

# C3K

Complexe Culturel Communautaire de  
Kolara



## PROGRAMME DE FORMATION

Filières : broderie, couture et nutrition

B.P. 183 Maroua  
Extrême-Nord  
Cameroun

Tel : (+237) 50594420  
(+237) 97787522

**Stand : Novembre 2013**

## Table des matières

Introduction .....	4
1. Conditions d'inscription .....	4
2. La formation .....	4
2.1 Tableau récapitulatif des cours de la première année .....	4
2.2 Tableau récapitulatif des cours de la deuxième année .....	5
3 Descriptif des enseignements .....	6
3.1 Enseignement de base.....	6
3.1.1 Mathématiques / Keege.....	6
3.1-2 Français / Jag wuu .....	6
3.1.3 Géographie.....	7
3.1.4 Histoire .....	7
3.1.5 Education à la Citoyenneté et à la Morale.....	7
3.2 Pratiques professionnelles 1ère catégorie .....	8
3.2.1 Couture / Sããge õõbe.....	8
3.2.2 Broderie / ßodge õõbe.....	8
3.2.3 Teinture / baage law õõbe .....	8
3.2.4 Tricotage/ Tááge õõbe .....	8
3.3 Pratiques professionnelles 2ème catégorie .....	9
3.3.1 Nutrition /Reege .....	9
3.3.2 Pratiques agricoles /Jeege .....	9
3.3.3 Hygiène /Faage ngele .....	9
3.4. Autres enseignements.....	10
3.4.1 Education Physique et Sportive .....	10
3.4.2 Education Environnementale .....	10

## Introduction

Le Complexe Culturel Communautaire de Kolara est un centre multifonctionnel, créé en octobre 2011. Sa vision est de propulser le développement endogène et local dans ce village du pays tpuri. Plusieurs activités se déroulent en son sein, parmi lesquelles la formation des femmes et jeunes filles en broderie, couture et nutrition. Cette professionnalisation de l'enseignement vise à renforcer les capacités des apprenantes et permet leur insertion économique et sociale.

### 1. Conditions d'inscription

Le Complexe Culturel Communautaire de Kolara est ouvert à toute personne de bonne volonté. Le programme Broderie, Couture et Nutrition « BROCONU » concerne essentiellement les filles et femmes âgées d'au moins 15 ans, ayant suivi ou non un cursus scolaire formel. Les frais de scolarité sont fixés à 12.000F CFA, payables en deux tranches de 6.000F CFA chacune.

### 2. La formation

Le centre de formation du C3K a pour objectif de favoriser le processus de développement socio-économique des jeunes filles et femmes. Ces dernières ayant quitté de manière prématurée l'école ou celles dites analphabètes ont besoin d'être aidées, appuyées, encouragées et orientées vers une nouvelle vie. C'est pourquoi la mise en place du centre de formation BROCONU pourrait être une chance pour les jeunes et filles et femmes de Kolara et ses environs, car son programme est très riche et diversifié. La formation pratique est de 80% (Broderie, Couture tricotage teinture, la nutrition) et celle théorique est estimée à 20% (alphabétisation, informatique...). La formation se déroule sur une durée de deux ans, assortie d'une attestation de fin de formation.

Les cours de formation sont regroupés dans quatre grands modules, à savoir l'enseignement de base, la pratique professionnelle première catégorie, la pratique professionnelle deuxième catégorie et autres enseignements.

#### 2.1 Tableau récapitulatif des cours de la première année

Désignation	Coefficient	Nombre d'heures
Mathématiques / Keege	2	100

Français / Jag wuu	2	100
Langue Tपुरि / Jag Tपुरि	2	200
Géographie	1	120
Histoire/ Waare ma 6a6a	1	120
Education à la citoyenneté et à la morale/Jag lिंगि	1	120
Couture	4	150
Broderie	4	150
Tricotage	4	150
Nutrition	5	100
Hygiène	3	50
Pratiques agricoles	3	100
Education physique et sportive	1	30

## 2.2 Tableau récapitulatif des cours de la deuxième année

Désignation	Coefficient	Nombre d'heures
Mathématiques / Keege	2	100
Français / Jag wuu	2	100
Education environnementale / Hadge Kne'ge ngele	3	100
informatique	1	100
Puériculture	1	80
Teinture	4	150
Couture	4	150
Broderie	4	150
Tricotage	4	150
Nutrition / Reege	5	150
Hygiène / Faage	3	50
Pratiques agricoles /Jeege	3	100
Education physique et sportive / Dee wo de hrage	1	30

### 3 Descriptif des enseignements

#### 3.1 Enseignement de base

L'enseignement de base ou l'alphabétisation est l'ensemble des cours théoriques. Il a pour objectif de développer les notions de base et de permettre aux apprenantes d'acquérir des connaissances préliminaires. Ci-dessous présentées, les matières concernant l'enseignement de base et les coefficients affectés à chaque matière:

Disciplines	Coefficient	Nombre d'heures	Année
Mathématiques	2	200	1, 2
Français	2	200	1,2
Langue tpuri	2	200	1,2
Géographie	1	120	1,2
Histoire	1	120	1,2
Education à la citoyenneté et à la morale	1	120	1,2
Informatique	1	100	2

Pour ces enseignements de base présentés, il est important de définir l'objectif de chaque cours, les compétences à acquérir, les notions essentielles facilement assimilables, les références et les aspects pratiques.

##### 3.1.1 Mathématiques / Keege

**Objectif du cours** : apprendre la comptabilité, apprendre à lire le mètre- ruban

**Compétences à acquérir** : capacité à prendre les mesures et à faire les calculs

**Notions essentielles** : l'addition, la soustraction, la multiplication, la division, la conversion, le budget, le capital.

**Références** : le calcul quotidien, cours élémentaires

**Durée de cours** : 09 mois

**Aspects pratiques** : mesurer les tissus, évaluation en calcul

##### 3.1-2 Français / Jag wuu

**Objectif du cours** : apprendre à lire les notices de la formation, les écrire et pouvoir s'exprimer avec les formateurs ou tout autre personne parlant le français.

**Compétences à acquérir** : capacité à lire, à écrire et à prononcer les mots en français

**Notions essentielles** : l'écriture, la lecture, la conjugaison, la grammaire.

**Références** : le livre unique de français de l'écolier africain. Cours élémentaires 2è année

**Durée de cours** : 09 mois

**Aspects pratiques** : évaluation, dialogue inter-apprenantes...

### 3.1.3 Géographie

**Objectifs du cours** : comprendre l'environnement et la localisation du pays tpuri

**Compétences à acquérir** : capacités à dénommer les éléments environnants physiques et naturels,

**Notions essentielles** : les quatre points cardinaux ; le pays tpuri dans sa région, les régions du Cameroun, les climats, les saisons, les différentes cultures adaptées aux saisons...

**Références** : Notre milieu, Le Cameroun. Géographie cours élémentaire

**Durée de cours** : 06 mois

**Aspects pratiques** : Rencontre avec les vieux du village pour informations et échanges.

### 3.1.4 Histoire

**Objectifs du cours** : Connaître l'histoire du pays tpuri

**Compétences à acquérir** : les villages tpuri, les migrations

**Notions essentielles** : les clans, les tribus, les voisins, la cohabitation, d'où viennent les Tpuri ? L'histoire du Wang Doré, l'histoire de Feo Kage, Le rapport avec le christianisme, l'islam, la colonisation etc.

**Références** : Parlons tpuri, Cameroun et Tchad, de Kolyang Dina Taiwé, L'Harmattan, Paris, 2010

**Durée de cours** : 6 mois

**Aspects pratiques** : Rencontres avec les vieux du village pour informations et échanges.

### 3.1.5 Education à la Citoyenneté et à la Morale

**Objectifs du cours** : développer et mettre en pratique les valeurs morales et l'esprit patriotique.

**Compétences à acquérir** : le respect de la communauté, la notion du bien public.

**Notions essentielles** : l'endurance, la paix, l'honnêteté, la vie communautaire.

**Références** : Le futur citoyen. Education et formation

**Durée de cours** : 6 mois

**Aspects pratiques** : Jeux, sketches, simulations

L'objectif du Centre étant la formation professionnelle et l'insertion socio-économique des jeunes filles et femmes déscolarisées de Kolara, le programme des cours professionnalisants est regroupé dans deux grandes rubriques : la pratique professionnelle 1ère catégorie et la pratique professionnelle 2ème catégorie.

## 3.2 Pratiques professionnelles 1ère catégorie

Désignation	Coefficient	Nombre d'heures	Année
Couture /Sààge óóbe	4	300	1ère année et 2ème année
Broderie / bobge óóbe	4	300	1ère année et 2ème année
Teinture / baage law óóbe	4	150	2ème année
Tricotage/ Tááge óóbe	4	300	1ère année et 2ème année

### 3.2.1 Couture /Sããge õõbe

**Objectifs du cours** : apprendre le métier de couture pour le bien-être social et économique de la femme en milieu rural.

**Compétences à acquérir** : maintenance de la machine et couture générale.

**Notions essentielles** : les organes de la machine, la coupe, l'assemblage.

**Références** :

**Durée de cours** : 18 mois

**Aspects pratiques** : confection des tenues pour femmes, hommes et enfants

### 3.2.2 Broderie / bodge õõbe

**Objectif du cours** : favoriser l'entrepreneuriat et compléter la formation de couture

**Compétences à acquérir** : capacité à réaliser tous les points de broderie, savoir dimensionner les tissus

**Notions essentielles** : la connaissance des différents tissus, la découpe des tissus, les différents points de broderie

**Références** :

**Durée de cours** : 18 mois

**Aspects pratiques** : confection des nappes de table ; des coussins

### 3.2.3 Teinture / baage law õõbe

**Objectifs du cours** : apprendre à confectionner des motifs divers afin de proposer un service de qualité.

**Compétences à acquérir** : capacité à faire les différents types de teinture;

**Notions essentielles** : connaissances pratiques des matériels et matériaux de teinture, processus de confection des motifs, règles à observer.

**Références** :

**Durée de cours** : 03 mois

**Aspects pratiques** : Travaux pratiques, évaluations

### 3.2.4 Tricotage/ Tááge õõbe

**Objectifs du cours** : apprendre à confectionner les corsages pouvant protéger contre le froid.



**Compétences à acquérir** : être capable de réaliser les ensembles pour enfants et bébés, adultes à base de la laine, des aiguilles et des crochets.

**Notions essentielles** : fils appropriés, les aiguilles et crochets, les motifs, les assemblages ...

**Références** :

**Durée de cours** : 16 mois

**Aspects pratiques** : réalisation des ensembles, des bonnets, des nappes

### 3.3 Pratiques professionnelles 2ème catégorie

Désignation	Coefficient	Nombre d'heures	Année	Trimestre
Nutrition /Reege	5	300	1ère Année et 2ème année	1, 2, 3
Pratiques agricoles /Jeege	3	200	2ème année	1, 3, 4
Hygiène /Faage ngele	3	100	1ère année	1, 2, 3
Puériculture	1	80	2ème année	1, 2, 3

#### 3.3.1 Nutrition /Reege

**Objectifs du cours** : améliorer la cuisine locale et apprendre celle des autres afin de contribuer à l'amélioration nutritionnelle des enfants et adultes.

**Compétences à acquérir** : savoir les différents types d'aliments et leurs apports nutritifs, être capable d'identifier l'utile de l'agréable dans l'alimentation.

**Notions essentielles** : une alimentation saine et équilibrée, la nutrition des bébés et enfants, préparation de quelques mets d'ici et d'ailleurs, l'utilisation du foyer amélioré

**Références** :

**Durée de cours** : 18 mois

**Aspects pratiques** : cours pratiques de cuisine

#### 3.3.2 Pratiques agricoles /Jeege

**Objectif du cours** : améliorer le rendement à travers des techniques agricoles

**Compétences à acquérir** : fabrication des produits de traitements à base des matériaux locaux, la fabrication des engrais organiques, le compostage

**Notions essentielles** : la préparation des champs, les semences, les méthodes de semis, l'amendement des sols, le calendrier cultural...

**Références** :

**Durée de cours** : 06 mois

**Aspects pratiques** : démonstrations pratiques de fabrication des insecticides et pesticides

#### 3.3.3 Hygiène /Faage ngele

**Objectif du cours** : apprendre et mettre en pratique la propreté au sein de la communauté.

**Compétences à acquérir** : l'entretien de la concession, des ustensiles de cuisine, de la peau et des vêtements; puisage, transport et conservation d'eaux de boisson;

**Notions essentielles** : l'hygiène de la peau, l'hygiène des aliments, la propreté de l'environnement.

**Références** :

**Durée de cours** : 06 mois

**Aspects pratiques** : fabrication des savons, balayage des salles de formation, lavage des latrines

### 3.4. Autres enseignements

Désignation	Coefficient	N o m b r e d'heures	Année	Trimestre
Education Physique et Sportive	1	60	1ère année	1, 2, 3
Education Environnementale	3	100	2ème année	2, 3
Conduite	1		1ère et 2e années	1, 2, 3, 4

#### 3.4.1 Education Physique et Sportive

**Objectif du cours** : Assurer le maintien corporel et favoriser l'épanouissement physique,

**Compétences à acquérir** : les exercices de relaxation, capacités à développer des jeux spécifiques à l'épanouissement corporel et physique.

**Notions essentielles** : course de sac, lutte des canards, footing, jeux de corde

**Références** :

**Durée de cours** : 18 mois

**Aspects pratiques** : Jeux, exercices pratiques des différents sports

#### 3.4.2 Education Environnementale

**Objectif du cours** : adopter des comportements responsables et favoriser la protection de l'environnement pour un développement durable.

**Compétences à acquérir** : savoir les causes, manifestations et les moyens de lutte de la dégradation de l'environnement

**Notions essentielles** : la pollution, le changement climatique, la déforestation, les pratiques agricoles et environnementales inappropriées;

**Références** :

**Durée de cours** : 06 mois

**Aspects pratiques** : plantation des arbres, nettoyage des déchets plastiques.