ASSOCIATION INTERNATIONALE POUR LA PAIX ET LE DEVELOPPEMENT EN AFRIQUE (IAPDA)

BP 15043 DOUALA / Tél : 00237 696968898 – 677557770
Email: iapda_cam@hotmail.com : web site :www.iapdacam.org
Membre de l'UNION PANAFRICAINE DES BATISSEURS DE PAIX (UPABP)
Et du Réseau Camerounais des Organisations des Droits de l'Homme (RECORH)
Récépissé de déclaration N° 372/D.37/D.14/1/Vol.8/110/BAPP

1er ATELIER DE FORMATION DES VOLONTAIRES DE LA PAIX

RAPPORT D'ACTIVITES - JIP 2018
DU 19 AU 20 SEPTEMBRE 2018
Douala, CODAS CARITAS

Avec la Participation de :

CIPCRE

ASSOCIATION COULOIR D'ACCUEIL

1- ORGANISATEUR :

IAPDA :

L'Association Internationale pour la Paix et le Développement en Afrique (IAPDA) est une association de droit camerounais, membre de **l'Union Panafricaine des Bâtisseurs de Paix(UPABP) et du Réseau Camerounais des Organisation des Droits de l' Homme (RECODH) .** Crée depuis 2005, elle pour mission de contribuer à la promotion de la paix à travers les activités de formations en **communication non violente**, **médiation sociale et communautaire, gestion de conflits**. Ces formations ciblent les différentes communautés religieuses, les écoles, les associations, et autres groupes sociaux professionnels (les motos taximen, les agriculteurs, les chefferies traditionnelles, les écoles etc…..). A travers son programme de formation et éducation à la paix, elle forme, sur le territoire camerounais, les ***« Volontaires de la paix de base »****qui seront des acteurs majeurs dans la préservation et la résolution des conflits pour la promotion de la cohésion sociale.*

2- LA JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA PAIX

La **Journée Internationale de la Paix** est célébrée chaque année le **21 Septembre**. Elle est dédiée à la PAIX et particulièrement à l'absence de guerre, qui doit se manifester par un CESSEZ-LE-FEU dans les zones de combats. Elle est observée dans de nombreux pays depuis sa création en 1981.

Depuis 2002, cette Journée commence au siège des Nations unies à New York par une cérémonie en présence du Secrétaire Général qui fait sonner **la Cloche de Paix**, fabriquée à partir de pièces de monnaie données par des enfants de tous les continents. C'est un don de l'association japonaise pour l'ONU et se veut un «**rappel de ce que la guerre a coûté à l'humanité**». Elle porte cette inscription: «**Longue vie à la paix dans le monde**».

Introduction

La paix est possible. **L'éducation à la paix** est une activité essentielle en vue de renforcer la cohésion sociale. Elle est destinée à tout personne sans distinction de race ni de religion car la paix est la pierre angulaire pour l'épanouissement de l'individu, de la société et partant de toute la nation. Elle permet d'assurer un climat favorable à l'économie et aux affaires.

Raison pour laquelle, à l'occasion de commémoration de la Journée internationale de paix 2018, notre association (IAPDA) considérant l'importance des artisans de paix, « volontaires » à tous les échelons, toutes les classes sociales dans notre pays a organisé son **1er atelier de formation des « volontaires de la paix de Base ».** Des hommes et des femmes formés, capables de rester stables et entreprenants dans des contextes difficiles de la vie ; capable de communiquer facilement sans violence, ni agressivité négative ; capables de gérer de manière constructive et non-violente les relations humaines et sociales souvent conflictuelles. **Une conférence débat,** sur le rôle des jeunes dans la promotion et la préservation de la paix, a suivi. C'était du 19 au 21 septembre 2018, au CODAS CARITAS à Douala.

Objectifs généraux:

- Informer et former des volontaires de la paix, acteurs et ambassadeurs d'une paix durable.
- Partager avec les jeunes sur le rôle qu'ils peuvent jouer dans la promotion et la préservation de la cohésion sociale.
- mettre à leur disposition des outils de volontaires de la paix, particulièrement: la compréhension de la communication non violente et les techniques de gestion pacifique des conflits, notion des premiers secours, et notion de protection de l'environnement etc…
- préparer la société civile à la gestion non violente des conflits

MÉTHODOLOGIE

Développement des modules et exposés compte tenu des objectifs pédagogiques opérationnels. Approche essentiellement participative avec implication maximum mieux de tous les participants. Exercices pratiques avec des questions ciblées renvois en miroir, résumés des modérateurs (formateurs et ou conférenciers). Exemple illustratifs pour comprendre les sujets, et puis débats ouverts après exposés.

3. DÉROULEMENT DES ACTIVITÉS

3.1- Premier jour

Ouvert par le mot de bienvenu de l'organisateur des assises, Jean Vivien HABYALIMANA, Président de l'IAPDA. Les participants ont été exhortés à poursuivre la paix. Dans ces propos, il a démontré que par habitude, nous sommes beaucoup plus habiles à préparer plus la guerre que la paix. Et forcément c'est la guerre que nous obtenons. Et le droit humain nous octroie cette chance le « **droit à la paix** » pour tous. Mais nous devons aussi la préparer si nous la voulons. La raison pour laquelle, nous changeons le regard vers une version nouvelle « qui veut la paix, sème la paix ».

La paix ne tombe pas du ciel, la paix s'apprend comme une langue, la conduite d'une voiture ; se prépare comme un match de football etc ... Et aussi nous avons appris à parler, mais plus moins à communiquer.

La paix **s'apprend**, **se travaille**, **s'organise** et **se structure** avec au moins autant d'attention, de **rigueur, de détermination et d'engagement que la guerre**. Elle requiert une discipline de savoir- être, qui permet le savoir -être ensemble

Il existe des **dizaines et dizaines d'outils de paix** qui ont fait leur preuve dans de nombreux registres, pour **apprendre à se pacifier soi**, **pacifier les relations aux autres**, **ouvrir son cœur et son discernement**, **gérer ses émotions**, **faire bon usage de la colère** ou **de la peur**, **savoir s'exprimer avec vigueur sans violence**, **savoir écouter l'autre sans craindre sa vigueur**, **développer du respect** pour l'altérité **et de l'empathie pour l'autre**, **traverser les conflits de façon pacifique**

etc.… Ce sont **des processus que nous pouvons apprendre à mettre en place petit à petit dans la durée**. Voilà pourquoi,

Nous profitant de la **Journée Internationale de la Paix 2018**, **l'Association Internationale pour la Paix et le Développement en Afrique (IAPDA),** à travers son programme de formation et éducation à la paix, d'organiser son 1er atelier de **formation de « volontaire de la paix de base »** et une conférence débat sur **le rôle de la jeunesse dans la cohésion sociale**.

Les volontaires de la paix de base serviront d'outils important, à la promotion de la paix, dans les milieux de base de notre société

Apres son introduction, une présentation globale des participants a été faite, suivie de la lecture du programme des deux jours de formation (19 **et 20 septembre**) et celui des activités du **21 septembre**. (*Voir annexe 1 : liste des participants ; annexe 2 : programme prévu)*

Des attentes des participants à l'atelier ont été exprimées par la suite. En voici quelque unes :

Groupe A

- Devenir les bons communicateurs dans leurs familles et communautés ;
- Améliorer leur manière d'affronter l'adversaire, d'apaiser les disputes et se transformer en qualité d'ami ;
- Pouvoir gérer leur relation au travail ;
- Savoir développer sa capacité d'écouter plus pour se comprendre etc…

Groupe B

- Communiquer et informer la paix dans les zones ou les régions qui n'ont pas la paix de vivre
- Que je sois un bon artisan de la paix
- Etre en mesure de créer la paix
- Extension des ateliers dans toutes les villes du Cameroun et ensuite en Afrique

Groupe C

- comprendre ce qu'est ''un volontaire de la paix''
- capable de promouvoir la paix dans le foyer, ma localité et mon pays ;
- savoir maintenir la paix dans une société
- mettre en place un réseau de commucation entre les volontaires de la paix
- vivre ensemble dans l'amour et la sérénité

Séances 1

Animé par le Bâtisseur de Paix International (BIP), Jean Vivien H., donnera immédiatement une introduction globale du thème de la formation : la communication non violente comme méthode de communication fondée sur des qualités telles : l'empathie, la compassion, et le respect. Celle-ci à été développée par le Dr. Marshall B. ROSERNBERG. Le formateur a précisé qu'elle a pour objectif d'améliorer notre communication interpersonnelle avec les autres (quel que soit le cadre : professionnel, personnel, familial ou autre).

Il a décrit en bref la racine de la violence. Que généralement, la violence n'est pas **l'expression de notre nature** : elle est l'expression de la violation de notre nature. **Lorsque nos besoins fondamentaux** : amour, reconnaissance, appartenance, avoir sa place, expression de soi, sens a sa vie, équité, partage, etc..... ne sont pas nourris et si nous ne savons comment pas nommer et faire comprendre ce qui se passe en nous, nous pourrions tous être violents. Alors la bonne communication dite non violente nous aidera à aborder, à résoudre, et rassurer à notre interlocuteur pacifiquement.

Après les différentes définitions du terme « communication » suivant les différents approches, le formateur à annoncé que 80 % du message est toujours plus gestes que verbal ; soulignant ensuite que nul n'est obligé de communiquer.

Il a démontré que la communication pacifique est un processus de reconnaissance de l'autre et d'affirmation de soi.
Dans le même sens, il a affirmé que c'est à travers les organes de sens humains que la communication passe : par **les yeux, les oreilles, les gestes du corps, le ton de la voix** etc….. et réaffirme que la **communication non verbale** reste plus fréquente que la **communication verbal**.
Plusieurs exercices pratiques ont été organisés pour démontrer les effets et les reflets de la communication pacifique.
Le formateur a pris son temps pour faire découvrir aux participants les deux languages souvent utilisées dans la communication :

Le langage de la tête : beaucoup utilise dans nos relations à travers notre intelligence, notre volonté et notre jugement pour régler les problèmes mais pas tellement efficaces car il attire beaucoup plus de critiques et les jugements, et que ce qui perturbe les relations avec d'autres. Car, l'autre n'aimerait pas être critiqué ou jugé.
Par contre si dans nos relations avec l'autre, nous nous forçons de reconnaitre ses sentiments et ses besoins, nous créons un sentiment de confiance nécessaire pour la bonne communication. Ce que le formateur a appelé **le langage du cœur**.

Le langage du cœur qui serait un processus en miroir qui fait essentiellement appel aux **sentiments** et aux besoins pour établir une connexion entre moi et l'autre. Elle comportera deux phases :

- la reconnaissance de l'autre dans ses sentiments et dans son besoin : ***L'empathie***, qui est à la base de ce nouveau langage qui consiste en à un simple passage par :

- l'**Observation** (je vois + j'attends), qui se fait sans juger et ni généraliser
- le **Sentiment** (Je ressens), qui s'exprime à travers le sentiment immédiat ce que vous et le partage des émotions présents
- le **Besoin** (Tu aimerais..). Le facilitateur a précisé que derrière chaque émotion, se cache un besoin satisfait (sentiment positif) ou insatisfait (sentiment négatif). Les participants ont découvert que les besoins sont à la base de la CNV car « les jugements portés sur autrui sont des expressions détournées de ses propres besoins inassouvis ». alors les identifier est nécessaire pour consoler
- la **Demande** (Tu voudrais), C'est la dernière étape de CNV. Il s'agit d'exprimer une demande. N'attendons pas que les autres devinent nos besoins, exprimons-les. Ainsi nous évitons de porter des jugements hâtifs autant que faux sur ceux qui nous entourent.

Le formateur a recommandé au participant de lire le livre « Les mots sont des fenêtres.

Plusieurs situations ont été développées suivant les thèmes ci dessous et présentées à travers les jeux des rôles sous geste des quatre clés de la communication non violente.

Grandement satisfaits d'avoir acquis de nouvelles connaissances et surtout d'avoir découvert une nouvelle manière de communiquer qui respecte les différences et qui améliorera la qualité des relations entre les hommes, les participants ont exprimé leur désir, ont manifesté leur joie et ont remercié grandement l'équipe de formateurs pour l initiative.

Le formateur les a encouragés à intégrer la formation dans leur vie quotidienne et à la partager avec les autres et les remercie aussi de leur présence et leur participation active pendant les séances, et Les participants ont émis le souhait de voir ce genre d'initiatives se multiplier afin de permettre au plus grand nombre d'en bénéficier

Impressions et témoignages des participants ;

Chaque participant a donné ses impressions à la fin de la journée et voici
Quelques :

a - « Je pense que cette formation devrait être donnée obligatoirement à tous les Parents et enfants, pourquoi pas aux chefs des services, car elle est important pour gérer notre environnement social de tous les jours.
b- « Si cette formation nous avait été donnée 3 mois auparavant, je n'aurais certainement pas perdu mon boulot suite à un conflit qui m'a opposé à mon chef de service. Maintenant je découvre que la source de ce conflit n'était qu'une série d'interprétations et de jugements. »
c- « Pour moi, une nouvelle page s'est ouverte ! Dès le moment où j'ai compris la différence entre une observation et un jugement ou interprétation. C'est sans doute là une source fondamentale qui entrave la qualité de nos relations. »
d- « La langue cœur est une force pour se supporter et surmonter toutes lacunes ou mésententes entre nous, j'avais appris ça depuis ! »

En conclusion,

La fin de notre première journée a été un succès, et nous avons établi en commun un message de recommandation à notre société :

- la communication non violente mériterait d'être enseignée à l'école, à la maison et dans les entreprises.
- En tant que parents, commençons par en inculquer les principes à nos enfants. Rien que le fait d'apprendre à exprimer ses émotions et de ne pas porter de jugements de valeur est gage d'un épanouissement certain.
- Dans notre vie professionnelle, engageons-nous dans cette voie, véritable philosophie de vie pour améliorer les conditions de travail et réinstaurer du respect.
- Dans notre quotidien, au sein de notre famille ou en couple, ces 4 clés assureront des relations sereines et positives

5- Deuxième jour

La journée à été introduite par **Mr Hermann KFODJO**. Il a fait un rappel sur le partage de la journée précédente. Il a insistésur les ***quatre étapes du processus*** de communication pacifique de **Marshall Rosenberg, qui est le père de la CNV**. A la veille il était question de présenter aux participants, de manière introductive ces quatre étapes. Celles –ci ne sont pas une finalité, mais un moyen d'aller là où il y a le don du cœur, d'obtenir une qualité de relation dans laquelle nous allons donner et recevoir de façon naturelle.

Il affirma qu'il ***est très important de préciser que l'intention de la bienveillance accompagne ce processus. Sans cette intention de bienveillance, le processus perd sa valeur ; car la communication pacifique est un art de vivre.***

Le facilitateur trouve bien que pour garder notre état de bienveillance ou de gérer les conflits, nous devons recourir à ces étapes, qui vont nous permettre l'expression authentique, ou sincère de nous et la confirmation de l'autre à travers l'empathie.

Les participants ont repris les exercices participatifs, ont commencé à intégrer ces étapes dans leur communication, parce qu'il était plus question d'une sensibilisation.

En ce qui concerne les quatre étapes du processus, il s'agissait notamment de :

L'observation : ici nous observons les faits en veillant à ne pas les mélanger avec les interprétations ou jugements. On peut se servir du vocable quand je vois, j'entends… pour s'exprimer.

Le sentiment : En faisant attention aux jugements masqués qui ne sont pas des sentiments.

Le besoin : qui exprime la vie qui nous traverse. Il a partagé l'expression de ***Marshall Rosenberg qui dit : « Toute violence est l'expression tragique des besoins insatisfaits. »***. *Exemple* : Quand j'ai entendu Henri me dire : « je suis un pauvre con… », J'étais fâché parce que j'avais besoin de respect…

La demande : il a rappelé aussi qu'il existe la demande de connexion et la demande d'action. Les demandes doivent être claires, précises et concrètes.

Ces étapes, une fois respectées désamorcent les conflits. Le facilitateur a conseillé d'utiliser le langage « **Je** », mais aussi en écoutant l'autre pour le confirmer en utilisant le langage « **tu** ».

Les participants tous fiers d'avoir découvert ce processus qui ne juge pas et accepte la responsabilité de ce qui est vivant en nous et l'autre, permettant ainsi un langage fluide. A travers cet atelier ils ont donc les outils leurs permettant de s'affirmer en volontaire de la paix.

Du coup, les participants ont reçu avec joie, **Monsieur KEMADJOU Bertin**, pour un nouveau chapitre « **Gestion , causes et types des conflits** ». Il a débuté son exposé par un rappel : « Les conflits font inévitablement parti des relations

humaines ». Il a présenté le conflit comme une tension qui est née de l'opposition entre deux personnes (ou plus, groupe) et qui se manifeste par des émotions telles que la colère, la frustration, la peur, la tristesse, la rancune, le dégoût.

Le conflit crée d'une manière générale l'agressivité, voire la violence ou la guerre.

Les causes sont multiples : des divergences, des malentendus, des incompréhensions, des disputes, des erreurs de la communication, etc.…

Et afin, il empêche la relation de progresser et d'être productive et les partenaires de s'épanouir. C'est pourquoi il est souvent nécessaire de le réguler et de le résoudre à temps.

Et il a classé les causes à trois niveaux :

- 1°) Sources liées à des ressources limitées (ex : espace, équipement, formation, ressources humaines et financières etc. (
- 2°) Sources liées au fonctionnement de l'organisation (ex : Absence d'objectifs clairs, pertinents et acceptés, Mauvaise répartition des tâches, Absence de participation aux décisions, Bureaux fermés, utilisation limitée des moyens de communication …..)
- 3°) Sources psychologiques (la personnalité des individus etc. …)

Types de conflit

A) Les conflits interpersonnels : Ils impliquent deux ou plusieurs individus qui se perçoivent eux-mêmes opposés entre eux. Il fait peuvent être à l'issues des problèmes : d'intérêts, de pouvoir, de concurrence, de culturels d'objectivité et des malentendus. Il démontre qu'il y a aussi les
Les conflits intra-personnels : ils impliquent une action réciproque des résultats positifs, des résultats négatifs, ou des uns et des à la fois

B) Les conflits intergroupes et intragroupes : comprennent des désaccords et des heurts qui surviennent entre deux ou plusieurs groupes. Les conflits de ce genre sont extrêmement intenses, interminables et coûteux pourtous les intéressés. Souvent caractérisées par la méfiance, la rigidité, des comportements oppressifs, l'autre étant perçu comme un ennemi, soucieux de ses seuls intérêts. Il a aussi signifié qu'il ya des conflits
Les conflits intragroupes, qui implique davantage qu'une somme de conflits intra-personnels et interpersonnels.
Les participants ont relevé beaucoup d'exemples pour chaque cas.
Pour résoudre les conflits, le facilitateur a présenté trois possibilités :

- Négociation, ou deux parties ou plus tentent d'atténuer ou d'éliminer

un conflit entre elles. Il précisa qu'il y a deux types de négociation à savoir : la négociation conflictuelle (gagnant/perdant) et la négociation coopérative (gagnant/gagnant). Le but est de parvenir à un compromis par la communication, la persuasion et des concessions mutuelles. Les participants doivent être prêts à renoncer à une partie de leur pouvoir pour déboucher sur une solution acceptable.

- Médiation qui est un processus par lequel les parties en conflit font appel à un tiers pour essayer de résoudre leur problème.
- L'Arbitrage qui est réalisé par une autorité extérieure, qui va décider de la manière dont le conflit doit être résolu.

Dans l'après-midi, nous avons reçu le **formateur Monsieur KATIHABWA Pie**, formateur certifié, qui a intervenu sur la gestion des conflits. En faisant rappel de ce qui à été dit par le précédent, il a amorcé une fois de plus que le conflit est inévitable, dans ces mots, le conflits est une chose qui est toujours en nous, qui n'est ni bon ni mauvais. L'illustration de la définition du mot conflit à

travers nos différentes langues maternelles, a provoqué des différentes approches du mot « conflits : en bassa, en bafang, en Yaoundé, en bamiléké, en sango, en langue tchadien etc.…

Il a continué à démontrer que le conflit n'est pas Un problème en soi, mais que le problème est la façon dont les gens se comportent en face du conflit. Il les a caractérisés à 4 niveaux :

Il dit que le conflit est *Naturel* : Nous sommes créés dans la diversité des sexes, des choix, des goûts, des valeurs, etc. La rencontre de ces différences n'est pas naturellement harmonieuse. La différence est divergence avant qu'elle ne devienne éventuellement unité.
Et puis Le conflit est *Normal* : Le conflit fait partie de toute vie social est c'est normal de voir les chocs se produire dans la vie relationnelle. Dans un corps social, la confrontation est normale, elle est d'ailleurs signe de vie, de circulation et d'échanges. C'est plutôt, l'évitement de la confrontation, par
Incapacité de la gérer, qui est signe de maladie du corps social.

Ensuite Le conflit est *Neutre* : En soi, il n'est ni bon, ni mauvais. Par contre, c'est la manière dont nous allons le dire, le gérer et le digérer qui sera bonne ou mauvaise. Potentiellement constructif ou destructif.

Enfin Le conflit est *Normatif* : Il est une invitation à nous donner les règles par lesquelles nous pourrons en tirer quelque chose de positif. On n'a plus peur de ne pas être d'accord quand on a appris à être d'accord sur les règles à utiliser en cas de désaccord.

Il a confirmé que nous aurons toujours des conflits car nous sommes confrontés à des divergences. L'art de vivre ensemble, ce n'est pas de supprimer les conflits, mais c'est supprimer les violences dans nos conflits. Le conflit nous permet d'avoir une norme qui protège et développe la relation. Le facilitateur a alors posé une question à discuter: Peut-il y avoir la paix sans conflits?

Dans la résolution des conflits, il est revenu sur les trois possibilités de résolution de conflits déjà vu, mais il a beaucoup insister sur l' analyse (diagnostic) de tous conflits avant sa résolution.
A cause du temps, il a préférer le règlement d'un conflit par voix de MEDIATION.

Monsieur KATIHABWA Pie, a commencé par montrer que la médiation est un procédé auquel participent volontairement de deux parties en conflit en vue de le résoudre à l'amiable. Ils font le choix d'une personne appelé « médiateur ». Et a-t-il insisté sur le fait que pour être un bon médiateur, il faut être un bon négociateur. Dans la négociation, on négocie toujours par rapport aux BESOINS, pas par rapport aux INTERETS. Et il faut distinguer le besoin et la stratégie de

satisfaire ce besoin. Il précise qu'Il existe plusieurs types de médiation: la médiation interpersonnelle, la médiation institutionnelle, la médiation sociale et communautaire, etc.
La médiation est un processus qui se fait en 9 étapes: la préparation, l'exposé liminaire, l'engagement des parties en conflit dans le processus, l'exposé des faits sans interruption, l'identification des besoins, la proposition des solutions, la création des alternatives acceptables, la finalisation de l'accord suivi par la clôture. Le facilitateur rappel à l'auditoire que Le médiateur n'impose rien et son jeu est de faciliter la rencontre. Il ne juge pas. Il ne condamne pas. Il aide à identifier les besoins; il fait tout pour amener chacune des parties à reconnaître les besoins de l'autre et aide à bâtir des stratégies.

Il a était aussi question de savoir *Comment faire pour se faire accepter par les parties en conflit*. Le formateur, Monsieur Ben ADJALI, qui devrait clôturer la journée a intervenu et précise qu'Il faut tout simplement utiliser la Communication Non violente, l'empathie, éviter les stéréotypes, éviter le Jugement - le Reproche - l'Exigence. Surtout il faut s'exercer à la communication non violente, quitter la logique de la faute pour la logique de la responsabilité. Cela aide à éviter le jugement (avec le «tu» qui tues!), l'exagération, la généralisation, la comparaison, la culpabilisation et l'intimidation. SURTOUT EVITER D'UTILISER L'IMPERATIF DANS LES ECHANGE ;

Le deuxième jour a été clôturé par le volontaire de la paix, BEN ADJALI, qui a exhorte les participant sur « l'importance de la parole juste » dans la communication non violente. Il a introduit son exposé par les termes : les mots sont des feux vers, les mots sont aussi des feux rouges ! Ils sont des fenêtres et ils sont des murs ! La question était de savoir comment juger de la justesse ou non de la parole émise ? Le facilitateur a recommandé aux séminaristes, qu'il serait toujours bon de se poser beaucoup ces questions avant de sortir une parole :

- *Que dire ? qu'est ce que je veux dire ?* Il faut se forcer de dire une bonne chose.

- *A qui le dire ?* Il faudrait se mettre en tête, que ton interlocuteur est une bonne personne
- *Quand le dire ?* il faudrait toujours choisi le moment favorable, pour placer le mot favorable
- *Ou dire ?* Il faut étudier, choisir le bon endroit pour exposer ton verbe
- Comment le dire ? il faut soigner la forme : le ton (l intonation de la voix, son rythme, son silence, et … variation.

Quelques caractéristiques relatives à la forme :

Le rythme de la bonne communication doit être posé (ni trop rapide, ni trop lent) ;

- Le silence, il serait bon de marquer à la fin de chaque phrase, c' est très important (au moins deux secondes)
- Souligner les mots clés : serait bon d'appuyer les mots clés, les marteler
- Tonalité de la voix. La voix grave inspire plus de confiance.
- Musicalité de la voix. c.à.d. pouvoir passer de la voix grave à la voix aigué
- Adapter le visage au message (langage facial)
- Pourquoi le dire ? Il faut trouver l'intérêt motivateur (élever le destinateur et non le rabaisser, humilier le destinateur, l'anéantir, l'asservir ou l'honorer et non le déshonorer, le guérir et non le blesser ou, le bénir et non le maudire)

Il a poursuivi précisant que la parole juste permet d'exprimer notre pouvoir

Créateur. En guise de recommandation, il a fait référence à la bible, pour démontrer davantage l'utilité de la parole juste et le danger de l utilisation abusive de notre langue :

« La mort et la vie sont au pouvoir de la parole (langue) » Proverbes 18,21
« Tenir en bride sa langue » (ce que recommande la Bible en Jacques 1,26
Que votre parole soit toujours assaisonnée de sel pour savoir comment répondre à chacun …. (Colossiens 4,6)
Les trois ingrédients (facteurs) favorisant la communication non violente ont été relevé : « sil vous plait, merci, pardon ». Il a enfin exhorté à revisiter la première lettre de Paul aux corinthiens (1 corinthien 13, 1-7) qui remet du gout du jour la valeur de la notion de l' « amour » comme gage de la paix.

La journée a été clôturée par l'animation des participants à travers les chansons de joie et d'engagement au service de la paix

6- <u>Troisième jour</u>

Conférence -débat, animée par le **Prof. KAMGA Désiré**, et l'association de femmes avocates du Cameroun du « **WOMEN'S COUNSEILING AND INFORMATION CENTER »**, Introduit par Me Evelyne, sur *la définition des droit à la paix et nos obligations.* qui dit que la paix est comme l'arbre, il lui faut beaucoup d'éléments extérieurs pour se développer et se soutenir. La paix a besoin de légitimité pour exister parce qu'il faut juger ou apprécier les causes avec les certitudes qui les sont propres.

Elle a précisé que la condition première pour asseoir la paix dans une communauté humaine, c'est de respecter chaque être qui compose la communauté, en l'épargnant de toute forme d'agression directe ou indirecte qui lentement, mais sûrement viendrait consumer la paix, car La paix a un contenu physique, elle est visible.

Elle s'est réjouie, du thème de **JIP 2018 « droit à la paix** », un thème encourageant, mais, comment imaginer la paix sans l'éducation au droit et sans l'éducation à la vie en société, règles à respecter, normes à suivre, exigences pour soi-même et où commencer à l'enseigner, si ce n'est dès l'école au plus tôt de la vie, quand la conscience s'éveille.

Elle a encouragé les jeunes à devenir des vrais volontaires de la paix, les vrais artisans de paix partout où ils se trouvent.

Le **Pr. KAMWA Désiré,** exposant à son tour sur « *la contribution de la jeunesse dans la préservation et la promotion de cohésion sociale* ». emboité dans les pieds et a invité à construire une société où tout membre devient une chance de vie et de survie pour les autres et non un bourreau qui laisse l'instinct animal malfaisant se détacher de son humanité et de son humanisme pour attenter à la paix.

Car La paix est une inspiration naturelle de tous les êtres vivants. Elle n'est pas un hasard car le hasard n'est pas une lacune de la nature, mais l'incapacité de l'homme à prévoir les éventualités, la paresse cérébrale, qui refuse de rechercher les ingrédients de cette paix si chère.

Le conférencier a convoqué **MARTIN LUTHER KING** qui disait *: « Si tu ne peux pas t'envoler pour atteindre la paix, tu peux courir, si tu ne peux pas, tu peux marcher pour l'atteindre, si tu ne peux pas marcher, tu peux ramper, si tu ne peux pas, convoques-là, invoques-là, invites-là, fais tout pour avancer vers cet idéal noble car comme disait Einstein, la recherche de la paix est comme aller en vélo, si tu n'avances pas, tu tombes »*.

Le **Pr. KAMWA Désiré** a clôture son exposé à ces termes « Mettons-nous ensemble pour barrer la route à la guerre, à l'intolérance, au nombrilisme culturel, au prosélytisme religieux et promouvons la paix en Alpha, en Beta et en Oméga,

car **« on peut toujours améliorer** », à travers le dialogue et dans une perspective **‘‘OPTA’’.**

le programme a été clôturé par la lecture en public, par un volontaire de la paix, du message du Secrétaire Général des Nations Unis, livré 100 jours avant le 21 Septembre 2018, dont voici l’intégralité:

Message du Secrétaire général des Nations Unies

« 100 jours avant la Journée internationale de la paix 2018

La Journée internationale de la paix, célébrée chaque année le 21 Septembre, symbolise notre aspiration commune à mettre fin aux conflits sous toutes leurs formes et à protéger les droits de la personne pour toutes et tous. Chaque 21 Septembre, l’ONU appelle à un cessez-le-feu mondial de 24 heures, dans l’espoir que nous connaîtrons un jour, dans un avenir proche, un monde sans violence.

Installer la paix ne signifie pas seulement déposer les armes. La paix véritable passe en effet par la défense des droits de la personne pour toutes et tous. C’est pourquoi la Journée internationale de la paix est placée cette année sous le thème suivant : « Le droit à la paix 70 ans après l’adoption de la Déclaration universelle des droits de l’homme ».

Cette journée se rapprochant à grands pas, redoublons d’efforts pour nous attaquer aux causes profondes des conflits et faire progresser notre action en faveur de la réalisation des objectifs de développement durable, notamment en bâtissant des sociétés inclusives, en assurant l’accès à la justice et en mettant en place des institutions responsables.

Défendons les droits de la personne pour toutes et tous au nom de la paix universelle ».

7- PRÉSENTATION OFFICIELE DU BUREAU DU GEP -IAPDA

La présentation officielle du bureau du **Groupe d'Entrainement à la Paix (GEP – IAPDA). GEP-UPABP** est une unité de l'Union Panafricaine de Bâtisseurs de Paix (GEP/UPABP), basée sur le paradigme « être-faire-avoir-partager ». Un groupe qui a deux fonctions spécifique : support de développement vertical et générateur d'éveil et d'efficacité ». Ci -après les dirigeants du GEP –IAPDA :

8- CONCLUSION

L'organisation notre 1^{ér} atelier de formation des volontaires de la pax de base, le 19 et 20 septembre 2018, suivi d'une conférence débat, le 21 septembre, au codas Caritas douala, à l'occasion du JIP 2018 a été un coup de maitre.

Merci à tous les partenaires qui ont rendu cette belle entreprise possible :

Associatifs:

- CIPCRE CAMEROUN ,
- FREEDOM SERVICE ,
- WOMEN'S COUNSEILING AND INFORMATION CENTER
- ASSOCIATION COULOIRS D'ACCEUIL

Enterprise

- CAMEROUN TEA
- NDAWARA

Rendez vous les mois prochains.

Toute fois, nous émettons les vœux de voir ce programme qui étant qu'en son lancement et tout les activités sont pluriels et diversifiés trouvent l'assentiment de plus de personnes physiques et morales, permis celles des organisations des nations unies qui mettraient à notre disposition une documentions y relatives en vue d'éduquer d'avantage les gens à la paix.

9- QUELQUES IMAGES

ASSOCIATION INTERNATIONALE POUR LA PAIX
ET LE DEVELOPPEMENT EN AFRIQUE (IAPDA)

BP 15043 DOUALA / Tél : 00237 696968898 – 677557770
Email: iapda_cam@hotmail.com ; web site : www.iapdacam.org
Membre de l'UNION PANAFRICAINE DES BATISSEURS DE PAIX (UPABP)
Et du Réseau Camerounais des Organisation des Droits de l'Homme (RECORH)

Attestation de participation

Attribuée à

M. NTZEYI MANA Alphonse

Pour avoir participé au,

1ER ATELIER DE FORMATION « DES VOLONTAIRES DE LA PAIX ».

Formation niveau I, **du 19 au 21 septembre 2018** à Douala sur les modules : communication non-violente, gestion des conflits, médiation communautaire et sociale, droit à la paix, approche biographique et historique.

Cette attestation lui est délivrée pour servir et valoir ce que de droit.

Fait à Douala, le 21 septembre 2018

Président IAPDA

Jean Vivien HABYALIMANA

Mutations 4707.pdf

équipés de pompes à motricité volontaire dans la partie septentrionale du Cameroun, promesse faite par le chef de l'Etat en 2011 à Maroua, au cours du lancement de sa campagne électorale pour la présidentielle de 2011. Selon nos sources, cette séance de relecture a révélé des imperfections dans le montage du projet, à l'instar de l'absence d'informations sur l'étude d'impact environnemental et social, du coût unitaire très élevé retenu dans la structuration du projet (13 millions le forage contre 8 millions Fcfa pour les projets similaires exécutés dans le cadre du Bip), et l'inadéquation entre le type de projet et l'offre de financement proposées par les bailleurs de fonds.

De fait, en se rendant à Maroua, probablement demain (29 septembre), dans le cadre de la campagne électorale pour le compte de la présidentielle du 7 octobre prochain, cette fois-ci, le candidat du Rdpc n'aura pas dans le bilan qu'il s'apprête à présenter aux populations des régions septentrionales du pays, une promesse qu'il leur a pourtant faite il y a sept ans. Puisque, selon nos sources, le programme spécial de réhabilitation et de construction de forages d'eau potable dans le Septentrion, afin d'améliorer l'accès des populations à l'eau potable et mieux combattre les épidémies de choléra et autres maladies hydriques, ne sera finalement lancé qu'en 2019, dans le meilleur des cas, selon des indiscrétions glanées dans l'entourage de l'actuel ministre de l'Eau et de l'Energie.

Un forage dans l'Extrême-Nord.

Pourtant, après cinq ans d'attente infructueuse, l'espoir des populations des régions septentrionales de voir ce projet finalement prendre corps avait été ravivé à l'occasion du Forum *« Investir au Cameroun, terre d'attractivités »*, organisé à Yaoundé en 2016. Ce d'autant qu'à l'occasion de

Nord l
jours,
tions l
du pay
lations
de la r
rable d
ressou
des p
année
tions

Jean Vivien Habyalimana

Il faut promouvoir l'éducation à la paix

Le président de l'Association internationale pour la paix et le développement en Afrique (Aipda) explique la nécessité d'encourager cette pratique.

Par Blaise Djoukep

Pourquoi une formation pour la promotion de la paix au Cameroun ?

Notre organisation a pour mission de contribuer à la promotion de la paix à travers des formations et sensibilisation. Chaque 21 septembre, les Nations unies célèbrent la paix. Et cette année, le thème qui a été retenu est :«Droit à la paix». Nous nous sommes dit que le droit à la paix c'est aussi le droit à la santé, à la vie, à l'éducation... Nous devons comprendre que chacun a un rôle à jouer pour que la paix règne. Cela passe aussi par la promotion de l'éducation à la paix. Si la communication n'est pas efficace, la violence s'installe et provoque des inquiétudes et des troubles.

Après ces enseignements, comment comptez-vous vous déployer sur le terrain?

Puisqu'on ne peut pas former tout le pays, pour un premier temps, nous avons formé des leaders qui vont nous représenter dans le cadre des formations et sensibilisations à la paix, à travers la communication non-violente, des médiations, des conciliations, etc. Apprendre à demander pardon quand on a tort est important. Et les apprenants sont formés dans quatre modules.

Quel est le contenu de ces modules?

Les apprenants sont initiés à bien communiquer avec autrui en cas de situation conflictuelle et doivent être capables de calmer les parties belligérantes. Par conséquent, ils doivent avoir des connaissances en analyse de conflit. Nous comptons former au moins une cinquantaine de jeunes. Mais, pour cette première session, compte tenu de notre budget limité, nous avons formé juste trente jeunes.

10- Programme

1ér ATELIER DE FORMATION DE VOLONTAIRES DE LA PAIX
PROGRAMME DE FORMATION

A l'occasion de la célébration de la Journée Internationale de la Paix 2018

HEURES	JOUR1	JOUR2
08.30-09.00	MISE PLACE /Ouverture officielle /	Rappel de la journée précédente
09.00-10.00	récurrence et racine de la violence	GESTION DES CONFLITS «escalade-désescalade»
10.00-10.45	CNV-1: Définition de la CNV et énonciation des 4 étapes(OSBD)	GESTION DES CONFLITS «analyse»
10.45-11.00	**PAUSE CAFÉ**	
11.00-12.00	CNV-2: Définition Observation , sentiments et besoins (OSBD)	GESTION DES CONFLITS «médiation»
12.00-13.00	**PAUSE DEJEUNE**	
13.00-14.00	CNV-4: Définition demande, écoute empathique(OSBD)	Travail en groupes sur le vécu
14.00-15.00	GESTION DES CONFLITS «définition–causes-types»	GESTION DES CONFLITS «médiation communautaire»
15.00-15.30	Partage d'expériences	Témoignages
15.20-15.30	➢ TRAVAIL ENERGETIQUE	

HEURES	JOUR3
08.30-09.00	Evaluation des travaux du séminaire
09.00-10.00	partage : sur la déclaration sur le droit à la paix et message du Secrétaire Général de l'ONU sur la JIP 2018
10.00-10.45	EVALUATION
10.45-11.00	**PAUSE**
11.00-14.00	Conférences débat Thème : Contribution de la jeunesse à la cohésion sociale au Cameroun» - Mot du représentant des participants - Mot du président de l'IAPDA - Remise des attestations - Lectures du message du SG de l'ONU - Discours du représentant de l'administration publique - Présentation du GEP/IAPDA - Photo de famille - interviews
14.00- 15.00	Cérémonie de clôture + cocktail

1ER ATELIER DE FORMATION DES « VOLONTAIRES DE LA PAIX »

LISTE DES PARTICIPANTS

N°	NOMS ET PRENOMS	CONTACTS
01	NOUMBISSIE TCHAWO Jean Roger	677 59 23 08
02	NGOTHI NDOM typhique	679 66 08 37
03	MOUMENI KADJI Anselme	693 40 02 68
04	POUAHA Charles Baudelaire	699 18 68 29
05	MBARGA Joseph-Marie	656 32 91 59
06	NGANTCHA TENKEU Bertrand	678 56 60 17/696 08 71 04
07	NGON joseph Constantin	675 44 0291/693 38 41 81
08	BAKOP KOUAMO chancelière	674 09 89 98/693 38 07 10
09	POUGBALLO NGREBAMBA J. Noël	699 00 87 23/653 94 70 13
10	OPAPEGNA Roméo	655 36 97 99/654 31 33 99
11	GNIKOUA FOUDA Bruno Junior	696 58 94 81
12	LANGOU DEMEZON Kevine Christopher	691 50 40 26
13	LANGOU Albang	690 44 21 51
14	SAMIRA Amina	680 82 68 69
15	NDINGAYOM DRASSINGAR	691 63 78 10
16	DETOUNDAM YAMALE Nafissatou	699 10 21 69
17	DJAPNE NGUEDO Romeline	683 03 67 35/696 69 53 84
18	TCHOUBOUM A WONDO Angeline	**652 11 04 53**
19	Marthe Christelle FAMBA	697 08 08 78
20	TCHOULA Albert NDESSOKO	699 99 64 01/678 45 30 22
21	NGAGOUM TCHAWA charlotte	699 39 23 52/678 20 74 67
22	NKO'O BEYENE olivier	694 54 20 78
23	KFODJO Hermann	formateur / 675969681
24	KEMADJOU Jean Bertin	Intervenant / Freedom service

		/ 675900507
25	HABYALIMANA Jean Vivien	Formateur / 696968898
26	NDENGUE ADJALI Dieudonné	Formateur / 6992970015
27	KATHABWA Pie	Formateur / 652102201
28	MME TCHAKUNTE Charlotte	WCIC / 677090332
29	Mme Evelyne	WCIC / 677090332
30	MME WANDJA Solange	Conférencier / 677768868
31	PR. KAMWA Désire	Conférencier / 691041356