysé.

5 Le Cameroun remporte la finale de l'UNIFFAC U17

Trois buts, dont 02 marqués par Ben Hamed Ndong et Alioum Moubarak, ont donné la victoire au Cameroun lors de la finale de la Coupe de l'UNIFFAC U17. Grâce à cette victoire, les Lions Indomptables se qualifient pour la Coupe d'Afrique des Nations U17 qui va se jouer en Tanzanie plus tard cette année.

Startups

Travailler différemment avec le Coworking

Des centres qui accueillent des dizaines d'autoentrepreneurs, où l'on peut louer un espace de travail, tenir des réunions ou bénéficier de services de bureau, etc., c'est une image de plus en plus fréquente.

Le concept de « coworking », encore appelé travail coopératif, est un type d'organisation du travail qui regroupe deux notions : un espace de travail partagé mais aussi un réseau de travailleurs encourageant l'échange et l'ouverture. Appartenant à l'économie collaborative, le coworking a vu le jour en 2005 aux Etats-Unis, mais il faut toutefois attendre 2010 pour voir apparaître ce système au Cameroun. Aujourd'hui on compte environ une vingtaine d'espaces de coworking au Cameroun, basés pour la plupart à Douala et à Yaoundé. Parmi ces espaces



Aperçu du local d'ActivSpaces à Douala

“
On compte environ
une vingtaine d'es-
paces de coworking
au Cameroun
”

d'épanouissement de startups qui ne peuvent pas toujours se permettre d'avoir leurs propres sièges, l'on peut citer entre autres Brainbooster, Mapubi Coworking, ActivSpaces, O'Botama, Ecolia Labs et IT Kola. Pour en savoir plus, nous sommes allés à la rencontre d'Yves Cédric NTSAMA. Enseignant et ex

Volontaire international de la Francophonie, il a fondé l'association Ecolia Labs avec pour mission de stimuler et d'accompagner l'innovation technologique dans l'éducation au Cameroun. Ladite association a ouvert dans la capitale politique, un espace de coworking dédié aux entrepreneurs.

Interview



Yves NTSAMA

Fondateur Ecolia Labs

“
*Le Coworking
 revient moins cher
 que de louer un
 local ou un bureau*
 ”

 **HAR News** : En quelques mots Yves, qu'est-ce que Ecolia ?

 **Yves** : Ecolia Labs est un espace de démocratisation des nouvelles technologies pour aider les jeunes Camerounais à développer des compétences digitales et entrepreneuriales, afin de créer des entreprises innovantes. Il inclut un incubateur de startups, un centre de formation aux métiers du numérique et un espace de Coworking.

 **HAR News** : Comment vous est venue l'idée d'ouvrir un Coworking Space ?

 **Yves** : Pendant mon séjour en Bulgarie

à Sofia, la capitale, les jeunes entrepreneurs dont je faisais partie avaient l'habitude de se réunir dans des espaces bien aménagés et équipés d'internet, pour développer leurs projets, partager leurs expériences et échanger leurs carnets d'adresses, ce qui contribuait à booster la dynamique entrepreneuriale de cette ville. De retour au Cameroun, j'ai voulu partager avec mes compatriotes ce que d'autres jeunes font de positif ailleurs.



HAR News : Pourquoi le Coworking connaît-il actuellement un fort engouement ?

 **Yves** : Je pense que les jeunes au Cameroun recherchent un environnement qui leur permette de stimuler leur créativité et de s'inspirer mutuellement, un espace qui offre une ambiance plus propice au travail tout en offrant un cadre plus agréable. En plus, un espace de Coworking est un lieu de travail pas cher. Le coût pour profiter d'un espace de Coworking est partagé entre les coworkers, donc cela revient moins cher que de louer un local ou un bureau. Plusieurs équipements professionnels tels que le WiFi, un vidéoprojecteur, une imprimante et une salle de réunion sont accessibles.



HAR News : Quels leviers permettraient de développer davantage le Coworking au Cameroun ?

 **Yves** : Le phénomène de travail collaboratif au Cameroun et en Afrique évoluera extrêmement vite, et s'adaptera aux besoins de ses utilisateurs. C'est pourquoi j'estime que les autorités doivent faciliter son développement en agissant sur 03 axes :

- La labélisation d'un réseau de Coworking à l'échelle nationale, afin de définir un standard et des normes à respecter en termes de création d'espaces de Coworking au Cameroun ;
- L'intégration par l'administration Camerounaise des pratiques de Coworking, afin de favoriser le partage de valeurs telles que le travail collaboratif et l'innovation ;
- Le lancement d'un appel à projets de création de Coworking au Cameroun, afin de soutenir les espaces de Coworking à fort impact économique et social.



Open space chez Ecolia Labs à Yaoundé



Quand vient le temps d'investir, pensez **Afriland First Bank**

S'appuyant sur un modèle de banque universelle, Afriland First Bank, leader du marché camerounais, allie solidité financière, qualité de service et stratégie de croissance durable, afin de mettre sa performance au service du financement de l'économie et des projets de ses clients.

L'intérêt de la clientèle est notre priorité

📍 1063 Place de l'Indépendance 📞 (237) 2 22 23 30 68 / 2 22 23 63 27 @ firstbank@afrilandfirstbank.com 🐦 @Afb_Cameroun
✉ 11 834 Yaoundé - Cameroun 🖨 (237) 2 22 22 17 85 / 2 22 23 91 55 🌐 @afrilandfirstbankgroup 🎧 8050 (Service client 24h/24)

🕒 **Lundi à Vendredi** : 7h30 - 11h45 / 14h30 - 17h45 **Samedi/Jours fériers** : 9h00 - 12h00 / 16h00 - 17h45

🌐 www.afrilandfirstbank.com

Responsable Mboa

le jeu vidéo sur le fonctionnaire camerounais

Responsable Mboa, c'est un jeu comique qui risque de faire rire beaucoup de camerounais, tous à l'exception des fonctionnaires du pays.

Jeu mobile conçu par le Studio Kiro'o Games, il plonge au cœur des réalités la vie du fonctionnaire africain, en s'appuyant sur des clichés du pouvoir, à peu près comme les fameuses chroniques du Gondwana. La signature de Responsable Mboa annonce d'ailleurs très bien les couleurs : « Vous voulez le matricule ? On va vous donner ça ! ».

Selon Ivan Ngounou, designer du jeu, dans un entretien à Jeune Afrique, ils ont « créé un pays imaginaire, le Mboa qui est une caricature de nos États. Le jeu va permettre de simuler de façon comique une vie de cadre de la fonction



publique africaine, en s'inspirant notamment des clichés de la fonction publique camerounaise ».

« *Incarner un jeune homme, espoir de son village, désireux de devenir haut-responsable.* »

« Les joueurs pourront incarner un jeune homme, espoir de son village, désireux de devenir haut-responsable de la République. Saura-t-il gravir les échelons dans la fonction publique de la capitale ? Saura-t-il devenir un « responsable »

de la République ? Le jeu a surtout une visée éducative. Il a pour but d'éduquer en mettant chaque personne aux prises avec la tentation et les conséquences de la corruption », a ajouté Olivier Madiba, le fondateur de Kiro'o Games. Ce jeu sur lequel Kiro'o Games travaille depuis 2016, sera disponible au début de l'année 2019 sur smartphone, sur tablette et sur ordinateur. En attendant, la rédaction vous a préparé une synthèse des réactions à la suite de l'annonce de ce jeu en juillet dernier, notamment sur le réseau social Twitter.



Responsable Mboa

le jeu vidéo sur le fonctionnaire camerounais

Les réactions en ligne



Maï (Afreekane)
@SawaGirl_

This is what I call to think different.
C'est le mélange de la vision et de la passion ! Force à vous... Les habitants du Mboa vous soutiennent jusqu'à la gare 🙌💪



Chedjou Kamdem
@chedjoukm

En réponse à @FankamDW @ResponsableMboa et à 2 autres

Félicitations à l'équipe ! J'ai beaucoup ri durant le trailer. J'attend impatientement le jeu 🔥

23/07/2018 12:38



Kriss Brochec
@KrissBrochec

Est ce qu'en tant qu'espoir de votre village finirez vous par devenir un haut responsable de Mboa?
Un jeu, une création, inspiré de nos réalités en Afrique
Merci @madibaOlivier quand c'est trop il vaut mieux en rire qu'en pleurer 🤔



Le trailer est saisissant de réalité



Steve | Noubissie
@Stevewouendeu

En réponse à @madibaOlivier et @ResponsableMboa

Le succès du jeu ci sera basé sur l'interaction des joueurs. S'il y'a l'option compétition, genre qui sera parmi les joueurs connectés le meilleur fonctionnaire, Ou qui arrivera à la tête en premier. Ce serait bon si c'est compétitif. Ce sera vraiment sujet à la réalité du Mboa

23/07/2018 13:02



Rebecca Enonchong ✓
@africatechie

This is #Cameroon satire at its best!
LOL!!



BeaLobe
@LobeBea

Sharing the last @KIROOGames ' video game trailer by our bro @madibaOlivier

The moment the grandma is blessing the boy with leaves is so typical 😂
Good job on this one bro 🙌



Ange Nyobe
@eddynyobe

Autodérision...Une #Afrique qui se moque d'elle même pour impulser des changements positifs à l'ère du digital.
Kudos @KIROOGames @ResponsableMboa

Une journée avec l'équipe de Facebook au Cameroun

L'on trouve de nos jours peu d'humains qui ne connaissent pas le géant américain Facebook, réseau social créé par Mark Zuckerberg. La semaine du 08 aout dernier d'ailleurs, le Cameroun a reçu une délégation de Facebook, que nous avons eu le plaisir de suivre durant leur périple.

L'essentiel de leur passage au Cameroun a commencé par une audience avec le Ministre de la Communication, Issa Tchiroma, puis une Conférence avec des étudiants de l'ESSTIC sur le campus de l'Université de Yaoundé I, facilitée par Dorothee Danedjo (Mozilla Cameroon). Cela s'est poursuivi le 09 aout 2018 à l'Hôtel La Falaise, par un atelier de travail avec la presse et la société civile.

Le mot



Aida Ndiaye
Facebook Public Policy lead francophone

d'ordre général de cette visite était « fake news », dans une tentative de Facebook d'accompagner le gouvernement camerounais dans la lutte contre la désinformation sur les réseaux sociaux.

Qu'est-ce qu'un Fake news

Ainsi, Lukas Holzer (Facebook Content Policy) et Aida Ndiaye (Facebook Public Policy lead francophone) se sont évertués à former le public présent sur un certain nombre de choses. L'on a notamment appris ce qu'est un fake news, entendu comme une information vraie au départ mais qui est ensuite manipulée, une information fabriquée à partir d'un fait réel puis diffusée sur le web. Son but ? Discréditer les organisations,

déstabiliser les Etats et détruire l'image de personnalités. C'est la dernière élection américaine avec Donald Trump qui est responsable de la montée des fake news dans le monde. Pour le Cameroun, les situations qui ont favorisé la propagation de ce phénomène sont la guerre contre Boko Haram, le conflit anglophone, les décisions de plus en plus contestées des autorités publiques ; tout ceci autour du foyer Facebook qui compte désormais près de 3,4 millions d'abonnés camerounais. Cette journée avec la délégation représentant Facebook s'est achevée par quelques résolutions prises et un petit cocktail, en compagnie d'autres participants tels que Beugas Orain (TIC Mag) et Rigobert Kemmongne (Digital Access).

Baccalauréat, Oui. Et ensuite ?

Alors que la joie et les youyous font encore partie du quotidien des jeunes bacheliers, récemment admis par l'Office du Baccalauréat du Cameroun ou le GCE Board, cette extase laisse peu à peu place à l'angoisse après l'obtention de son premier diplôme pré-universitaire.



“
L'élève de Terminale doit déjà avoir une idée sur ce qu'il veut faire plus tard.
”

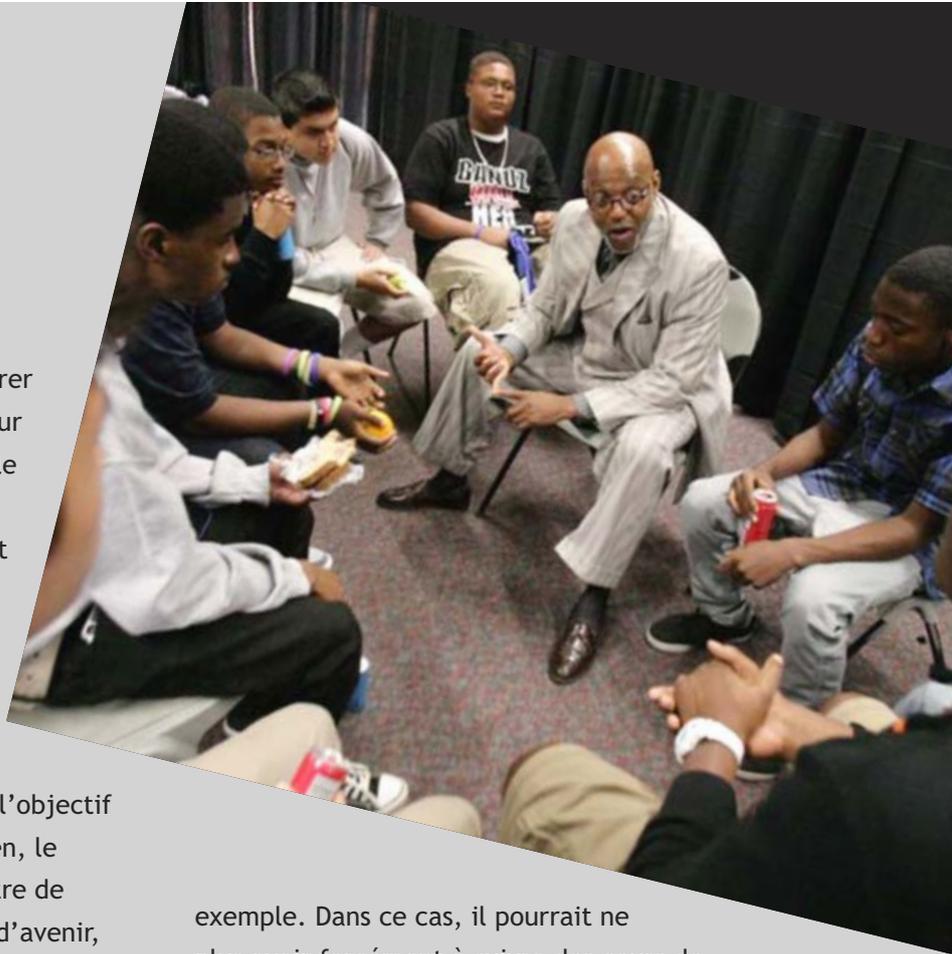
S'il est vrai que chacun croit avoir une vocation, il n'en demeure pas moins que les résultats obtenus au cours de l'année doivent servir de boussole quant à ce qu'on voudrait faire (voire devenir) plus tard après l'obtention du sésame.

Durant les neuf mois qu'il a cravachés pour réussir à son examen de fin d'année, l'élève de Terminale doit déjà avoir une idée sur ce qu'il veut faire plus tard. Ici, il doit faire preuve de réalisme, et, à la lumière de ses notes, notre candidat aux études supérieures doit s'inspirer de ses performances scolaires pour connaître ses forces et faiblesses, savoir ce dans quoi il est le plus à même de s'en sortir plus tard.

Les conseillers d'orientation sont vos amis

Cependant, ce petit exercice peut s'avérer complexe plus qu'il ne paraît. Car le futur bachelier est d'abord plus obnubilé par le fait de réussir son examen avant d'entrevoir la suite. Bien que nourrissant le vœu de réaliser leurs rêves (avec les anaphores « Je veux devenir (...) »), les élèves préfèrent alors viser l'échéance la plus proche avant de commencer leurs prospections dans les campus et autres lieux du savoir. Sans donc perdre l'objectif premier qui est la réussite de son examen, le novice peut de temps à autre faire montre de curiosité : se renseigner sur les métiers d'avenir, la formation à suivre pour entamer une carrière de x, les perspectives de carrière quand on suit tel cursus, où suivre cette formation. Autant de questions dont il pourrait trouver les réponses auprès de conseillers d'orientation qui sont à mesure de mieux les guider et les informer sur l'environnement du travail.

En s'informant en étant encore sur les bancs, le futur bachelier peut maximiser l'apprentissage sur certaines matières sachant qu'elles lui permettront d'avoir de meilleures connaissances plus tard, lorsqu'il présentera un concours par



exemple. Dans ce cas, il pourrait ne plus avoir forcément à suivre des cours de préparation pour entrer dans une grande école qui le forme à son métier.

Renoncer à sa passion ?

Pour les passionnés, il faut dire qu'il devient de nos jours, de plus en plus difficile de réaliser ce qu'on a toujours voulu faire. Il peut s'avérer que ce qu'on envisageait de faire plus tard soit plus complexe que cela n'y paraissait : par exemple de longues années d'études donc d'importantes ressources financières, manque de spécialisation sur le plan local ou déception concernant la rémunération. Par conséquent, il faut parfois embrasser une formation plus par nécessité d'un emploi que par vocation.

N'empêche, si on est véritablement passionné par un métier, on peut se le réserver pour plus tard, le temps d'acquérir des connaissances connexes dans un domaine semblable ou alors en faisant ses premiers pas sur le marché du travail pour financer ses études ultérieurement. L'important après le baccalauréat c'est donc de bien s'orienter, s'adapter à l'environnement du travail ou parfois, prendre la dure décision de renoncer à sa passion !



Musique urbaine Camerounaise

Les étoiles montantes Locko et Tenor

Depuis quelques années, la scène culturelle camerounaise vit l'essor considérable de la musique urbaine. Cette dernière, définie par le blogueur camerounais Atome comme « Toute musique qui est composée organiquement avec des sonorités hip-hop ou dérivant de celui-ci », a pris le pas sur les autres formes de musique, au point de se positionner bien au-delà des frontières nationales.

De ci à là, émergent de nombreux artistes qui s'imposent progressivement face aux ténors de la musique urbaine africaine, grâce à leur talent et oui, à leur charme. D'eux entre eux se sont

démarqués récemment, en signant avec le géant Universal Music Africa, une maison de disque bien connue. Petit focus sur Locko et Tenor.

Charles Arthur Locko Samba alias LOCKO

Né en 1992 au Cameroun, Locko est un auteur-compositeur, chanteur, guitariste & claviériste, et adepte de R&B. A ce style, il injecte divers genres musicaux tels l'afro-pop, afro-dance, dancehall, bikutsi, assiko, mangambeu, makossa, etc. Il est considéré comme l'un des meilleurs artistes

urbains au Cameroun à l'heure actuelle. En 2017, il est triple nominé au Canal d'Or et remporte le Prix de la Meilleure révélation musicale, du Meilleur artiste ou groupe de musique urbaine masculin, et enfin du Meilleur vidéogramme.



Mengoumou Ayia Thierry Alias TENOR

Né en 1998, il est désigné par la chaîne de télévision Trace TV comme le « phénomène du rap africain ». Communément appelé Mr Le Fiang - Le Way - Le Yamo, il évolue depuis novembre 2017 sous le label international Universal Music Africa. Tenor a commencé sa carrière musicale en 2014, et s'est fait connaître sur

la scène nationale et internationale en 2016 grâce au succès de son titre "Do le Dab". A son actif, on recense une centaine de concerts à travers le Cameroun en 2017 et plusieurs nominations au Cameroun et à l'international.

Art de vivre

Comment bien se tenir à table

Comment se comporter à table durant un repas, un dîner ou encore un gala... Cela peut sembler évident mais en observant comment les gens se tiennent autour de nous, durant des événements ou au restaurant, l'on constate que plusieurs règles considérées comme basiques ne sont pas respectées. Voici donc 10 conseils pour devenir des ladies et gentlemen des temps modernes.

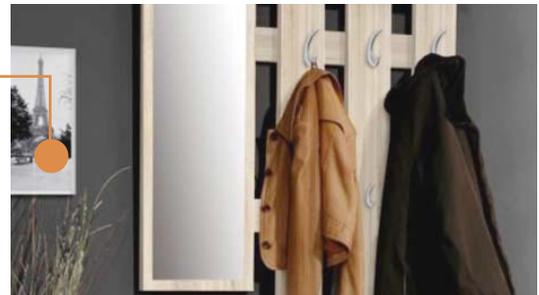


1. Les hommes ne s'assent pas à table avant les femmes.

Les hommes ne s'assent pas à table avant les femmes. En réalité, la préséance veut que l'occupation des places se fasse de la femme la plus âgée à l'homme le plus jeune. Pour les messieurs, tirez la chaise de la femme la plus âgée ou de votre épouse.

2. Laissez votre veste dans le vestiaire.

Laissez votre veste dans le vestiaire s'il y en a un, ou alors placez la soigneusement sur le dossier de votre chaise ceci avant de vous asseoir. Aussi, soulevez légèrement la chaise pour vous rapprocher de la table. C'est mieux que de faire grincer la chaise en la tirant sur le sol. Le bruit est désagréable.



3. Lavez-vous toujours les mains avant de manger.

Lavez-vous toujours les mains avant de manger. Non seulement c'est plus hygiénique mais vous éviterez aussi de salir les verres et les couverts.

4. Ne posez que vos avant-bras sur la table et surtout pas les coudes.

Durant le repas, ne posez que vos avant-bras sur la table et surtout pas les coudes ! En effet, le mouvement doit être de telle sorte que le couvert vienne vers votre bouche, au lieu que ce soit vous qui penchiez la tête vers votre assiette. Après le repas, vous pouvez mettre vos coudes sur la table.





5. La serviette se place sur vos cuisses.

Ne vous laissez pas tromper par les films où les mafieux l'accrochent à leurs cols en dinant. Par contre, vous êtes autorisé à accrocher la serviette autour du cou de vos enfants.

6. Réglez votre téléphone mobile en mode silencieux.

L'utilisation du téléphone est un point important. Retenez qu'il est très impoli de le regarder lorsque vous êtes à table. Si vous attendez un appel important, avertissez votre/vos interlocuteur(s) au début du repas. Et plus tard lorsque vous répondrez au téléphone, levez-vous immédiatement de table.



7. Se servir des couverts de l'extérieur vers l'intérieur.

Savez-vous qu'on se sert des couverts de l'extérieur vers l'intérieur ? Par ailleurs, on rompt le pain avec ses doigts, plutôt que de le couper avec son couteau. A la fin du repas, on pose ses couverts parallèlement à son assiette.

8. Ne parlez pas la bouche pleine.

Si l'on vous pose une question et que vous avez la bouche pleine, faites un signe d'attendre à la personne, en pointant votre doigt vers votre bouche ou vers le haut.



9. Ne s'en aller que quand tout le monde a fini de manger.

Assurez-vous que tout le monde ait fini de manger pour proposer de s'en aller et enfin, Messieurs, n'oubliez pas de tirer la porte aux dames pour qu'elles sortent en premier.

10. On ne s'installe à table qu'après l'invitation de la maitresse de maison.

On ne s'installe à table qu'après l'invitation de la maitresse de maison. Pensez aussi à attendre que la maitresse de maison commence à manger pour commencer vous-même, quel que soit le plat.





**Tous les chemins
mènent à Rome...**

**Non, tous les
chemins mènent
au COLISÉE.**



LE COLISÉE

Restaurant - Glacier - Lounge



Face Ambassade de Russie,
Bastos, Yaoundé.

Réservation
698 657 070 / 690 161 603



Football

Le Cameroun passe à la puissance 4

Une correspondance adressée à la Fédération Camerounaise de Football (FECAFOOT) par le Secrétaire Général de l'instance faitière du football africain donne à nouveau deux places aux clubs camerounais dans chacune des deux compétitions phares interclubs continentales.

On connaît déjà le trio qui représentera le Cameroun en compétitions interclubs de la Confédération Africaine de Football (CAF). Coton Sport de Garoua, tout fraîchement couronné champion du Cameroun 2017/2018, et UMS de Loum, son dauphin, disputeront la prochaine Ligue des champions africaine.

«
Contrairement à la saison dernière, le Cameroun présentera donc quatre clubs en compétitions interclubs de la CAF.
 »

Troisième lors de la saison qui vient de s'achever, Bamboutos de Mbouda jouera la Coupe de la confédération. Comme le club des Grassfield, le vainqueur de la prochaine Coupe du Cameroun disputera cette compétition.

Contrairement à la saison dernière, le Cameroun présentera donc quatre clubs en

compétitions interclubs de la CAF. L'information a été donnée par Anthony Baffoe, le secrétaire général adjoint football et développement de la CAF. De la note transmise à la Fédération camerounaise de football le 20 juillet dernier, on apprend ainsi que le Cameroun est à nouveau dans le Top 12 des pays africains qui peuvent engager deux clubs dans les deux compétitions phares de l'instance faitière du football africain. En effet, selon le classement publié par l'institution, le Cameroun a gagné deux places, passant de la 13e à la 11e. Ce qui lui permet d'avoir quatre représentants en compétitions interclubs comme les autres pays de ce Top 12 dominé par la Tunisie.

Remontée

Il aura donc fallu une année pour que les formations locales

haussent leur niveau de jeu. Après des piètres participations lors de l'édition 2016/2017 de la Ligue des champions africaine et de la Coupe de la confédération, les clubs nationaux ont amélioré leurs performances lors des éditions actuelles de ces compétitions, malgré l'élimination de ses deux représentants (Eding Sport de la Lekié, champion du Cameroun en 2017 et New Stars de Douala, vainqueur de la Coupe). S'agissant de la Coupe de la Confédération, hormis Bamboutos qui participera à la Coupe de la CAF, l'identité du vainqueur de la Coupe du Cameroun, qui participera également à cette épreuve, doit être connue avant le 15 octobre, date butoir fixée par la CAF.

Règlement

Le classement de la CAF relatif à la saison 2018/2019 des

compétitions interclubs concerne davantage les clubs et non les sélections nationales comme celui de la FIFA. Celui-ci se base sur le Classement 5-Year de la CAF, utilisé pour déterminer le nombre de clubs de chaque fédération membre de la CAF qui pourra participer aux compétitions continentales. À l'heure actuelle, les fédérations classées dans les douze premiers peuvent présenter deux participants dans chacune des compétitions continentales des clubs africains. Pour les autres, ils ne peuvent en présenter qu'un seul par compétition. Le classement est établi sur la base des résultats des cinq dernières saisons terminées des clubs, avec un décalage d'une année.



Photo Reportage

BWOI organise sa 1ère causerie “Vin au Féminin”

Le 04 aout dernier à la Maison du Café de Yaoundé, a eu lieu la 1ère édition de « Vin au Féminin ». Sandwichs, cocktails, café et échanges étaient au cœur de cette causerie féminine organisée par le magazine Black Women of Industry, fondé par Gaëlle Onana et Ségolène Moussala, en partenariat avec Orange Cameroun et BVS Cameroun. Rendez-vous le 29 septembre au Restaurant L'Olivier, à Douala, pour la 2nde édition.





Le meilleur des bonnes adresses du Cameroun



Le Bacchus
Restaurant et Bar à vin suisse.
Décor cosy. Yaoundé Elig-Essono.
Ouverture : de Mardi à
Dimanche. 12H – 22H.
Téléphone : 698 598 802.



Afro Yaca Drum
Boutique Afro-chic. Confection de
vêtements, sacs, bijoux et
accessoires femmes et hommes à
base de pagne. Tsinga Dubaï,
Yaoundé.
Contacts : 654 266 296
693 247 486



Clinique Beauté Minceur
Centre de beauté et de remise en
forme. Salle de sport disponible.
Situé à Etoa-Meki, entrée foyer
Bandjoun. Horaires : Lundi –
Samedi. 9H – 19H.
Tel : 243 655 477.



Hôtel Mont Fébé
Rue du Monastère, Yaoundé.
Chambres avec vue sur la
végétation de la montagne ou sur le
golf de la ville.
Réservation : 222 21 40 02.



Body Life
Centre de remise en forme.
Spécialités : Suivi médical, Suivi
diététique, Suivi Sportif et Thalasso
Thérapie. Quartier Nylon, Yaoundé.
Coordonnées : 673 170 608
bodylifhc@gmail.com



Shu Anta
Institut de spa et bien-être. Vente de
produits cosmétiques. Massages et
soins de visages. Nlongkak,
Yaoundé, Cameroun. Rond-point
Nlonkak, Yaoundé.
Tel : 6 99 19 55 46.



Le Colisée
Restaurant, Glacier et Bar Lounge.
Ancien CAMTEL Bastos, Yaoundé.
Ouverture à 10H. Chicha et billard
disponibles. Réservation :
698 657 070 – 690 161 603



Boukarou Lounge
Restaurant et Live Music. Ambiance
en famille, entre amis, ou en mode
afterwork. Rue De Narvik, face
Djeuga Palace, Yaoundé. Réservation :
6 95 45 28 28.
Ouvert 24H/24.



Eyliam
Institut de beauté spécialisé dans le
regard et le sourire. Cils, Sourcils et
Dentition. Bastos, Face Goethe
Cameroun, Yaoundé. Réservation :
679 076 063.



Loft de Kaja
Restaurant et Galerie d'art. Cuisine
française et européenne. Salles
privées disponibles. Bastos, Angle
Ambassade de Belgique, Yaoundé.
Tel : 678 921 865.



Centragel
Alimentation & boucherie. Pas loin
du carrefour Bastos, Yaoundé.
Fermeture à 19H.
Contact : 2 22 20 84 74.



CLINIQUE DU BON SECOURS
NOUS PRENONS SOIN
DE VOTRE SANTE
NKOLDONGO, RUE ZE MENDOUGA,
YAOUNDÉ - CAMEROUN
CONTACTS : 222 22 19 35 - 672151515

VOUS ÊTES AU CAMEROUN ET EN QUÊTE DE BIEN-ÊTRE ET LOISIR ?
L'AGENCE DE PROMOTION COMMERCIALE DREAMER A LA SOLUTION !

CONTACTEZ NOUS !

- ADRESSES DES MEILLEURS RESTAURANTS, SPA, HÔTELS...ETC
- ACTIVITÉ FUN OU ATYPIQUE POUR VOS ENFANTS PROPOSITION D'ACTIVITÉ
- IDÉE ORIGINALE POUR ANNIVERSAIRE, ENTERREMENT DE VIE DE JEUNE FILLE...ETC

@dreameragency @dreamer_agency dreamercameroun THEDREAMER.COM

VOUS ÊTES PRESTATAIRE DE SERVICES, SPA, HÔTEL, CENTRE DE SPORT, RESTAURANT, INSTITUT DE BEAUTÉ, SITE TOURISTIQUE...ETC.
OU ENTREPRENEURS ?
DÉCORATEUR, DESIGNER, DANSEUR, MUA ARTISTES, PHOTOGRAPHE, MODÈLE...ETC.

CONTACTEZ NOUS !

- CRÉATION D'UN PROFIL ACTIF AVEC PHOTO PRO
- DIFFUSION DE VOS PUBS ET PROMOS À TRAVERS NOS LISTES DE DIFFUSION
- ÉCONOMIE SUR VOTRE BUDGET MARKETING

@dreameragency @dreamer_agency dreamercameroun THEDREAMER.COM





Ici, toute l'info

VOTRE NOUVELLE CHAÎNE D'INFORMATION EN CONTINU
YOUR 24H NEWS CHANNEL



CRTLweb



CRTL_web



www.crtl.cm