

# SOUS L'EMPRISE D'UN ÉCRAN



Une production exclusive du **Club Cedeao**

[clubcedeo@gmail.com](mailto:clubcedeo@gmail.com)

## **Chapitre 1 : L'illusion du rêve numérique**

Carine, une jeune élève de 19 ans en classe de Terminale A, vivait à Abidjan dans la commune de Treichville où la vie était rythmée par les bruits des marchés et les discussions des voisins qui résonnaient à travers les murs des maisons mitoyennes. Issue d'une famille modeste, elle partageait une petite chambre avec sa sœur cadette Rachel, une élève en classe de Première C, studieuse et passionnée des Mathématiques. Contrairement à Rachel, Carine rêvait de célébrité et de paillettes.

Elle passait des heures sur son téléphone portable, scrollant sans fin sur Instagram, TikTok, et Snapchat, fascinée par la vie des influenceuses. Des femmes au teint éclatant, vêtues de tenues luxueuses, posaient devant des paysages paradisiaques. Carine voulait cette vie. Pour elle, les études semblaient fades et dénuées de sens.

Ses parents, Monsieur et Madame Kouadio, faisaient de leur mieux pour subvenir aux besoins de la famille. Monsieur Kouadio, chauffeur de taxi, travaillait de longues heures, tandis que Madame Kouadio, vendeuse de fruits au marché, se levait à l'aube chaque jour. Malgré leurs sacrifices, Carine refusait de s'impliquer dans les tâches ménagères.



*Une production exclusive du Club Cedeao*

— Carine ! Viens m'aider à éplucher ces ignames ! cria sa mère depuis la cuisine.

— Maman, je suis occupée, répondit Carine sans lever les yeux de son téléphone.

Rachel, quant à elle, s'activait à la cuisine tout en récitant des formules apprises en classe.

— Tu devrais prendre exemple sur ta sœur ! lança sa mère, exaspérée.

Carine roula des yeux, murmurant pour elle-même :

— Toujours Rachel par-ci, Rachel par-là.

Un soir, Monsieur Kouadio décida de confronter sa fille.

— Carine, il faut qu'on parle. Tes notes sont un désastre, et ta mère se plaint que tu n'aides jamais à la maison.

— Papa, je suis fatiguée après les cours. Et puis, Rachel est là pour ça, non ? répondit-elle avec désinvolture.

— Fatiguée de quoi ? De passer ton temps sur ce téléphone ?! Si tu continues comme ça, ton avenir est foutu !

Ses paroles frappèrent Carine, mais elle refusa de l'admettre.

## **Chapitre 2 : L'école, un décor secondaire**

À l'école, Carine était une élève en difficulté. Ses professeurs, désespérés par ses résultats catastrophiques, multipliaient les interpellations.

Un matin, Madame Touré, sa professeure de français, lui demanda de lire un texte à haute voix. Carine bafouilla, incapable de prononcer correctement certains mots simples. Les rires de ses camarades fusèrent. Elle baissa les yeux, honteuse, mais dès la fin du cours, elle retrouva refuge dans son téléphone.

À la récréation, ses amies Amira et Fatou tentèrent de la raisonner.

— Carine, tu devrais vraiment te concentrer sur tes cours. Le bac, c'est dans quelques mois ! dit Amira avec sérieux.

— Vous dramatisez trop. Je m'en sortirai comme d'habitude.

— Comme d'habitude ? Tu es toujours dernière de la classe dans toutes les évaluations ! rétorqua Fatou.

Mais rien n'y faisait. Carine passait ses pauses à commenter des vidéos humoristiques sur Facebook, à suivre les dernières tendances mode sur TikTok, ou à regarder les "lives" de stars locales.

### **Chapitre 3 : Les conseils tombés dans l'oubli**

Assise dans la salle à manger familiale, Carine faisait défiler les publications Instagram de ses influenceuses préférées. Ses yeux brillaient devant les sacs à main de luxe et les tenues dernier cri. En arrière-plan, sa mère, fatiguée d'essayer, soupira. Rachel, la petite sœur, écoutait attentivement une leçon d'histoire sur une chaîne YouTube éducative.

— Carine, dit sa mère en essuyant la table. Tu ne penses pas qu'il serait temps d'utiliser ton téléphone pour apprendre quelque chose d'utile ? Rachel m'a dit qu'elle a appris une astuce pour résoudre des problèmes de maths en ligne. Pourquoi ne pas essayer aussi ?

Carine leva à peine les yeux de son écran.

— Maman, je suis en train de me détendre. Tu ne veux pas que je sois tout le temps stressée, hein ?

Rachel intervint timidement.

— Tu sais, grande sœur, il y a des sites qui proposent des capsules éducatives sur les leçons au programme. Ça m'a aidée pour mes recherches.

Carine esquissa un sourire moqueur.

— Rachel, ce n'est pas en répondant à des quiz qu'on devient populaire ou qu'on se fait de l'argent. Regarde ces filles sur Instagram. Elles vivent leur meilleure vie.

Sa mère secoua la tête.



## Une production exclusive du *Club Cedeao*

— Ces filles, comme tu dis, ont peut-être travaillé dur pour en arriver là. Mais toi, Carine, tu veux vivre dans un rêve alors que tes résultats sont en chute libre.

Carine se leva brusquement et quitta la pièce, son téléphone toujours à la main.

Un jour, après une énième mauvaise note en français, M. Yao, le professeur principal, décida de convoquer Carine.

— Mademoiselle Kouadio, dit-il en croisant les bras, savez-vous pourquoi je vous ai appelée ?

Carine haussa les épaules.

— Pas vraiment, monsieur.

M. Yao soupira.

— Vos résultats sont préoccupants. Vous êtes en classe d'examen, mais votre attitude montre tout, sauf de la détermination. Savez-vous que le ministère de l'Éducation a créé une plateforme pour préparer le bac avec des exercices et des vidéos explicatives ?

Carine feignit l'intérêt.

— Oui, j'en ai entendu parler. Mais je préfère réviser seule.

Le professeur sourit avec indulgence.

— Réviser seule ? Vous avez eu un 4/20 en dissertation, et vos arguments étaient hors sujet. Ce n'est pas un hasard si Rachel, votre sœur, excelle. Elle utilise ces outils numériques pour s'améliorer. Vous pourriez au moins essayer.

## Une production exclusive du *Club Cedeao*

Carine baissa la tête, mais son esprit vagabondait déjà vers le prochain TikTok à regarder.

A la pause du midi, Fatou, son amie essaya une fois de plus de raisonner Carine.

— Carine, il faut qu'on parle, dit-elle en mordant dans son sandwich.

— De quoi ? répondit Carine distraitement, son téléphone en main.

— Tu ne trouves pas que tu passes trop de temps sur ces réseaux ? Regarde, même Armelle a arrêté TikTok pour se concentrer sur ses révisions.

Carine éclata de rire.

— Armelle ? Pardon, on se connaît ici ! Moi, je gère ma vie comme je veux.

Fatou insista.

— Mais tes résultats parlent d'eux-mêmes. Pourquoi ne pas utiliser des applications et sites comme "Khan Academy" ou "Club Cedeao" ? C'est interactif et super utile.

— Fatou, sérieusement, tu crois que ces trucs vont m'aider à avoir 20/20 ?

Fatou soupira, déçue.

— Peut-être pas, mais ça t'aiderait à ne pas échouer. Tu sais, le succès, ce n'est pas qu'un coup de chance. Ça se travaille.

Les conseils et encouragements s'accumulaient, mais Carine restait prisonnière de son écran. Elle voyait les autres élèves progresser, elle entendait les histoires de ceux qui avaient transformé leur téléphone en outil d'apprentissage, mais pour elle, le fossé entre la volonté et l'action semblait infranchissable. Chaque mot de ses proches sonnait comme une vérité qu'elle refusait d'affronter, jusqu'à ce que le poids de ses échecs la pousse un jour à se regarder dans le miroir et à murmurer :  
— Est-ce trop tard pour changer ?

#### **Chapitre 4 : Les Congés de Noël, un tournant manqué**

À l'approche des congés de Noël, Carine prit une résolution ferme : mettre son téléphone de côté pour rattraper son retard scolaire. Cependant, une fois chez elle, la tentation fut trop forte. Elle passa des nuits blanches sur TikTok, défiant le sommeil pour "liker" des vidéos ou participer à des challenges. Un matin, épuisée, elle s'effondra en larmes. Elle se remémora les paroles de ses parents, amis et professeurs.

— Peut-être que je devrais essayer ces trucs éducatifs, murmura-t-elle.

Elle ouvrit timidement un site d'histoire-géographie recommandé par son professeur. Mais après quelques minutes, une notification de Snapchat attira son attention. En moins de cinq secondes, elle était de retour à son habitude.



## Une production exclusive du *Club Cedeao*

Les congés de Noël, pourtant synonymes de joie et de répit, avaient un goût amer pour Carine. La maison résonnait des éclats de rire de Rachel, qui venait de recevoir une mention "félicitations" pour ses résultats du premier trimestre. Les guirlandes de Noël, brillaient de mille lumières mais Carine ne ressentait aucune chaleur en cette saison festive. Assise sur son lit, le regard vide, elle fixait l'écran de son téléphone, les notifications s'accumulant comme un rappel cruel de sa dépendance. Alors que sa mère nettoyait la maison avec entrain, elle posa un regard compatissant sur sa fille aînée, assise dans sa chambre, le visage sombre.

— Carine, tu ne m'aides même pas ? Rachel est partie réviser, et toi, tu es là, encore collée à ton téléphone.

Carine ne répondit pas. Elle revoyait le bulletin scolaire qu'elle avait caché dans son sac. Un 7,40/20 de moyenne générale. Ses professeurs avaient inscrit des commentaires accablants : "Manque de sérieux", "Absence d'efforts", "Capacités gâchées".

Ce soir-là, elle n'arrivait pas à dormir. La lueur bleutée de son téléphone illuminait la pièce sombre. Carine tapota nerveusement sur l'écran, passant d'une vidéo à une autre, mais rien ne retenait vraiment son attention. Des larmes silencieuses coulaient sur ses joues.

— Pourquoi je suis comme ça ? murmura-t-elle dans le vide. Pourquoi je n'arrive pas à être comme Rachel ?

## Une production exclusive du *Club Cedeao*

Le lendemain, alors que Rachel terminait un exercice de mathématiques, Carine, pleine de honte, s'approcha timidement.

— Tu peux m'aider pour mes devoirs ? demanda-t-elle d'une voix basse.

Rachel leva les yeux, surprise.

— Bien sûr, grande sœur. Mais... pourquoi tu ne t'y mets pas seule d'abord ? Tu sais, les vidéos sur "Math en poche" sont super pour débiter.

Carine détourna les yeux, mal à l'aise.

— J'ai essayé, mais... je ne comprends pas.

Rachel soupira et se rapprocha. Elle prit la feuille de Carine, mais les réponses étaient un véritable désastre.

— Carine, il faut que tu te concentres. Tu ne peux pas juste écrire n'importe quoi. C'est comme si tu n'avais même pas lu l'énoncé.

Ces mots, bien que dits avec douceur, furent comme un coup de poignard. Carine sentit son cœur se serrer.

Plus tard, seule dans sa chambre, elle ouvrit son journal intime, une vieille habitude qu'elle avait délaissée.

Pourquoi suis-je incapable de changer ? Chaque fois que je prends une résolution, je retombe dans les mêmes travers. Maman a raison, Papa aussi. Même mes profs. Ils ont tous essayé de m'aider, mais c'est comme si je n'écoutais rien. Je suis trop enfoncée dans mes mauvaises habitudes.



## Une production exclusive du *Club Cedeao*

Elle ferma brusquement le carnet et le jeta sur son lit. Sa poitrine se serrait sous le poids de ses regrets. Elle se remémora les moments où ses amis, sa famille et ses enseignants avaient tendu une main secourable. Tous ces conseils qu'elle avait ignorés, toutes ces opportunités qu'elle avait gâchées.

— Pourquoi je n'ai pas écouté ? Sanglota-t-elle. Pourquoi je n'ai pas essayé ?

Carine se leva le lendemain avec une résolution fragile. Elle rangea son téléphone dans un tiroir et se promit de ne pas le toucher.

— Aujourd'hui, je travaille ! se dit-elle, déterminée.

Elle ouvrit son cahier de mathématiques et tenta de résoudre un problème. Au bout de quelques minutes, elle se sentit submergée. Les chiffres semblaient danser devant ses yeux. Elle n'arrivait pas à comprendre les notions que M. Yao avait expliquées en classe.

L'envie de reprendre son téléphone devint insupportable. Finalement, elle céda, se convainquant qu'elle ne regarderait qu'une vidéo. Mais une vidéo devint deux, puis dix. En un clin d'œil, deux heures s'étaient écoulées.

Lorsqu'elle réalisa, elle se sentit vaincue.

— Je suis nulle. Je n'y arriverai jamais, murmura-t-elle en jetant son cahier par terre.

*Une production exclusive du Club Cedeao*

Rachel entra dans la chambre, un sourire triomphant aux lèvres.

— J'ai fini mon chapitre de physique ! Et toi ?

Carine détourna les yeux, honteuse.

— J'ai essayé... mais c'est trop dur.

Rachel s'assit à côté d'elle.

— Carine, ça ne devient pas facile tout de suite. Mais si tu persévères, ça finira par marcher. Regarde ta camarade Armelle. Elle a galéré au début, mais maintenant elle est au top.

Carine sentit une pointe d'envie. Armelle, cette amie qui était autrefois aussi dispersée qu'elle, avait changé grâce aux outils numériques éducatifs.

— J'aimerais être comme vous... Mais je crois que c'est trop tard pour moi.

Rachel lui prit la main.

— Il n'est jamais trop tard. Pour s'en sortir, une seule solution : il faut vraiment que tu y croies et que tu sois prête à faire des sacrifices.

Malgré quelques jours d'efforts sporadiques, Carine retomba dans ses anciennes habitudes. Les notifications de Snapchat, Instagram, TikTok, Facebook, WhatsApp etc. reprirent le dessus. Les révisions restèrent au point mort, et les congés de Noël s'envolèrent.

Le jour de la reprise scolaire en début janvier, elle remit son téléphone dans sa poche et prit son sac. Son cœur était lourd. Elle savait que ces congés auraient pu être le moment de tout changer mais... hélas !



## **Conclusion : Leçons d'une vie connectée**

Carine incarne ces élèves qui, face à l'abondance des distractions numériques, perdent de vue leurs objectifs. Sa dépendance au téléphone, son manque de discipline, et sa procrastination montrent à quel point un usage excessif et incontrôlé des écrans peut ruiner des opportunités précieuses.

À travers ses regrets et ses tentatives infructueuses, le roman "*Sous l'Emprise d'un Écran*" met en lumière l'urgence pour les élèves de se responsabiliser, d'écouter les conseils, et de prendre conscience que chaque minute gaspillée est une chance perdue.

Carine représente un avertissement : ***ne laissez pas les outils destinés à vous construire devenir ceux qui vous détruisent.***

La chute de Carine n'est pas celle d'une héroïne vaincue, mais celle d'un miroir tendu aux élèves de notre époque, ceux pour qui le téléphone portable est à la fois un outil de savoir et une source de distraction. À travers son histoire, il apparaît clairement que les choix que nous faisons aujourd'hui façonnent les opportunités de demain. **Retenons ceci :**

### **1- Le téléphone : un outil ou une entrave ?**

Carine avait tout pour réussir. Comme tant d'autres, elle avait accès à une technologie qui, bien utilisée, pouvait l'amener à exceller. Mais son incapacité à canaliser son usage l'a enfermée dans un cercle vicieux de procrastination et de dépendance. La première grande leçon à retenir est que la technologie n'est qu'un outil. Elle peut être une arme de construction ou de destruction selon la manière dont on l'utilise.

### **2- Écouter les conseils des autres**

Ses parents, ses professeurs, et même sa sœur lui avaient tendu des perches pour l'aider à se relever. Mais l'orgueil et l'insouciance de Carine l'ont empêchée d'écouter. Ce roman rappelle aux élèves l'importance de prêter attention aux conseils bienveillants de ceux qui les entourent. Chaque recommandation ignorée est une chance gâchée.

### **3- La discipline et le travail personnel sont incontournables**

Carine a essayé, mais trop tard, et sans réelle discipline. Son histoire démontre que les talents naturels ou les bonnes intentions ne suffisent pas. Il faut travailler avec rigueur et constance pour atteindre ses objectifs. Rien ne remplace les efforts personnels et le temps consacré à ses études.



#### **4- Le temps ne revient jamais**

Carine a cru qu'elle avait tout le temps devant elle. Mais la vérité, souvent douloureuse, est que chaque minute gaspillée est irrécupérable. Les élèves doivent comprendre que l'adolescence est une période cruciale où chaque effort compte, et où chaque échec à se responsabiliser peut avoir des conséquences durables.

#### **5- Le pardon et la deuxième chance**

Si l'histoire de Carine est une tragédie, elle porte aussi une lumière d'espoir. Même lorsqu'elle semblait vaincue, les mots de Rachel, la patience de ses parents, et la compréhension de ses professeurs lui rappelaient qu'il n'est jamais trop tard pour essayer. Ce message est essentiel : chacun a droit à une deuxième chance, à condition de la saisir pleinement.

#### **Un appel à l'action**

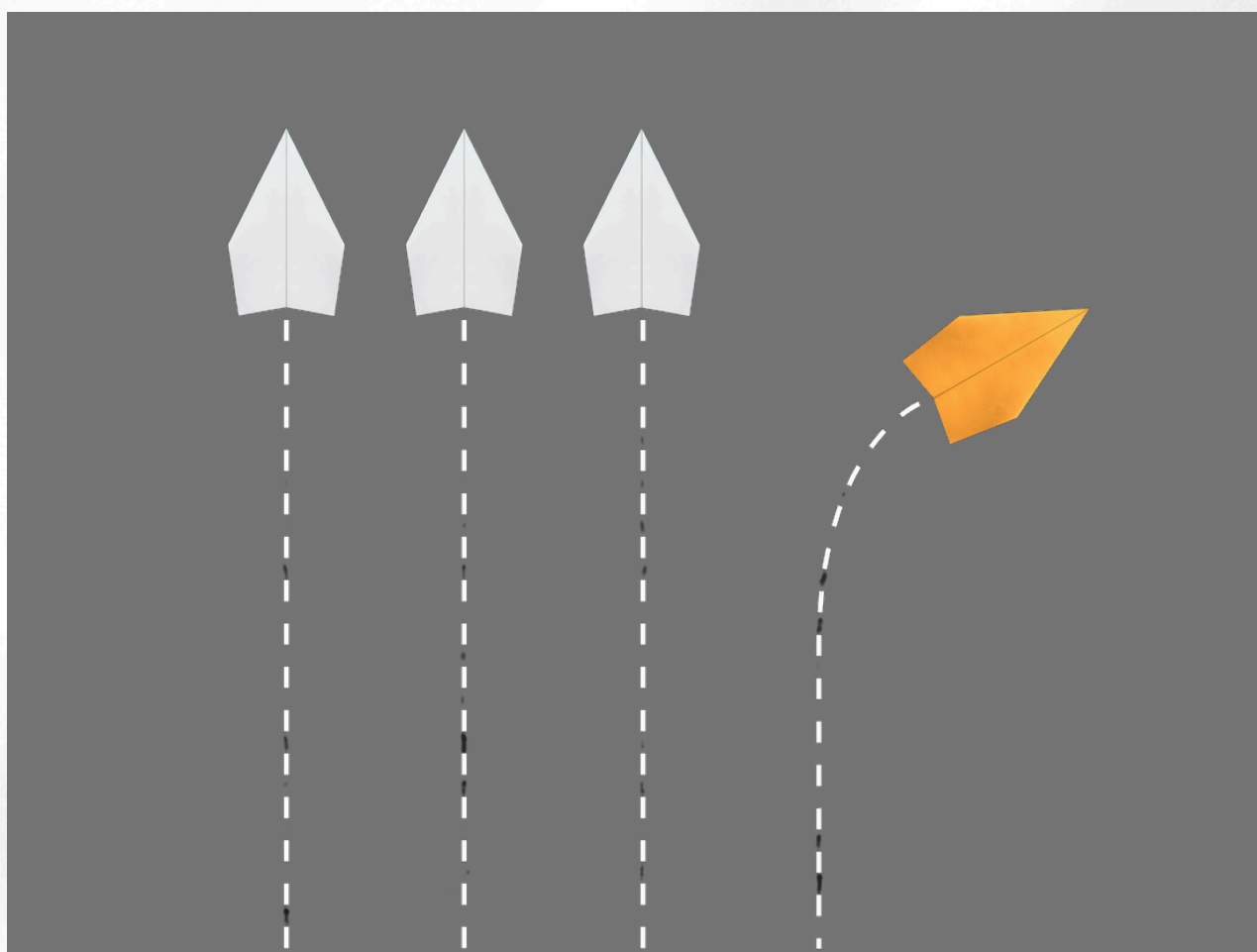
Le roman "**Sous l'Emprise d'un Écran**" est une invitation pour chaque élève à regarder son propre rapport à la technologie et à se poser les bonnes questions :

- *Mon téléphone m'aide-t-il ou me détourne-t-il de mes objectifs ?*
- *Mes habitudes actuelles construisent-elles mon avenir ou le sabotent-elles ?*

Une production exclusive du **Club Cedeao**

À travers les larmes et les luttes de Carine, ce roman appelle à une prise de conscience collective : il est possible d'être maître de son destin, à condition de faire les bons choix, et de ne jamais sous-estimer l'impact des petites décisions quotidiennes.

La vie de Carine peut être un avertissement, mais elle peut aussi être une source d'inspiration. Chaque élève a le pouvoir de changer son histoire. Il suffit d'un premier pas, d'une première décision : éteindre son téléphone et allumer **sa volonté !**





Une production exclusive du **Club Cedeao**

[clubcedeo@gmail.com](mailto:clubcedeo@gmail.com)



Vous avez fini de lire le roman et vous voulez participer au jeu ? Répondez aux dix questions sur le roman. Notez bien au brouillon les mots ou groupes de mots trouvés à chaque réponse.

**Trois (3)** réponses vous permettront de composer la phrase mystère. **Sept (7)** réponses sont des intruses (inutiles).

Une fois la phrase mystère trouvée, RDV sur le Site Web 🖱️🖱️ : <https://clubcedeo.com/jeu-cedeo/>

Remplissez le formulaire, écrivez la phrase mystère et validez. Attendez le **lundi 30 Décembre 2024** pour découvrir le nom du lauréat. Si vous êtes le (la) lauréat(e), vous recevrez votre dépôt de **20.000f CFA** le **5 Janvier 2025** par Wave. Le jeu sera remis en ligne ce même jour 5 Janvier avec un nouveau roman et dix questions pour une nouvelle phrase mystère.

**Allez !!! Bonne lecture et surtout bonne chance au jeu.**



## Réponds aux questions et complète les phrases à trous

1. Il suffit d'un premier pas, d'une première décision : .....
2. Carine passait ses pauses à commenter quoi ?
3. Rachel, la petite sœur, écoutait attentivement une leçon d'histoire sur quoi ?
4. Carine passait des heures sur son téléphone portable, scrollant sans fin sur Instagram, TikTok, et Snapchat, fascinée par la vie de qui ?
5. Les conseils et encouragements s'accumulaient, mais .....
6. Chacun a droit à une deuxième chance, à quelle condition ?
7. Les congés de Noël, pourtant synonymes de joie et de répit, avaient .....
8. La première grande leçon à retenir est que la technologie n'est qu'un outil. Elle peut être une arme de construction ou .....
9. Il n'est jamais trop tard. .... il faut vraiment que tu y croies et que tu sois prête à faire des sacrifices.
10. Carine incarne ces élèves qui, face à l'abondance des distractions numériques, perdent quoi ?

# Bonne Chance !