# Les marchés de l’emploi au Cameroun

**Repères pour chercher, garder et changer d’emploi — AFEC Cameroun, octobre 2026**

## Avant de commencer

Ce guide s’adresse aux personnes qui cherchent un premier emploi, à celles qui veulent en changer et à celles qui, après des années de carrière, se demandent comment rester dans la course. Il part d’un constat simple : au Cameroun, le marché du travail ne ressemble pas à celui que décrivent la plupart des conseils trouvés en ligne, souvent écrits pour l’Europe ou l’Amérique du Nord. Ici, la grande majorité des emplois sont informels, le sous-emploi pèse plus lourd que le chômage, et un diplôme ne suffit pas toujours à ouvrir une porte.

AFEC Cameroun (Audit, Formation, Évaluation, Conseil) accompagne chaque jour des candidats, des entreprises et des intérimaires. Ce guide rassemble ce que cette expérience nous a appris, appuyé sur les chiffres publics de l’Institut national de la statistique (INS) et d’autres sources citées à la fin.

**Quelques chiffres pour situer le paysage** (INS, troisième Enquête sur l’emploi et le secteur informel, EESI 3, réalisée en 2021) :

| Indicateur | Valeur |
|---|---|
| Part des emplois informels | **86,6 %** |
| Emplois dans le secteur public | 8,2 % |
| Emplois dans le privé formel | 5,1 % |
| Taux de chômage (définition du BIT) | 6,1 % |
| Sous-emploi « invisible » (revenu horaire inférieur à la norme légale) | 40,9 % des hommes, 55,4 % des femmes |
| Personnes en emploi qui sont salariées | 38,6 % (64,6 % à Yaoundé) |

Ce tableau dit l’essentiel : au Cameroun, le problème est moins de **trouver une activité** que de **trouver un emploi qui fasse vivre**, déclaré, stable et en rapport avec ses compétences. C’est le fil conducteur des cinq parties qui suivent.

**Au sommaire**

1. Les métiers changent : d’hier à demain
2. Diplômes généraux : quelles voies au Cameroun ?
3. Chercher un emploi quand on recrute peu
4. Rester employable après 50 ans
5. Travailler ensemble, toutes générations confondues

# 1. Les métiers changent : d'hier à demain

## Des métiers qui ont disparu ou se sont transformés

Chaque génération voit disparaître des métiers que l'on croyait indispensables. Au Cameroun, beaucoup se souviennent du **télégraphiste** des PTT, du **photographe ambulant** des marchés et des cérémonies, de l'**écrivain public** installé devant les administrations, ou de la **dactylographe** qui tapait les courriers en plusieurs exemplaires carbone.

Ces métiers n'ont pas disparu parce que ceux qui les exerçaient travaillaient mal. Ils ont disparu parce que la manière de rendre le même service a changé : le téléphone portable a remplacé le télégramme, le smartphone l'appareil photo de studio, l'ordinateur la machine à écrire. Le besoin, lui, est resté : communiquer, garder une trace, rédiger un document officiel.

## Des métiers qui sont nés

Les mêmes changements ont créé des métiers que personne n'imaginait il y a vingt ans :

- l'**agent Mobile Money**, devenu un acteur central de la vie économique. Fin 2024, le Cameroun comptait près de **31 millions de comptes Mobile Money**, soit environ 65 % des comptes de la zone CEMAC (BEAC) ;
- le **technicien de maintenance** des téléphones, ordinateurs et panneaux solaires ;
- le **gestionnaire de communauté** (community manager) qui anime les pages des entreprises sur les réseaux sociaux ;
- l'**archiviste et documentaliste numérique**, qui organise, numérise et protège les documents des entreprises et des administrations.

## L'exemple des archives

L'archivage illustre bien cette transformation. En avril 2025, le gouvernement a renforcé son programme de **numérisation des archives publiques**, avec un groupe de travail interministériel coordonné par le ministère de la Culture et réunissant une trentaine d'administrations. L'objectif : moderniser la gestion des documents, réduire les pertes et améliorer la traçabilité des décisions.

Un tel chantier demande des personnes qui savent **classer, décrire, conserver et retrouver** l'information, et qui maîtrisent aussi les outils numériques. Ce sont des compétences que l'on acquiert en histoire, en lettres ou en sciences de l'information, complétées par une formation pratique. C'est l'un des domaines d'intervention d'AFEC Cameroun.

## Ce que l'intelligence artificielle change

Les outils d'intelligence artificielle savent déjà transcrire un enregistrement, résumer un texte ou proposer un classement. Ils ne remplacent pas le jugement humain : vérifier qu'une information est juste, décider de ce qui doit être conservé, protéger des données personnelles, expliquer un document à un usager.

**À retenir** : les métiers qui résistent le mieux combinent une compétence de fond (comprendre un domaine) et une compétence d'outil (savoir se servir des technologies du moment). Celui qui apprend à utiliser les nouveaux outils dans son métier se rend plus précieux.

# 2. Diplômes généraux : quelles voies au Cameroun ?

## Un diplôme ouvre plus de portes que son intitulé

Une licence ou un master en histoire, géographie, lettres, philosophie, sociologie, droit, économie ou langues ne mène pas à un seul métier. Beaucoup de diplômés pensent que « l'histoire ne sert qu'à enseigner l'histoire ». C'est inexact : ce qu'un employeur recherche d'abord, ce sont les **capacités** qu'un tel diplôme développe.

| Ce que vous avez appris à faire | Où cela sert |
|---|---|
| Chercher une information, la vérifier, la recouper | journalisme, recherche, audit, assurance, banque (conformité) |
| Lire et analyser des documents longs | administration, cabinets juridiques, ONG, ressources humaines |
| Rédiger clairement un rapport, un mémoire | communication, gestion de projets, secrétariat de direction |
| Classer et conserver des sources | archives, documentation, gestion électronique des documents |
| Expliquer un sujet à un public | enseignement, formation, tourisme et patrimoine, animation |
| Travailler dans deux langues | entreprises, organisations internationales, traduction |

## Les grandes voies, et ce qu'elles exigent

**L'enseignement.** Les écoles normales supérieures (ENS) recrutent sur concours. L'enseignement privé, confessionnel et laïc, recrute aussi directement. Les conditions d'accès et d'intégration changent selon les années : vérifiez toujours les textes officiels du ministère de l'Enseignement supérieur (MINESUP) avant de vous engager.

**La fonction publique.** L'accès se fait par concours (ministère de la Fonction publique et de la Réforme administrative, MINFOPRA, écoles de formation comme l'ENAM). Le secteur public ne représente toutefois que **8,2 % des emplois** (INS, EESI 3). Il serait imprudent d'en faire la seule piste.

**Les archives, la documentation et le patrimoine.** La numérisation des archives publiques et privées, les musées, les bibliothèques et le tourisme culturel ont besoin de profils formés aux sciences humaines. Une formation complémentaire en archivistique ou en gestion documentaire fait souvent la différence.

**Le secteur privé formel.** Banques, assurances, télécommunications, cabinets de conseil et grandes entreprises recrutent des généralistes pour des postes d'assistant, de chargé de clientèle, de chargé de communication ou de ressources humaines. Ces postes sont rares (5,1 % des emplois) et très demandés : il faut s'y préparer sérieusement.

**Les ONG et organisations internationales.** Elles valorisent la rédaction, la gestion de projets et le bilinguisme.

**L'entrepreneuriat et les services.** Formation, soutien scolaire, rédaction, traduction, guide touristique, conseil : beaucoup de diplômés créent leur propre activité. Les dispositifs publics d'appui à l'emploi et à l'auto-emploi peuvent aider (voir la partie 3).

## Les passerelles : ce qui complète un diplôme général

Un diplôme général gagne en valeur quand on lui ajoute une **compétence reconnue** :

- **l'anglais** (ou le français pour un anglophone). Le Cameroun est officiellement bilingue, et un niveau attesté par un test reconnu (TOEFL, Duolingo English Test…) ouvre des portes au Cameroun comme à l'étranger ;
- **une certification professionnelle** : gestion de projets (PMP), informatique et services numériques (CompTIA, ITIL, Cisco), sécurité de l'information (ISC2) ;
- **une formation courte et pratique** : archivistique, bureautique avancée, gestion des ressources humaines, comptabilité de base ;
- **une première expérience**, même modeste : stage, bénévolat, mission d'intérim.

*AFEC Cameroun est centre agréé de tests et de certifications internationales et organisme de formation ; elle propose aussi des missions d'intérim et de portage. Ces services sont présentés sur notre site ; renseignez-vous auprès de nous avant de choisir une certification : la bonne est celle qu'exigent les postes que vous visez.*

## Comment s'y prendre

1. Choisissez **un métier précis** dans le tableau ci-dessus.
2. Rassemblez **trois à cinq offres réelles** pour ce métier.
3. Notez ce qu'elles demandent : diplôme, certification, langue, années d'expérience.
4. Comparez avec ce que vous avez. **Nommez l'écart** en une phrase (« il me manque une attestation d'anglais et six mois d'expérience »).
5. Comblez cet écart précis, plutôt que de vous inscrire à une formation au hasard.

# 3. Chercher un emploi quand on recrute peu

## Comprendre le marché d'ici

Le taux de chômage officiel (6,1 %) peut sembler faible. Il ne dit pas tout : la plupart des personnes qui n'ont pas d'emploi déclaré exercent une petite activité pour survivre. Elles ne sont donc pas « au chômage » au sens statistique, mais elles sont en **sous-emploi** : trop peu d'heures, un revenu trop faible, un travail sans rapport avec leur formation.

Conséquence pratique : **les emplois formels sont peu nombreux et chacun attire beaucoup de candidats**. Envoyer le même CV à cinquante adresses fait perdre du temps et de l'argent (impression, transport, connexion). Une recherche ciblée réussit plus souvent.

## Étape 1 — Choisir deux secteurs, pas cinquante postes

Partez de vos deux compétences les plus solides et cherchez **deux secteurs** qui les utilisent. Par exemple, une personne habituée à la caisse, à la relation client et aux petits comptes peut viser la distribution et la microfinance.

Tenez un tableau simple, sur papier ou sur téléphone :

| Secteur | Employeurs de la ville | Postes possibles | Preuve qu'ils recrutent | Compétences demandées | Date de relance |
|---|---|---|---|---|---|

Au bout d'une semaine, vous devez savoir **où** chercher, et non plus seulement **quoi**.

## Étape 2 — Vérifier que l'offre est réelle

Une annonce vue sur un groupe WhatsApp ou Facebook n'est pas forcément une vraie offre. Avant de vous déplacer ou d'envoyer vos documents, vérifiez :

- le **nom de l'entreprise** et son adresse : existe-t-elle vraiment ? Un numéro fixe, un site, un registre de commerce (RCCM) ?
- l'**intitulé du poste** et ses missions : sont-ils précis ?
- une **date limite** et une **adresse de dépôt** claires ;
- et surtout : **aucune somme d'argent ne doit vous être demandée**.

> **Signal d'alarme absolu** : « frais de dossier », « frais de formation obligatoire avant embauche », « caution », « achat de la tenue », « paiement pour obtenir un rendez-vous ». Un employeur sérieux et un cabinet de recrutement sérieux ne font jamais payer un candidat. **AFEC Cameroun ne demande jamais d'argent aux candidats** ; si quelqu'un le fait en notre nom, c'est une escroquerie : signalez-la à info@afecameroun.com.

## Étape 3 — Le réseau, oui ; le piston, non

Au Cameroun comme ailleurs, beaucoup d'emplois se trouvent par le bouche-à-oreille. Utiliser son réseau est légitime quand il s'agit de **s'informer** : savoir si un poste est réellement ouvert, ce que l'employeur attend, à qui adresser sa candidature.

Le réseau devient un problème quand il remplace la compétence : recrutement par relation, par appartenance ethnique ou en échange d'un service. Cette pratique écarte des candidats valables, et l'emploi obtenu ainsi reste fragile. Un message simple et honnête suffit :

> Bonjour Monsieur / Madame [Nom], je m'intéresse aux postes de [intitulé] dans votre secteur. Pourriez-vous me dire quelles compétences comptent le plus chez vous, et à qui je pourrais adresser une candidature ? Je vous remercie de votre temps.

## Étape 4 — Montrer des preuves, pas des adjectifs

Les recruteurs lisent souvent « dynamique, rigoureux, sérieux ». Ces mots ne prouvent rien. Remplacez-les par **un fait vérifiable** :

- au lieu de « rigoureux », écrivez : *« J'ai tenu seul la caisse d'une boutique pendant deux ans, sans écart au contrôle mensuel. »*
- au lieu de « bon communicant », écrivez : *« J'ai animé chaque semaine un groupe d'étude de quinze étudiants. »*

N'inventez jamais un chiffre : on vous le demandera en entretien.

## Étape 5 — Organiser sa semaine et apprendre de ses résultats

Classez les offres en trois groupes : **postuler maintenant** (offre vérifiée, profil adapté), **vérifier d'abord** (information incomplète), **laisser de côté** (profil trop éloigné ou offre douteuse).

Après deux semaines, faites le point : vos candidatures obtiennent-elles des réponses ? Des entretiens ? Si rien ne bouge, changez **une seule chose à la fois** (le secteur, le niveau de poste visé ou la présentation du CV), pour savoir ce qui fonctionne.

## Les appuis qui existent

- Le **Fonds national de l'emploi (FNE)**, créé en 1990, propose gratuitement l'accueil des chercheurs d'emploi, l'intermédiation avec les entreprises, des formations aux techniques de recherche d'emploi et un appui à l'auto-emploi. Il dispose d'agences dans les régions.
- Les **centres de formation professionnelle** publics et privés agréés.
- La **plateforme AFEC Emploi** (www.afecameroun.com) : inscription gratuite, offres vérifiées de recruteurs identifiés, suivi de chaque candidature en ligne, et profil anonyme présenté aux recruteurs sur la seule base des compétences.

# 4. Rester employable après 50 ans

## Une étape de carrière, pas une fin

Les travailleurs de plus de cinquante ans possèdent ce qui manque souvent dans une entreprise : la connaissance du métier, des clients, de l'histoire des dossiers et des erreurs à éviter. Ils peuvent aussi être fragilisés lors d'une restructuration, d'un changement d'outils ou d'une fermeture d'entreprise. Mieux vaut s'y préparer que le subir.

## Ce que dit la loi

Au Cameroun, le Code du travail (loi n° 92/007 du 14 août 1992) encadre la rupture du contrat de travail. Un licenciement doit reposer sur un **motif légitime**, lié au comportement ou à l'aptitude du salarié, ou à une raison économique justifiée (article 40). Une rupture abusive peut donner lieu à des dommages-intérêts devant le tribunal. L'âge, en lui-même, ne fait pas partie des motifs prévus.

Pour la retraite, la pension de vieillesse de la CNPS est en principe ouverte **à 60 ans**, sous condition de durée d'immatriculation et de cotisation. Une retraite anticipée est possible dans certains cas. **Vérifiez votre relevé de carrière auprès de la CNPS bien avant 60 ans** : une période non déclarée par un employeur se rattrape plus facilement quand on s'en aperçoit tôt.

*Ces éléments sont donnés à titre d'information ; en cas de litige, adressez-vous à l'inspection du travail ou à un conseil juridique.*

## Six réflexes pour rester dans la course

1. **Se former aux outils du moment.** Messagerie, tableur, applications métier, paiements numériques : quelques semaines de formation suffisent souvent à combler l'écart.
2. **Rendre son expérience visible.** Notez les dossiers que vous avez menés, les problèmes que vous avez résolus, les personnes que vous avez formées. C'est la matière d'un CV convaincant.
3. **Transmettre.** Proposer de former les nouveaux, de documenter les procédures : celui qui transmet devient une ressource dont l'entreprise a besoin.
4. **Entretenir son réseau professionnel**, à l'intérieur et à l'extérieur de l'entreprise.
5. **Préparer un plan B** : une activité de conseil, de formation ou d'encadrement, une mission d'intérim ou de portage salarial, qui valorise l'expérience.
6. **Préparer ses finances** : une recherche d'emploi prend généralement plus de temps après cinquante ans. Une épargne de précaution et un relevé CNPS à jour donnent de la marge.

## Le portage et l'intérim : une option à connaître

Le **portage salarial** permet à un professionnel expérimenté de réaliser des missions pour des entreprises clientes tout en restant salarié d'une entreprise de portage, avec contrat, bulletin de paie et affiliation à la CNPS. C'est souvent une bonne façon de continuer à travailler après une carrière en entreprise, en mettant son expertise au service de plusieurs clients. AFEC Cameroun propose ce service.

# 5. Travailler ensemble, toutes générations confondues

## Une population jeune, des aînés respectés

Le Cameroun est un pays jeune : l'âge médian de sa population est d'environ **18 ans** (Nations unies, *Perspectives de la population mondiale*, révision 2024). Dans la plupart des entreprises, des jeunes à l'aise avec le numérique travaillent aux côtés d'aînés qui détiennent l'expérience. Notre culture accorde une place particulière au respect des aînés ; elle valorise aussi la transmission. Ce sont deux atouts.

## Les malentendus les plus fréquents

Les tensions entre générations viennent rarement de la mauvaise volonté. Elles naissent de **façons différentes de travailler** :

| Situation | Ce que pense souvent le plus jeune | Ce que pense souvent l'aîné |
|---|---|---|
| Une question à régler | « Un message WhatsApp suffit. » | « Cela mérite qu'on se voie. » |
| Les horaires | « Ce qui compte, c'est le résultat. » | « Être présent, c'est montrer son engagement. » |
| La reconnaissance | « J'ai besoin de savoir si j'ai bien fait. » | « On ne félicite pas pour un travail normal. » |
| Un nouvel outil | « Essayons, on verra. » | « La méthode actuelle a fait ses preuves. » |

Aucune de ces positions n'est fausse. Chacune a sa raison d'être.

## Ce qui marche

- **Se parler des méthodes**, pas des personnes : « Pour ce type de question, préférez-vous un message ou un appel ? »
- **Le tutorat dans les deux sens** : l'aîné transmet le métier, le plus jeune partage les outils.
- **Des règles d'équipe claires** sur les horaires, les canaux de communication et les délais de réponse.
- **Reconnaître le travail bien fait**, simplement et souvent : cela coûte peu et motive tout le monde.
- **Juger chacun sur ses compétences et ses résultats**, jamais sur son âge, son origine ou ses relations.

## Le mot du manager

Une équipe qui mélange les âges est plus solide qu'une équipe homogène : elle combine la mémoire et l'innovation. Le rôle du responsable est de créer les conditions de cet échange : répartir les tâches selon les forces de chacun, organiser la transmission et veiller à ce que personne ne soit écarté à cause de son âge.

# Pour aller plus loin avec AFEC Cameroun

- **Vous cherchez un emploi ?** Inscrivez-vous gratuitement sur la plateforme AFEC Emploi, déposez votre CV et suivez vos candidatures en ligne.
- **Vous recrutez ?** Publiez vos offres et accédez à la CVthèque de profils anonymes ; confiez-nous vos besoins en intérim ou en portage.
- **Vous voulez compléter votre profil ?** Formations, tests et certifications internationales : renseignez-vous auprès de notre centre.

**AFEC Cameroun** — 1008, Avenue Kennedy, Immeuble « Double T Creative », Yaoundé — Tél. +237 699 904 179 — info@afecameroun.com — www.afecameroun.com

*AFEC Cameroun ne demande jamais d'argent à un candidat pour une inscription, une candidature, un entretien ou une embauche.*

## Sources


- Institut national de la statistique (INS), *Troisième Enquête sur l'emploi et le secteur informel (EESI 3) — Phase 1 : Enquête sur l'emploi*, rapport principal et dépliant, 2022-2023 : ins-cameroun.cm.
- INS, *Genre et marché du travail au Cameroun : constats et recommandations*, note de politique, décembre 2024 (données EESI 3).
- Banque des États de l'Afrique centrale (BEAC), rapport sur les services de paiement 2024, repris par Ecofin Agency, mai 2026 (comptes Mobile Money).
- WeAreTech Africa, « E-gouvernance : le Cameroun renforce son programme de numérisation des archives », 8 avril 2025.
- Fonds national de l'emploi (FNE), présentation institutionnelle (missions, programmes, gratuité des services).
- Loi n° 92/007 du 14 août 1992 portant Code du travail (Cameroun).
- U.S. Social Security Administration, *Social Security Programs Throughout the World: Africa — Cameroon* (conditions de la pension de vieillesse CNPS).
- Nations unies, Division de la population, *World Population Prospects 2024* (âge médian).


*Ce document est une création originale d'AFEC Cameroun. Il peut être reproduit et diffusé librement à des fins non commerciales, en citant la source. Les chiffres proviennent des sources indiquées et datent de leur année de collecte ; ils seront mis à jour lors des prochaines publications de l'INS.*