



MAGAZINE

LES ECHOS

De la Croix Bleue Tchadienne

JUIN 2023 | N°15



JOURNEE MONDIALE SANS TABAC



NEW
Interview de M. **BEDINGAR NGAROSSORANG**, Coordonnateur du Projet à la CBT. Rétrospective du premier semestre et perspectives prometteuses pour les vacances : La Croix Bleue Tchadienne se prépare à encadrer les jeunes avec détermination



AMAYA ABBA Mahamat une jeune poète féministe à la plume d'or pour la cause de la jeune fille et femme.

Editorial (Page 2)

La cigarette et la chicha : laquelle est la plus dangereuse ?

Temoignage (Page 4)

Mahamat Henry Président du groupe d'entraide mutuelle du sixième arrondissement

Avenir (Page 6)

Le club du campus de hardjeb-doumail a un nouveau bureau

VOX POP (Page 7)**New** (Page 3)Interview de M. BEDINGAR NGAROSSORANG
Coordonnateur du Projet à la CBT**Talent** (Page 5)

Découvrons Mlle. AMAYA ABBA MAHAMAT

FLASH BACK EVENT (Page 6)

Les étudiants de l'INJS ont bénéficié d'une formation donnée par la croix bleue tchadienne en lifeskills

Blague (Page 7)**Editorial****LA CIGARETTE ET LA CHICHA :
LAQUELLE EST LA PLUS DANGEREUSE ?**

Fumer la chicha est aussi nocif que fumer la cigarette. Les risques de cancer, de dépendance et les effets secondaires sont importants pour le fumeur mais aussi pour les autres personnes car la fumée d'une chicha délivre autant de monoxyde de carbone et autant de goudron que la cigarette. Au-delà du risque de dépendance, les effets de la chicha sur la santé sont réels. Une séance de 45 min à 1h de chicha équivaut à 40 cigarettes fumées soit 2 paquets entiers ! Tu es exposé aux métaux lourds, aux substances toxiques irritantes et cancérigènes, aux goudrons, aux particules fines. Et leurs conclusions sont plutôt dramatiques : comparée à une cigarette, une chicha apporte au fumeur 125 fois plus de fumée, 25 fois plus de goudron, 2,5 fois plus de nicotine et 10 fois plus de monoxyde de carbone. Cette consommation provoque à court terme une dégradation de la fonction pulmonaire, une augmentation de la pression sanguine et une hausse de la fréquence du rythme cardiaque. Elle peut être la cause d'une intoxication aiguë au monoxyde de carbone et d'une inflammation des lèvres et de la cavité buccale. Pour le traitement en cas de détérioration du poumon, une seule et unique solution qui existe pour décrocher les poumons d'une personne qui fume, et d'arrêter définitivement la cigarette ! Aucune autre alternative ne permettra d'éliminer les goudrons et substances toxiques accumulés dans les alvéoles pulmonaires. Pour accompagner ce processus il est recommandé de consommer les aliments tels que Les oignons, Le gingembre, Le pamplemousse et les noix du brési. Elle est riche en vitamine E et en sélénium, une substance qui réduit les risques des cancers de la prostate et le poumons, les maladies cardio-vasculaires.

www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org**MADJITOLOUM JACQUES JUCELIN****EQUIPE DE REDACTION****Directeur de publication:**Bedingar Ngarossorang
Tel: +235 66 31 51 33**Rapporteurs:**Mbahornom Assidjim christ
Tel: +235 68 76 65 16**Conseiller à la rédaction:**Gonba Tao Anatole
Tel: +235 66 41 18 96Kouvourbé Germaine:
Tel: +235 68 29 68 59Woral Nina
Tel: +235 62 64 20 31**Rédacteur en chef:**Nang-yanan Raoul
Tel: +235 68 10 05 08**Consultant**Raphaël Lambéi Sal
Tel: +235 63 45 54 44**Secrétaire Rédacteur:**Madjitoum Jacques
Tel: +235 68 27 88 58**Infographie:**Moubarak Hlama
tel: +235 60 69 78 68**LA CROIX BLEUE TCHADIENNE**

Siège :

Avenue TOM Imane Daman
Chagoua, Porte N 128, 7ème Arrondissement

BP : 4284

+235 66315133 / 66412097 / 66411896

www.lacroixbleuetchadienne.orgcontact@lacroixbleuetchadienne.org[@lacroixbleuetchadienne](https://www.facebook.com/lacroixbleuetchadienne)**VOX POP****La consommation de la cigarette dans les lieux publics devient de plus en plus récurrente et constitue l'une des causes des maladies infectieuses. Que pensez-vous de cette situation?**

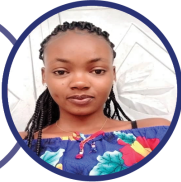
Je pense que consommer la cigarette dans les lieux publics même est interdit, puisque fumer à l'air libre peut rendre non seulement le fumeur malade mais aussi son entourage. Les risques d'avoir les maladies comme le cancer sont grands, raison pour laquelle il est écrit derrière les paquets de cigarettes « fumer est dangereux pour la santé »

CLAIRE NOUBA / élève au lycée Féminin Bilingue d'Amriguebe

A mon avis, fumer dans un lieu public est de l'ignorance, puisqu'ils ne savent pas que cela peut avoir des répercussions sur la santé de leur entourage alors il serait nécessaire de sensibiliser les consommateurs de la cigarette afin qu'ils connaissent les méfaits du tabac et comprennent qu'ils sont entraînés de polluer l'environnement.

GRACE TOMALTA / Etudiante au campus de toukra

Je pense que fumer en public est un acte ignoble et malsain. Un lieu public est un endroit fréquenté par plusieurs personnes. Celui qui fume dans un lieu public met en danger son entourage qui est considéré comme fumeur passif. Fumer dans les lieux publics est un empoisonnement et cet acte est formellement interdit et reprehensible par la loi.

MELOME CHANCELA / Etudiante au campus de Toukra**MBAIHORNOM ASSIDJIM CHRIST****Chérubin** : bonjour boy, vrai kéh dah je suis fatigué de la vie. Tous les jours ma situation vas de mal en pire... Les idées en désordres dans ma tête.**Judicaël** : à l'heure là mogola seule façon pour moi d'enterrer mes soucis, c'est la cigarette. Je prend sa un tour et puis je dors... fais comme moi.**Chérubin** : péhi l'affaire de ciga dah vrai je peux pas. Y paraît que quand tu prends sa une fois déjà, tu deviens dépendant. D'ailleurs c'est pas mon monde.**Judicaël** : toi tu as les yeux bandés. Tu connais quoi même ? genre moi qui fume dah je suis dans le monde quoi ? J'étais hosanna comme toi... je détestais sa grave mai j'avais goûté une fois... le goût dépasse même la nourriture. D'ailleurs quand tu prend, tu n'as plus besoin de manger.**Chérubin** : mon ami je peux pas te suivre dans cette pratique. La cigarette nuit à la santé de l'homme et cause des cancers, c'est dangereux et je n'ai jamais goûté à sa...**Judicaël** : attend c'est toi qui connaît tout quoi ? Tu as appris sa où même ? Si tu n'aimes pas que ton esprit voyage reste dans ton Monde des idées, moi je fume mon truc oklm et j'ou-bli mes soucis... toi tu es une voiture sans fare. Villageois **Chérubin** : c'est pas que je suis villageois. Ahhann j'ai écouté parlé de sa lors des sensibilisations faites par les pairs de la croix bleue. La cigarette est dangereuse pour notre bien être. Tu sais pourquoi t'es dents sont devenues toutes noires comme minuit de la nuit ? Pourquoi tu tousses sans arrêt ? C'est les retombées de ta cigarette.**Judicaël** : haaannnnn donc c'est sa ? Mon ami pour être franc hé souffre mais bon je ne sais comment faire pour arrêter cela ?**Chérubin** : il fallait dire sa depuis... koh je souffre. ok si tu comptes vraiment arrêter alors laisse un écrit dans les boîtes à suggestions tout en laissant ton numéro, ils vont t'appeler en secret et mieux t'orienter...**Judicaël** : mais vrai boy Je te croyais une torche sans pile mais bon je me suis trompée hein... merci bien.**BLAGUE****WORAL NINA**



LE CLUB DU CAMPUS DE ARDEP-DJOURNAL A UN NOUVEAU BUREAU

Dans le cadre de la redynamisation des activités du club de compétences de vie courante de la Croix Bleue Tchadienne. L'équipe de la Croix Bleue conduite par son Coordonnateur M. **BEDINGAR NGAROSSORANG** a fait une descente dans la matinée du 29 Mai 2023 au sein dudit campus. Cette visite a pour objet de galvaniser le club, doter ses membres des connaissances sur la Croix Bleue en général et celle du Tchaden particulier. Cette redynamisation est intervenue suite aux plaintes des membres qui ont émis le vœu de changer et de mettre sur pied une équipe dynamique pour la poursuite de la mission et les objectifs de la Croix Bleue Tchadienne au campus. Cette rencontre s'est soldée par la mise sur pieds d'un nouveau bureau composé de cinq (5) personnes qui sont:

- Président: Djassindi Abdias Guirngue ;
- Vice présidente: Prudence Faibra
- Secrétaire général : Allahrayam Marius
- Trésorier général : Nodjitouloum Isidore
- Chargé des Activités Culturelles : Saleh Ganga

MADJITOLOUM JACQUES JUSCELIN

FLASH BACK EVENTS

LES ÉTUDIANTS DE L'INJS ONT BÉNÉFICIÉ D'UNE FORMATION SUR LES LIFESKILLS DONNÉE PAR LA CROIX BLEUE TCHADIENNE

Dans sa politique de prévention contre l'alcoolisme, le tabagisme des autres toxicomanies, les IST/VIH/SIDA et des violences basées sur le genre en milieux jeunes, la Croix Bleue Tchadienne a organisé une formation visant à doter les étudiants en fin de cycle de l'Institut National de la Jeunesse et du Sport (INJS) des compétences de vie courante (CVC). Cette formation qui a eu lieu le 06 Mai 2023 de 8H à 17h dans la salle de conférence de l'INJS est portée sur plusieurs modules allant de la connaissance de la Croix Bleue Tchadienne et ses actions de prévention aux lifeskills ou CVC. C'est par une photo de famille que la formation a pris fin .

MBAÏHORNOM ASSIDJIM CHRIST



NEWS

Rétrospective du premier semestre et perspectives prometteuses pour les vacances : **La Croix Bleue Tchadienne se prépare à encadrer les jeunes avec détermination**

ECHOS : Présentez-vous

BEDINGAR : Je m'appelle BEDINGAR NGAROSSORANG, je suis le coordonnateur de projet à la Croix Bleue Tchadienne.

ECHOS : Quelle appréciation faites-vous des activités planifiées et déjà réalisées ?

BEDINGAR : Ce premier semestre s'achève globalement bien, malgré quelques événements malheureux survenus dans le Tchad profond.

La période a été relativement calme sur le plan social, ce qui nous a permis de mener nos activités sereinement. Dans l'ensemble, nous estimons que le taux de réalisation est d'environ 90%. À noter qu'au cours de la deuxième partie du semestre, nous avons fonctionné avec seulement 3 animateurs sur 4, ce qui a légèrement affecté la réalisation de certains indicateurs. Les résultats restent néanmoins satisfaisants.

ECHOS : Bientôt, les vacances approchent. Quelle stratégie sera mise en place pour encadrer les pairs éducateurs ?

Comme chaque année, nous prévoyons d'organiser des camps de formation d'une durée de sept jours pour les pairs éducateurs identifiés tout au long de l'année. Le premier camp mixte, qui aura lieu début août, accueillera soixante-treize pairs éducateurs, tandis que celui réservé exclusivement aux filles se déroulera en septembre avec la participation de 46 jeunes filles. Ces camps seront l'occasion de renforcer les compétences des pairs éducateurs sur nos thématiques, tout en favorisant la mixité, la cohabitation pacifique et le vivre ensemble pour les jeunes, sans discrimination ni exclusion.

ECHOS : La Croix Bleue Tchadienne lance le processus de recrutement d'un nouvel animateur. Quelles sont vos attentes pour ce nouveau recrutement ?

BEDINGAR : Le processus de recrutement est maintenant terminé et nous espérons avoir trouvé la personne idéale. Nous recherchons quelqu'un de motivé, engagé dans le travail social et prêt à avoir un impact positif sur la vie des jeunes. Nous espérons que notre choix s'est avéré judicieux et il appartient désormais à la personne sélectionnée de démontrer qu'elle est à la hauteur de nos attentes.

ECHOS : Votre mot de fin.

BEDINGAR : Nous entrons dans la période des vacances, une période qui est souvent associée à des tentations négatives. C'est le moment où les jeunes ont le plus besoin de compétences de vie courante pour faire face aux défis qui se présentent à eux. Nous les avons suffisamment équipés pour résister à tout cela. À eux de faire bon usage de ces outils. Bonnes vacances à tous !



Propos recueillis par **MADJITOLOUM JACQUES JUSCELIN**

TEMOIGNAGES



MAHAMAT HENRY PRÉSIDENT DU GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE DU SIXIÈME ARRONDISSEMENTS

ECHOS: partager avec nous votre expérience de la vie pendant l'alcoolisme et qu'est ce que la croix bleue vous apporté comme soutien.

Mahamat: Tout d'abord je tiens à remercier du plus profond de mon cœur la Croix bleue tchadienne qui m'a apporté un aide qui m'a permis de m'abstenir de la consommation de l'alcool du tabac et les dramatos. Au depuis c'était difficile de tenir le coup. Mais à la deuxième années j'ai pu tenir le coup et cela grâce au cours et aux formations que nous je reçois à la croix bleue tchadienne. Lors de ces formations on nous appris à comment nous abstenir part cette tenir de réduire de moitié la consommation, encore la moitié de la moitié pour enfin arrêté définitivement. Et c'est grâce à cette technique que j'ai arrêté définitivement aujourd'hui.

ECHOS: En qu'elle année avez vous commencé la consommation de l'alcool et avez vous arrêté en qu'elle année ?

Mahamat: J'ai commencé la consommation de l'alcool des mon bas âge. J'ai commencé à prendre conscience et arrêté la consommation en 2017 date à la quelle j'ai rencontré la Croix Bleue Tchadienne. Durant l'année 2017 c'était pas facile pour moi je pensais que je ne pourrais pas tenir. Mais en 20218, j'ai pu tenir ce Paris et arrêté définitivement la consommation de l'alcool Quel appréciation faites-vous de votre vie actuel après l'arrêt définitive de la consommation d'alcool tu tabac et les autres stupéfiants ? Je suis fier de cette vie car avant personnes ne me faisais confiance que sa soit dans la famille ou dans le quartier. Personnes ne considéré. Mais aujourd'hui on me fait confiance et on me Confie même des responsabilités dans la famille aujourd'hui et



MADJITOLLOUM JACQUES JUSCELIN

TALENT

AMAYA ABBA MAHAMAT UNE JEUNE POÈTE FÉMINISTE A LA PLUME D'OR POUR LA CAUSE DE LA JEUNE FILLE ET FEMME.

Amaya Abba Mahamat Une Jeune Poète Féministe au Plume d'Or pour la Cause de la Jeune Fille et de la Femme. Amaya Abba Mahamat, née le 08/03/2003, est une jeune poète engagée



dans la défense des droits des filles et des femmes. Issue d'une famille modeste, avec une mère au foyer et un père à la retraite, ancien chef de section à la mairie centrale de N'Djamena, Amaya est une jeune fille musulmane qui trouve sa voie à travers la poésie.

En tant que paire éducatrice à la Croix Bleue Tchadienne et élève au Lycée IBRAHIM MAHAMAT ITNO, Amaya s'est tournée vers la poésie suite à ses constats sur les violences infligées aux filles et aux femmes. Pour elle, la vie n'a pas de valeur si elle n'est pas appréciée à sa juste mesure. C'est pourquoi elle accorde une grande importance à l'émancipation des filles et des femmes, les encourageant à prendre leur destin en main, à dénoncer les violences et à se faire reconnaître dans le monde.

Voici un extrait de sa plume intitulé "Sujet Tabou" :

"Ils préfèrent parler d'amour, de tout sauf de la porte par laquelle les Hommes voient le jour.

Quelle est la valeur de la vie si elle n'a pas de prix ?

La femme que je suis n'a pas choisi

d'être femme, mais vous avez fixé un prix à ma condition. C'est une histoire dans la grande, une mise en abîme, une histoire intime dans le temps et l'espace. Je déclame mes drames devant vous, Messieurs et Dames, je suis une fille, une sœur, une épouse, une mère, mais surtout... je suis une femme.

On me proclame huitième merveille avec ironie, alors que vous condamnez mes entrailles. Les affaires des dames, disent-ils, cette tâche rouge sur ma jupe et cette odeur caractéristique... Sujet tabou, ils préfèrent parler d'amour, de tout sauf de la porte par laquelle les Hommes voient le jour.

Quelle est la valeur de la vie si elle n'a pas de prix ?

La femme que je suis n'a pas choisi d'être femme, mais vous avez fixé un prix à ma condition. Un prix que je ne peux pas toujours payer, dans ma petite campagne, ma houe ne m'essuie pas quand je saigne, je suis obligée de porter de petits tissus de pagne, attirant moi-même les maladies qui pourraient m'emporter...

Alors Messieurs, si naître femme est un crime, moi je plaide coupable, mais si le droit me permet de manger à votre table, je proteste. Payer plus que ce que je peux tirer de mes ventes, être reléguée au rang de ce qui compte le moins, car du sang coule entre mes jambes. Je proteste contre cette société qui cherche à redresser l'homme sans avoir élevé le fils.

Propos recueillis par **NANG-YANAN RAOUL**