

## A faire

### L'éducation physique



S'il est un endroit que tous devraient fréquenter (au moins une fois par semaine pour ceux qui sont plus occupés que le reste du monde), c'est le gymnase et les lieux d'exercices physiques qui sont les plus indiqués. Le sport si négligé par certains est une partie indispensable pour la santé. Il forme non seulement un physique de rêve, mais aussi et surtout l'objet moral que l'on croit ne pouvoir remplir que par une montagne de préceptes qui sont autant de paroles et d'écrits répétés et pour lesquels il faut rester des heures à presser son fessier sur un vulgaire siège. L'EPS lui procède plutôt par des exercices qui relaxent, qui plaisent et qui permettent aux personnes de jouer tous ensemble, en public. Ils aspirent ainsi à des buts communs, à une concurrence objective, à

l'émulation. Avec le sport, il ne s'agit pas seulement de se faire un corps robuste, agile et ferme, mais surtout de nous accoutumer de bonnes heures à la discipline, l'égalité, la fraternité, la compétition, à la capacité de pouvoir s'exprimer sous de multiples regards et à désirer l'approbation publique. Ne perdez donc plus le temps, rejoignez-nous dans les complexes et les lieux d'exercices physiques. Le coaching pour nous est une raison sociale.

Jullo Song (coach sportif à Malangue)



Training au parking de l'Hôpital Général

## Jeunesse engagée

### Pour la protection de l'environnement

Les jeunes des associations ont compris le message et sont à pied d'œuvre pour l'assainissement de nos quartiers, le nettoyage des rigoles, la sélection des ordures et déchets ménagers ainsi que leur transformation. Dans le souci d'apporter notre contribution aux politiques d'hygiène et de salubrité menées par HYSACAM et la Communauté Urbaine de Douala, RECUP JEUNESSE a rejoint les associations de son réseau (l'AJEPAPROVV de TERGAL à Douala 3ème, l'ASJBB de DLA 5ème, la Fédération des Jeunes pour la Paix Mondiale et bien d'autres) qui avaient déjà une avance sur la pré collecte, le traitement des ordures et la protection de l'environnement. Nous comptons ensemble faire de Douala la ville la plus Propre du Cameroun.



TERGAL et MALANGUE  
un partenariat efficace pour l'assainissement

## Devoirs

### Les 10 commandements de la maternelle

- 1- Tu me réveilleras gentiment chaque matin sans toutefois me brutaliser.
- 2- Tu dois toujours bien me coiffer.
- 3- Tu dois toujours me tailler les ongles.
- 4- Tu dois toujours me mettre des vêtements propres et bien repassés.
- 5- Tu penseras toujours à mettre le goûter dans mon sac en le variant.
- 6- Tu ne me laisseras jamais seul sur la route.
- 7- Tu rencontreras ma maîtresse au moins une fois par mois.
- 8- Tu m'aideras à faire mes devoirs sans toutefois écrire dans mon cahier.
- 9- Tu ne me feras pas attendre à l'école après la sortie.
- 10- La maîtresse ne me laissera jamais aller au petit coin seul.



Sylvie Vartante Djuitcha  
(Directrice d'école  
LES DINAUSORES)