



MICHAEL JACKSON - CHANTEUR

200 FCFA, 300 FC, 1€

www.adiac-congo.com

N°1981 DU 5 AU 11 AVRIL 2014

Édition du samedi



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

Nigeria

Ces visages qui inspirent les francophones d'Afrique

MISS MAMA KILO

Sylvie Fouzing :
« Je demande aux femmes de grande carrure de se jeter à l'eau »

Élue Miss Mama Kilo en mars, Sylvie Fouzing est de nationalité camerounaise. Michou Yap, également de nationalité camerounaise, 30 ans, a été désignée cinquième dauphine. Ces deux dames, qui jouissent de mensurations qui ont séduit le public, se livrent aux *Dépêches de Brazzaville* dans un entretien à cœur ouvert.

Page 3

SOMMAIRE

LES GENS

Trophées Mama-Nsomi

Douze personnalités physiques et morales reçoivent un prix

Page 3

CULTURE

Kelis

De retour avec un nouveau disque

Page 5

- PROGRAMME TV
- WEEK-END
- VOS JEUX



En 2012, le comité de sélection de l'Unesco désignait Port Harcourt au Nigeria capitale mondiale du livre 2014. Cette décision entre en vigueur le 23 avril et fera pendant un an honneur

aux lettres et à la culture nigérienne tout entière. À cette occasion, nous nous intéressons dans ce numéro à l'effervescence culturelle de ce grand pays du continent à travers sa littérature,

son cinéma et sa musique, trois disciplines artistiques dont la qualité et la capacité de production dominant et inspirent le reste du continent africain.

Pages 7-9

Éditorial

L'exemple nigérian

Le choix qu'a fait l'Unesco en désignant Port Harcourt, capitale de l'État de Rivers au sud du Nigeria, capitale mondiale du livre 2014 vient confirmer une évidence, la richesse culturelle de ce géant africain que représente le Nigeria. Pays monstre où règnent la corruption et les dangers, le Nigeria est finalement aussi le lieu où se créent l'avenir et toutes les possibilités culturelles et artistiques. N'en déplaise à certains francophones, ce géant africain est le pays de Fela Kuti, le roi de l'afrobeat, de Wole Soyinka, prix Nobel de littérature. C'est dans ce pays où règne le chaos que l'art contemporain africain connaît sa plus grande expansion. Les artistes puisent dans le tumulte du quotidien pour faire naître des œuvres singulières qui s'exportent à travers le monde.

Avec une formidable énergie, une nouvelle génération d'écrivains a vu le jour. Malgré le tableau des événements sombres que vit le Nigeria depuis des années, ces auteurs témoignent de la vitalité de la création littéraire nigérienne. Dans leurs écrits, ils interrogent le monde d'aujourd'hui sans complaisance. La parole libérée, affranchie de tout carcan idéologique, donne le ton à la manière de penser de la jeune génération. En citoyens du monde, ces auteurs se sentent chez eux aussi bien à New York, qu'à Londres ou à New Delhi sans jamais cesser de regarder dans le rétroviseur leur pays d'où ils tirent leur inspiration.

Sur la scène musicale continentale, la musique venue du Nigeria semble coloniser les habitudes et les tendances des francophones. Les programmes des télévisions africaines sont désormais assaillis par les films nollywoodiens. Ces films, qu'ils soient interprétés en français ou en lingala, le public en raffolent tant les histoires racontées collent à la réalité urbaine.

Meryll Mezath

Le chiffre 2 500 000

*C'est le nombre certifié
d'hectares de forêt concédés à
l'exploitation sur le territoire
national.*

Proverbe africain

*Ce n'est pas à toute
oreille percée que l'on
met des anneaux d'or.*

Proverbe libyen

Ils font le **IBUZZ**

« Xscape », le nouvel album de Michael Jackson

Cinq ans après la mort du roi de la pop, ce deuxième album posthume sort chez Epic le 13 mai. Retravaillés par Timbaland, les huit titres inédits raviront plus d'un.

En 2010 déjà paraissait *Michael*, le premier album posthume de la star américaine décédée en 2009. Les impatients peuvent déjà télécharger l'album sur le site de téléchargement iTunes.

Dona Elikia



Le président Denis Sassou-N'Guesso exhibe le maillot de Charleroi que Francis Nganga vient de lui remettre à l'issue de la réunion avec la diaspora congolaise du Benelux. (© Adiac)

Francis Nganga offre son maillot au président de la République lors de la réunion avec la diaspora congolaise du Benelux

Jeudi soir, à Bruxelles, le président Denis Sassou-N'Guesso concluait sa semaine bruxelloise par une rencontre avec la diaspora congolaise du Benelux. À l'issue de cette rencontre, Francis Nganga, latéral gauche de Charleroi et des Diables rouges, a offert son maillot au chef de l'État qui a profité de l'occasion pour vanter la démarche des joueurs binationaux qui, comme Nganga, ont choisi de porter les couleurs du Congo.

Camille Delourme

LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

Les Dépêches de Brazzaville sont une publication de l'Agence d'Information d'Afrique centrale (ADIAC)
Site Internet : www.brazzaville-adiac.com

DIRECTION

Directeur de la publication : Jean-Paul Pigasse
Secrétariat : Raïssa Angombo

Comité de direction

Emmanuel Mbengué, Émile Gankama, Lydie Pongault, Bénédicte de Capèle, Ange Pongault, Charles Zodiolo, Gérard Ebami-Sala, Philippe Garcia.

RÉDACTIONS

Directeur des rédactions : Émile Gankama
Assistante : Leslie Kanga
Photothèque : Sandra Ignamout
Secrétaire des rédactions : Jocelyn Francis Wabout
Secrétaire des rédactions adjoint :
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodiolo, Clotilde Ibara, Norbert Biembédi

Rédaction de Brazzaville

Rédacteurs en chef : Guy-Gervais Kitina, Thierry Nougou
Service Société : Parfait Wilfried Douniama (chef de service)
Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko
Service Politique : Roger Ngombé (chef de service), Jean Jacques Koumba, Josiane Mambou Loukoulou

Service Économie : Nancy France Loutoumba (chef de service) ; Lopelle Mboussa Gassia, Firmin Oyé
Service International : Nestor N'Gampoula (chef de service), Yvette Reine Nzaba, Tiras Andang
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Hermione Désirée Ngoma, Rosalie Bindika
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rominique Nerplat Makaya
Service Enquête : Quentin Loubou (chef de service), Rock Ngassakys
Chronique littéraire : Meryll Mezath (chef de service), Luce Jennyfer Mianzoukouta

Rédaction de Pointe-Noire

Rédacteur en chef : Faustin Akono
Lucie Prisca Condhét N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara
Commercial : Mélaïne Eta
Bureau de Pointe-Noire : Av. Germain Bikoumat : Immeuble Les Palmiers (à côté de la Radio-Congo Pointe-Noire). Tél. (+242) 06 963 31 34

Rédaction de Kinshasa

Directeur de l'Agence : Ange Pongault
Coordonnateur : Jules Tambwe Itagali
Politique : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa
Société : Lucien Dianzenza
Sports : Martin Enyimo
Service commercial : Adrienne Londole
Bureau de Kinshasa : 20, avenue de la paix Gombe - Kinshasa - RDC - Tél. (+243) 015 166 200
Rédaction de Dolisie : Lucien Mpama

Maquette

Eudes Banzouzi (chef de service)
Cyriaque Brice Zoba, Mesmin Boussa, Stanislas Okassou

INTERNATIONAL

Directrice : Bénédicte de Capèle
Responsable coordination et communication : Rose-Marie Bouboutou
Directrice du Développement : Carole Moine

Rédaction de Paris

Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma
Comptabilité : Marie Mendy

ÉDITION DU SAMEDI

Directeur de rédaction : Émile Gankama
Rédactrice en chef : Meryll Mezath
Chef de service : Luce-Jennyfer Mianzoukouta
Dury-Émilie Gankama

Ont collaboré :

Relaxnews, Camille Delourme, Dury Gankama, Morgane de Capèle, Geneviève Nabatlamio, Blaise Mouchi-Ahua
Nancy-France Loutoumba, Roll Mbemba, Relaxnews

ADMINISTRATION ET FINANCES

Directrice : Lydie Pongault
Secrétariat : Armelle Mounzeo
Chef de service : Abira Kiobi
Suivi des fournisseurs : Farel Mboko
Comptabilisation des ventes, suivi des annonces : Wilson Gakosso
Personnel et paie : Martial Mombongo

Stocks : Arcade Bikondi
Caisse principale : Sorrelle Oba

PUBLICITÉ

Directeur : Charles Zodiolo
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré
Commercial Brazzaville : Rodrigue Ongagna, Mildred Moukenga
Commercial Pointe-Noire : Mélaïne Eta Anto

DIFFUSION

Directeur : Philippe Garcia
Assistante de direction : Sylvia Adhas
Diffusion de Brazzaville : Guyche Motsignet, Brice Tsébé, Irin Mauouakani
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Mombélé Ngoné

INFORMATIQUE

Directeur : Gérard Ebami-Sala
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Rively Gérard Ebami-Sala, Myck Mienet Mehdi, Mbengué Okandzé

IMPRIMERIE

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Chef d'atelier : François Diatoulou Mayola
Service pré-press et contrôle de qualité : Eudes Banzouzi (chef de service)

LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Émilie Moundako Éyala (chef de service), Eustel Chrispain Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphanie Mozali
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo
Tél. : (+242) 06 930 82 17

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Hélène Ntsiba (chef de service), Sorel Eta, Astrid Balimba

LIBRAIRIE-GALERIE CONGO PARIS

Directrice : Bénédicte de Capèle
Responsable achats, logistique : Béatrice Ysnel
Responsable animation : Marie-Alfred Ngoma
Assistante : Laura Ikambi
23, rue Vaneau - 75007 Paris - France
Tél. : (+33) 1 40 62 72 80
Site : www.lagaleriescongo.com

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepêchesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville, République du Congo / Tél. : (+242) 05 532.01.09

Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Bureau de Paris (France)
38 rue Vaneau 75007 Paris/Tél. : (+33) 1 45 51 09 80

Sylvie Fouzing

« Je demande aux femmes de grande carrure comme moi, intéressées par la chose, de se jeter à l'eau »

Le 28 mars dernier a été organisée à Brazzaville la sixième édition de l'élection de Miss Mama Kilo. À l'issue de celle-ci, Sylvie Fouzing, de nationalité camerounaise, 39 ans, 1,82 mètre pour 160 kilos a été élue. Alors que Michou Yap, toujours de nationalité camerounaise, 30 ans, 1,69 mètre pour 101 kilos, a été désignée cinquième dauphine. Ces deux dames, qui jouissent d'une bonne mensuration de femme africaine, ont été reçues ce 4 avril aux Dépêches de Brazzaville. Dans un entretien à cœur ouvert, elles ont manifesté leur joie d'être plébiscitées par les six premières Mama Kilo, tout en remerciant les organisatrices pour leur encadrement et leur suivi

Les Dépêches de Brazzaville : Vous êtes de nationalité camerounaise. Comment vous êtes-vous présentées à la sixième édition de l'élection de Mama Kilo, et combien de temps de formation avez-vous passé ?

Les lauréates : C'est une soeur à nous qui nous a inscrites à cette compétition. Sachant que nous réunissons les critères exigés, elle n'a pas hésité de nous inscrire. Nous avons passé sept mois de répétition. On nous apprenait à marcher, et surtout à marcher avec des chaussures hautes. On nous apprenait aussi à ne pas être frustrées face au public. À la soirée électorale, j'avais peur lorsque j'étais dans les vestiaires. Mais une fois qu'on a prononcé mon nom, je suis sortie et j'ai dominé la peur (dit la cinquième dauphine, NDLR). En effet, c'est lors des répétitions qu'on m'a demandé de passer toujours en première position, et je m'étais préparée à cela.

Il y avait beaucoup de candidates

et de taille. Vous n'avez pas eu peur d'elles, surtout de la Congolaise (première dauphine) qui avait également des mensurations importantes ?

Je n'ai pas eu peur d'elle, parce que je savais que je remplissais les critères (Miss). Dès le début, quand je suis arrivée au siège, on m'a dit que pour être Miss Mama Kilo, il fallait avoir une grande taille et un certain poids. Parmi toutes les candidates, je suis celle qui faisait 160 kilos pour 1,82 mètre. Or la Congolaise pesait 150 kilos. Certes, la taille et le poids ne suffisent pas. Mais je me suis améliorée avec le temps, à bien marcher sur les chaussures, à être souriante devant le public. Pendant sept mois, je n'ai fait que cela. J'avais donc un peu d'assurance, non seulement sur mes mensurations, mais aussi sur les qualités que je me suis forgées par mon travail.

On vous a vue danser sur la chanson Apparraguachaa de Kingoli authentique comme une Congo-

laise. Comment avez-vous fait ?

N'oubliez pas que le Cameroun est frontalier avec le Congo-Brazzaville. Cela fait pratiquement deux ans que je suis résidente au Congo, on s'est familiarisé donc avec les Congolaises, voilà pourquoi avec elles ça se passe bien, et voilà pourquoi nous avons appris à danser congolais. En effet, c'est un rythme qu'on avait l'habitude de danser régulièrement dans notre siège. Donc je maîtrisais un peu la chose.

Maintenant que vous êtes élue Miss Mama Kilo, qu'est ce qui a changé dans votre vie ?

Ce qui a changé, c'est que je suis très sollicitée de part et d'autre par les gens. Beaucoup de femmes comme moi m'envient maintenant. Elles disent qu'avant nous étions complexées par notre poids, mais à travers toi, nous avons compris que la femme grosse aussi à sa place dans la société (Miss). Il y a eu un changement, déjà la diaspora camerounaise nous a



La Miss et sa dauphine lors de l'entretien aux « Dépêches de Brazzaville ». (© Adiac)

reçues. L'ambassadeur et tous les employés de l'ambassade nous ont aussi reçues à l'ambassade. Pleins de gens me connaissent déjà. Aux Dépêches de Brazzaville, on a parlé de moi, cela me va droit au cœur.

Vous avez commencé à recevoir les cadeaux promis par les donateurs ?

Par rapport aux lots énumérés lors de la soirée, je n'ai pas l'impression qu'il y ait l'un de mes lots qui soit menacé. Déjà on a commencé par me remettre les superwax qui nous ont été promis ; les téléphones Huawei F201 promis par la société Congo Télécom, le smartphone le plus fin au monde, vont suivre. La marraine m'a demandé de m'inscrire à l'auto-école pour apprendre à conduire. Les voyages sont en cours. À mon retour de Dubaï où

j'irai pour dix jours à peu près, nous irons à l'Alima Palace à Oyo dans le département de la Cuvette. Apparemment, les lots ne souffrent de rien. Il n'y a pas de souci.

La présidente du comité d'organisation, Rosine Assemekang, était-elle coriace ?

C'est vrai qu'elle était coriace, mais c'est parce qu'elle voulait que les choses se passent bien, et non parce qu'elle était contre nous. Elle nous a beaucoup encadrées. C'est pour cela que je la remercie ainsi que notre marraine, Mélicia Okemba. Elle fait beaucoup de choses pour nous. Je profite de l'occasion pour demander aux femmes de grande carrure comme moi, qui sont intéressées par la chose, de se jeter à l'eau et espérer gagner. Dès lors, la vie peut changer.

Propos recueillis par
Bruno Okokana

TROPHÉES MAMA-NSOMI

Douze personnalités physiques et morales reçoivent un prix

C'est à l'occasion de la tenue de la sixième édition de l'élection de Miss Mama Kilo que les organisateurs de cette compétition ont remis des trophées à ceux qui ont marqué de leurs œuvres divers domaines

Sur le majestueux podium où défilaient les candidates de l'élection de Miss Mama Kilo, certaines personnalités physiques et morales ont bénéficié de distinctions. Il s'agit du docteur Fatoumata Binta Diallo, représentante de l'Organisation mondiale de la santé au Congo, de l'honorable Jolie Nkemba, de Linda Ibara Lekassi Nonault, de Martin Ekanda, de la société Plasco (Eau Mayo), de Jean-Marie Kassanga, patron de Télé 50, de Vérone Mankou (VMK), de Sam Pengoh Mbey, de Willy Etoke, de Willy Moucheni-code mondial, et de l'honorable Zacharie Bababaswe. Certains d'entre eux se sont exprimés. C'est le cas du docteur Fatoumata Binta Diallo : « Je remercie le gouvernement du Congo et le couple présidentiel. Les femmes sont souvent

marginalisées. Les valoriser tel que cela est fait aujourd'hui est une bonne chose. Les femmes africaines, c'est la grâce, l'intelligence. Nous avons vu que le poids n'est pas un handicap, toutefois il faut faire attention à sa santé en procédant à des exercices physiques. Cela pour garder intacte sa santé. »

Pour l'honorable Jolie Nkemba, de la RD-Congo : « C'est un sentiment de joie, d'émotion et de fierté. Nous sommes très honorées parce que ces occasions n'arrivent pas tous les jours. Ce trophée que nous recevons aujourd'hui, c'est parce que nous avons démontré un savoir-faire. Les femmes africaines rapprochent nos capitales dans une expression culturelle commune. Ce trophée, je le dédis à mon président de la Répu-

blique, mon pays et ma base. »

Martin Ekanda, promoteur de l'Institut supérieur d'information, programmation et analyse fondé le 15 novembre 1975, a déclaré : « Depuis 38 ans je dirige cet institut. En 1975, c'était un mystère, mais aujourd'hui, grâce à l'informatique tout a évolué, tout a changé. J'ai reçu plusieurs étudiants du Congo-Brazzaville et d'Afrique centrale. Pour ce trophée, je vous dis merci et vous assure que je ne fléchirai que le jour où je fermerai les yeux pour de bon. Mais, pour l'instant, l'institut continue à dispenser des cours de qualité. » Willy Moucheni-code mondial, a quant à lui dédié son trophée aux artistes.

B.O.K



« Autant en emporte le vent » : un prequel met à l'honneur le personnage de Mama

Presque 80 ans après la publication d'*Autant en emporte le vent* de Margaret Mitchell, la fidèle servante connue sous l'appellation de Mama a enfin un nom et une histoire

La semaine dernière, le quotidien américain *The New York Times* a révélé l'acquisition des droits par la maison d'édition Atria Books (Simon & Schuster) pour un prequel du best-seller centré sur la nounou de Scarlett O'Hara. Il sera écrit par l'auteur américain Donald McCaig.

Mama devient Ruth

L'ouvrage, attendu pour l'automne prochain, sera intitulé *The Ruth's Journey* (Le Voyage de Ruth) et reviendra sur l'histoire de cette figure importante du roman, devenu grand classique de cinéma. L'histoire de Ruth débutera en 1804, année de son départ de la colonie française de Saint-Domingue (aujourd'hui Haïti) pour Savannah (Géorgie), où elle fut emmené en esclavage et où elle

intégrera Tara, propriété des O'Hara.

« C'était l'idée de Donald, de revenir en arrière plutôt que de faire une nouvelle suite. Il a perçu à quel point Mama était un personnage tellement fascinant et crucial pour le livre. Il voulait donner de l'étoffe à une histoire sur elle », explique Mr Bortland, directeur d'Atria Books dans des propos rapportés par *The New York Times*. Il poursuit : « Ce qui est remarquable dans ce qu'a fait Donald, c'est d'avoir respecté et honoré le livre d'origine tout en lui apportant les corrections nécessaires à cet élément troublant qu'était la façon dont sont représentés les personnages noirs dans l'œuvre. »

L'auteur Donald n'est pas étranger à l'univers de Margaret Mitchell puisque c'est lui à qui



l'on doit *Le Clan Rhett Butler* paru en 2007. La première suite autorisée d'*Autant en emporte le vent* fut *Scarlett* d'Alexandra Ripley, publiée en 1991.

Le roman de Margaret Mitchell a obtenu le prix Pulitzer de la fiction en 1937. Il a été adapté au cinéma deux ans plus tard

par Victor Fleming.

Lumière sur Hattie MacDaniel

Au cinéma, Mama fut incarnée par Hattie MacDaniel, actrice américaine née le 10 juin 1895, disparue le 26 octobre 1952. Hattie MacDaniel fut la première actrice noire distin-

guée d'un Oscar, celui du meilleur second rôle féminin. Ironie de l'histoire : en 1939, un an avant cette cérémonie, l'accès à la première mondiale d'*Autant en emporte le vent* au Fox Theater, établissement ségrégationniste, lui avait été refusé.

Morgane de Capèle

Rencontres du livre vivant à Brazzaville : dans l'attente de financement

Francis Le Hérisse, septuagénaire, est un ancien professeur à l'IIUT Carrières sociales de Rennes. Passionné du livre, il est coordonnateur des Reliv (les Rencontres du livre vivant) à Brazzaville, un minifestival autour du livre et des écrivains bien positionné dans le calendrier culturel des lycéens congolais. Aujourd'hui, l'organisation de la quatrième éditions des Reliv connaît des difficultés d'ordre financier. Entretien

Les Dépêches de Brazzaville: Pouvez-vous nous renseigner sur le parcours des Reliv à Brazzaville ?

Francis Le Hérisse : Il faut d'abord rappeler que l'association Midaf a été créée à Rennes en 1991 par un jeune doctorant en droit, Valère Étéka (actuel premier secrétaire de l'Assemblée nationale, NDLR) pour participer au développement de l'Afrique francophone. Il a fait un grand chemin depuis au pays. Actuellement le Midaf développe un projet au Bas-Congo en RDC, Les femmes contre la déforestation, avec la replantation de 200 hectares de manioc, de palmier nain et surtout de moringa, avec la collaboration de Marguerite Homb de Brazzaville. Babas Babkwanza, qui pilote ce projet, est ingénieur agronome et vice-président du Midaf. Dans le prolongement, le Midaf, en ma personne d'ancien professeur à l'IIUT Carrières so-

ciales de Rennes, a apporté un concours technique et pédagogique à la création de la MJC Brazza à Ouenzé et notamment à la réouverture de la bibliothèque publique qui avait été créée par l'écrivain et poète Jean-Baptiste Tati-Loutard. La MJC, dont la bibliothèque réunissait 6 000 ouvrages apportés par le Midaf, complétés par un fonds d'auteurs africains et principalement congolais, a eu l'idée d'étendre cette action en faveur du livre auprès des lycées publics de Brazzaville. Ce fut dans plusieurs lycées l'ouverture de clubs de lecture dont les participants allaient se retrouver en fin d'année dans une sorte de stage minifestival, les Rencontres du livre vivant, dites Reliv, où ils et elles allaient rencontrer Alain Mabanckou, Boniface Mongo-Mboussa et Henri Djombo en 2006, puis Wilfried N'Sondé et Léonora Miano en 2008, et le professeur Ngoïe Ngalla

en 2010. Mais je ne peux citer toutes les personnalités, artistes et écrivains qui ont beaucoup apporté à tous ces jeunes, sinon Jean-Blaise Bilombo-Samba, Jean-Luc Akaké, Henri Djombo, Nicolas Bissi, Dieudonné Niangouna, Steven Lumière-Moussala, Abdon-Fortuné Koumbha, Fortuné Batéza, Julien Mabila-Bissila, Clauvice Ngoubili, Lauryathe Bikouta, Oupta, Sorrel Éta et combien d'autres, que nous n'avons pas oubliés mais dont la liste est longue. Alors, vous imaginez cette richesse d'intelligence, de culture et de talents dont ont bénéficié nos jeunes lectrices et lecteurs des lycées de Brazzaville.

À quand la quatrième édition des Reliv ?

Quand nous aurons trouvé les financements pour les réaliser, et ce n'est pas facile. Comment aurions-nous pu réaliser

les premières éditions sans le concours éclairé et efficace du CCF (actuel Institut français) et de leurs directeurs successifs si attachés à la création des jeunes artistes congolais, sans oublier Annick Makonda, cheville ouvrière de la bibliothèque du CCF qui nous a tellement aidés ? Mais là aussi comme en France, les financements ont diminué, et le budget des Reliv supporte de lourds frais d'organisation, sans compter les billets d'avions pour faire venir les nombreux écrivains et artistes qui vivent à l'étranger. L'argent, dit-on, est le nerf de la guerre ; hélas, aussi celui de la paix ! Nos difficultés sont essentiellement financières tellement nous avons envie, ici et à Brazzaville, de faire la quatrième édition et que nous n'en avons pas les moyens actuels.

Les Reliv portent un projet sur le jumelage d'écoles entre Rennes et Brazzaville. Ce projet est-il réaliste ?

Il faut que nous le rendions réaliste, mais cela doit passer par la quatrième édition des Reliv. Actuellement, nous avons plusieurs classes d'un lycée de Rennes qui découvrent

le Congo et Brazzaville grâce au Midaf et qui attendent avec impatience cette liaison, voire ce jumelage avec leurs condisciples de Brazzaville. Je fais appel aux professeurs de là-bas qui souhaiteraient répondre à leur attente.

Un souvenir de Brazzaville, votre ville d'adoption ?

J'insisterai volontiers sur un souvenir hors Reliv et qui m'est très cher. Ayant aussi quelque compétence et expérience en cuisine, j'ai été invité à superviser l'ouverture et le fonctionnement de la « cafétéria » du CCF (actuel Institut français du Congo, NDLR). Et j'en retiens deux choses avec beaucoup d'émotion : s'y retrouvaient autour d'une Mutzig ou d'une Ngoock toutes et tous ces artistes congolais et parfois étrangers qui fréquentaient le CCF, mais surtout, je crois avoir un peu participé à la formation et à la réussite des jeunes qui y travaillaient et dont j'ai appris depuis qu'ils et elles avaient aujourd'hui d'excellentes situations dans leur profession.

Propos recueillis par Roll Mbemba

Kelis De retour avec un nouveau disque



La chanteuse de r'n'b américaine s'apprête à sortir *Food*, son sixième album qui trouvera sa place dans les bacs le 21 avril

Cinq ans après l'échec commercial de *Flesh Tone*, vendu à 7 500 exemplaires, Kelis revient avec un nouveau disque sous le bras, *Food*. Elle en a déjà dévoilé un aperçu avec le titre *Rumble*, une chanson relevant d'une influence soul, présentée à travers un clip créatif

la mettant en scène assise dans un fauteuil les pieds dans un lac, entourée de musiciens et de pêcheurs. Avec cette première écoute révélant une belle voix chaude en harmonie avec un ensemble de cuivres, on s'attend désormais à une création musicale plus approfondie. Elle a en-

suite présenté un second titre, *Jerk of Ribs*, ancré dans la même veine.

Rumble et *Jerk of Ribs* annoncent un bel album, quelque peu éloigné des débuts où la chanteuse jouait les pin-ups sur le désormais culte *Milkshake*. *Food* a été entièrement produit par Dave Sitek et sortira sous Ninja Tunes, le label indépendant anglais qu'elle a rejoint l'année

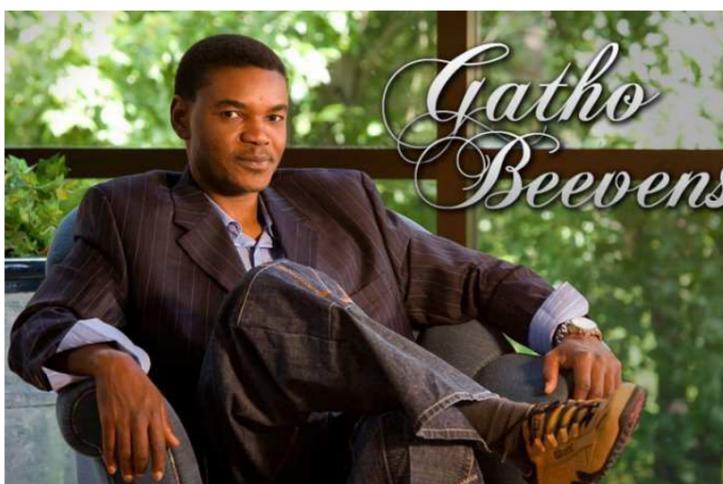
dernière. La page *Flesh Tone* (disque par ailleurs produit par David Guetta) et ses artifices semble donc désormais tournée. Kelis est née en 1979 d'un père jamaïcain, saxophoniste de jazz, et d'une mère d'origine sino-portoricaine styliste. Enfant, elle chante dans les églises, devient mannequin à treize ans et se fait repérer à l'âge de seize ans par le producteur Goldfinghaz.

Deux ans plus tard, elle rencontre Pharrell Williams et Chad Hugo, alias The Neptunes. Les deux producteurs la prennent sous leur aile et lui font signer en 1999 son futur succès, *Caught out There*. Kelis s'est progressivement imposée dans le champ du r'n'b américain et devrait à nouveau tirer son épingle du jeu avec *Food*.

Morgane de Capèle

SOUVENIRS « Azaliki awa » de Gatho Beevans

Souvenir d'une époque où nombre de ses fans suivaient cet artiste dans son aspiration musicale au long de sa carrière commencée au début des années 1990. Mais l'album sorti, il n'y en eut plus qu'un ou deux autres à suivre. Puis le jeune talent si prometteur s'éclipça pour resurgir ces dernières années dans une autre catégorie musicale, la musique chrétienne !



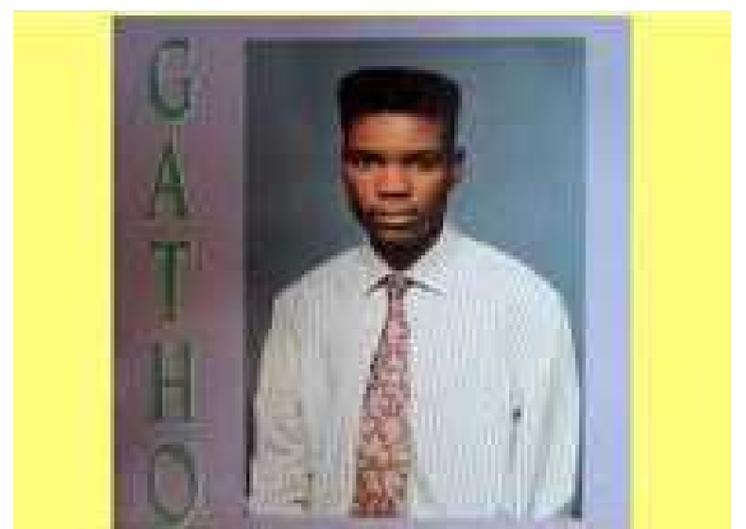
L'artiste aujourd'hui. (© DR) ;

Ce fut la révélation de l'année 1991, avec la chanson en lingala *Azaliki awa* (Elle était ici, pour la traduction. Gatho Beevans a

fait une entrée fracassante dans la musique congolaise avec un style bien à lui, aussi bien pour la musique que pour le pas

de danse qui allait avec ; des danses comme sa coupe carrée, qui resteront dans les mémoires des jeunes de cette époque.

Pour la chanson, l'artiste n'est pas trop sorti des sentiers maintes fois battus par les anciens : l'amour, l'amour, l'amour. Il dit son déchirement à la suite d'une séparation. Le reste de la chanson est une évocation des moments passés avec la dulcinée mais pas seulement, une vraie mélancolie que souligne un registre vocal qui fait dans la sensualité. Gatho Beevans a aussi cartonné avec d'autres morceaux tels que *Mama, Ngoma ya kwetu, Coup de foudre, Serment tozalaki*. Après s'être remarqua-



La photo de la pochette de l'album. (© DR)

blement distingué, Bienvenu Gatho, de son vrai nom, a sorti d'autres albums mais qui n'ont pas connu le même succès que le tout premier. *Le Gagnant* ou *Amour propre* n'ont pas laissé de souvenirs impérissables en effet. L'artiste, qui dans ses débuts déclarait avoir eu pour vocation d'être prêtre, s'est enfin

rallié à sa vocation première, ces dernières années, en devenant un chanteur de l'Éternel. C'est depuis Atlanta aux États-Unis qu'il tente de faire encore entendre sa voix, non sans peine. Mais de l'artiste, nous n'oublierons pas qu'il était bien « awa » (ici) !

Luce-Jennyfer Mianzoukouta

recharge et gagne

avec **Mr. Money**



**100%
BONUS**

Oséan Ojibuy

Moyen de rechargement	Crédit Bonus
Par ton compte airtel money	100%
SAP-SAP ya mbongo	25%



Pour activer ton compte **airtel money**

compose ***128*1#**

Banque sponsor : BGFIBank

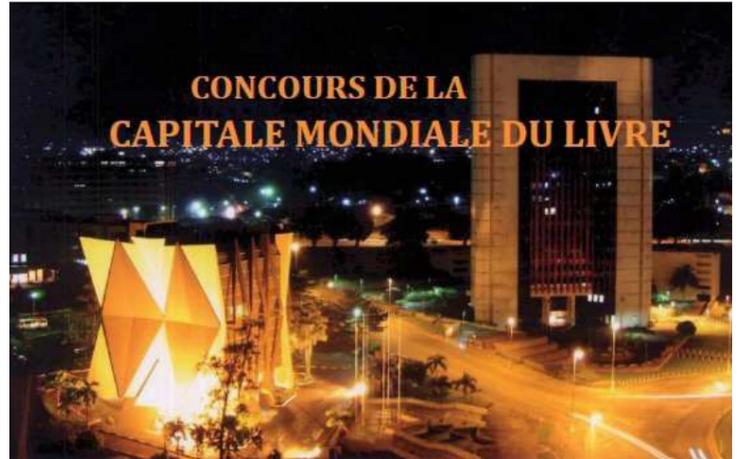


**airtel
money**

SAP-SAP ya mbongo

PORT HARCOURT (NIGERIA) Capitale mondiale du livre 2014

Le Nigeria, pays des contrastes... Son actualité politique est souvent morose à cause des violences du groupe djihadiste Boko Haram, mais son cinéma, Nollywood, est prospère, et le nom de l'artiste-musicien Fela Kuti, grâce à ses héritiers, est omniprésent sur les scènes internationales. Le Nigeria, le pays le plus peuplé d'Afrique, plus de 162 millions habitants, a acquis ses lettres de noblesse par la littérature, grâce à Wole Soyinka, premier Africain prix Nobel de littérature en 1986, mais également par Chinua Achebe, auteur du roman majestueux *Le monde s'effondre*. Sa ville, Port Harcourt, est désignée capitale mondiale du livre 2014 pendant un an à compter du 23 avril. Portrait de la nouvelle génération d'écrivains nigériens



Saro-Wiwa Noo, l'engagement dans le sang

38 ans, fille de Ken Saro-Wiwa, militant écologiste et défenseur des droits du peuple ogoni assassiné en 1995 sous la dictature de Sani Abacha au Nigeria. Dans son premier livre, *Looking for Transwonderland* (classé parmi les meilleurs ouvrages africains du moment), le Nigeria comme le parfum de son défunt père est omniprésent au fil des pages. Diplômée en géographie et en journalisme, Saro-Wiwa Noo s'est installée au

Royaume-Uni avec sa mère, ses frères et sa sœur à l'âge de un an. *Looking Transwonderland* est traduit en français sous le titre *Transwonderland. Retour au Nigeria* (Höebeke, 2013).

Teju Cole, le chantre du vivre ensemble

Né en 1975 dans le Michigan, aux États-Unis, c'est au Nigeria que Teju Cole a passé son enfance et son adolescence, jusqu'à ses 17 ans. Photographe, professeur de littérature et d'histoire de l'art à Bard College, Teju Cole a écrit *Open*

City, son premier roman sur fond d'un New York multiculturel des années 2000. *Open City*, paru en 2012 aux Éditions Denoël, a été finaliste de plusieurs prix, dont le prestigieux National Book Critics Award, avant d'être récompensé du Pen/Hemingway First Fiction Award.

Helon Habila, la violence comme décor de roman

Né en 1967 à Gombe, dans le nord du Nigeria, Helon Habila est diplômé de l'université de Jos en 1995. Enseignant d'an-

glais à l'École fédérale polytechnique de l'État de Bauchi durant deux ans, il s'orientera en journalisme et collaborera avec les magazines *Hints* et *Vanguard* dans lesquels il publie également sa poésie et ses nouvelles. En 2001, Helon Habila est lauréat du prestigieux prix Caine pour sa nouvelle *Love Poems*. Deux ans plus tard, il reçoit le prix du Commonwealth avec son roman *En attendant un ange*. Il réside actuellement à Washington, où il enseigne la littérature.

Roll Mbemba

NIGERIA

Un géant culturel qui étonne les francophones

Sixième exportateur mondial de pétrole, le Nigeria est aussi le foyer d'une industrie cinématographique et musicale dont l'essor ne cesse d'étonner plus d'un francophone. La popularité de son cinéma et de sa musique a fait de ce pays un incontournable géant culturel du continent



Un cinéma à faible budget et un succès omniprésent

Il ne se passe pas une semaine au Nigeria sans qu'il ne se tourne au moins trente long métrages destinés à la commercialisation. Lancée en 1990, l'industrie cinématographique nigérienne, Nollywood, est devenue après l'agriculture la deuxième source d'emploi de ce pays qui compte un peu plus de 168,8 millions d'habitants. On estime à un million le nombre de personnes

dont les revenus dépendent directement de la production de Nollywood, industrie qui génère désormais 590 millions de dollars par an. Au-delà des thématiques populaires abordées, le succès paradoxal de cette industrie réside aussi dans sa capacité à produire jusqu'à 2 500 films par an, tournés avec de petits budgets et dans des conditions assez dérisoires de production. Selon la BBC, produire un film coûte entre 25 000 et 70 000 dollars. Entre amateu-

risme et piraterie, les DVD se vendent entre 20 000 et 200 000 exemplaires. Et la gangrène du piratage n'étant jamais loin sur le continent, pour chaque exemplaire vendu légalement, neuf sont illégaux, selon la Banque mondiale. Dans cette effervescence artistique, très peu d'acteurs ont des revenus élevés. Les plus connus gagnent entre 1 000 et 3 000 dollars par film, les plus chanceux, comme l'actrice Omotola Jalade, atteignent les 32 000 dollars par film.

Musique : à chaque génération un mouvement

Les années 1970 ont été celle du règne de l'afrobeat de Fela Anikulapo Kuti. Le musicien le plus controversé du continent, né en 1938, s'était taillé une personnalité qui l'avait rendu incontournable dans l'histoire de la musique africaine, créant un mouvement de conscience collective puissant. Mais plus tôt, au cœur des années 1960, on se souvient comment la rumba zaïroise conquiert le Nigeria où elle a été séduite par le high life déjà en vogue à cet époque. La fusion des deux fera apparaître en 1976 le tube *Sweet Mother* de Prince Nico Mbarga. Arrive dans les années 1980 le groove du reggae jamaïcain. Mais les courants dominants restent l'afrobeat, la juju et la fuji qui connaîtront une expansion remarquable dans les années 1990. Une décennie



marquée également par « l'installation du batteur Ginger Baker à Lagos et le lancement d'un projet avorté de studio dans la capitale nigérienne par Paul McCartney », explique Sylvie Clerfeuille. Les années 2000 ont été celles de l'arrivée d'une nouvelle génération. Seun et Femi Kuti, les deux fils de Fela perpétuent chacun à sa manière la mémoire de leur père. À leur côté, Keziah Jones est un artiste majeur de la scène musicale nigérienne aux aspirations profondes avec un discours réaliste sur la situation politico-économique du Nigeria. Dans une interview accordée au magazine *Mondomix*, il disait avec un brin d'optimisme : « Un architecte de renom s'est rendu à Lagos et a déclaré que, pour des yeux occidentaux, cette ville était un chaos complet... En fait, les gens trouvent des façons alternatives pour vivre ensemble. Le Nigeria est miné par la pauvreté, mais il est aussi débordant d'énergie. En marge du pouvoir politique, nous développons nos propres réseaux. »

La nouvelle génération

Cette décennie est aussi celle où débarquent avec énergie des artistes tels qu'Ayo, Nneka, Asa. Et dans un registre complètement différent et très populaire, on remarque l'émergence de P-Square, D'Banj, Davido, Tiwa Savage, 2face Idibia, J Martins qui réussissent aussi leur conquête de l'Afrique francophone et du monde. Les boîtes de nuit d'Afrique francophone se voient inondées de musique et de pas de danse nigériennes. P-Square, le groupe des frères jumeaux Okoye, côtoie les grands noms de la scène hip-hop mondiale, Rick Ross, Akon, et s'inspirent de ces derniers pour réussir leur carrière. En témoigne la qualité des clips de leurs albums. On estime à 550 disques le nombre de disque produit chaque année par l'industrie musicale nigérienne, avec plus de 1 200 concerts générant d'importants chiffres d'affaires par an, des millions de dollars.

Meryll Mezath

Nollywood : un miroir de l'Afrique

Le label du cinéma nigérian s'exporte depuis près d'une décennie à une vitesse fulgurante, occupant en termes de productivité plus ou moins la place qu'occupent les superproductions hollywoodiennes aux États-Unis. Malgré son extrême jeunesse et des moyens de production plutôt réduits, la production cinématographique nigériane a étendu son influence jusque chez les Congolais des deux rives. Pas une journée sans mon « karachika » pourrait être leur devise

Pas du tout comparable au deuxième pôle cinématographique au monde, Bollywood de l'Inde, c'est vrai. Mais Nollywood, bien installé à Lagos, la capitale économique du Nigeria, a trouvé sa place sur le petit écran partout sur le continent et de sa diaspora. Zones anglophones ou francophones dévorent littéralement les productions nigérianes. Les raisons ? D'abord le thème de ces productions de genres variés, la réalité toute crue présentée sur les coutumes africaines qui se découvrent plus ou moins similaires, ou encore le fameux et incontournable « kindoki », la sorcellerie ! À côté, les histoires romanesques viennent peupler le monde du rêve d'une jeunesse en mal d'évasion et même de miracles : une jeune fille de milieu modeste accède par alliance à un autre rang social, et c'est la revanche sur la vie ! Succès garanti partout. Finalement, qu'elles soient servies à la sauce africaine, occidentale ou indienne, les Cendrions, Sandokan et autres Belles au bois dormant touchent à la même fibre sensible. Nollywood, le domaine cinématographique nigérian, vient apporter la preuve, pour qui en doutait encore, que la recette à succès des acteurs noirs, métis ou blancs, avec tuniques traditionnelles made in Nigeria ou costume-cravate, est d'abord dans le talent, pas dans le budget !

Pas un jour sans un karachika ? Bonjour les dégats !

Au Nigeria, c'est la série *Lekki Wives* (Les femmes de Lekki) qui fait un tabac. Mélange de trahison, d'infidélités et de riches parvenus qui en mettent plein la vue avec leurs billets et leurs rutilantes berlines, il y a là de quoi

faire dévier n'importe quel saint(e) ! Mais la comédie plaît au-delà de l'indicible ; elle est suivie de près par ces dames, même à Brazza où les maris ont toutes les peines du monde à les détacher du petit écran à leur retour au foyer.

À la frustration s'ajoute la colère lorsque, comme souvent, le ménage n'a qu'un

suivre une partie de foot très importante. Alors madame déboule très visiblement déterminée à envoyer paître tous les maris s'arrogeant les télécommandes de la création. Mais son air menaçant n'a pas eu raison de l'intrépide footballeur de salon, bien calé dans son fauteuil et encouragé dans son « droit » par les voisins

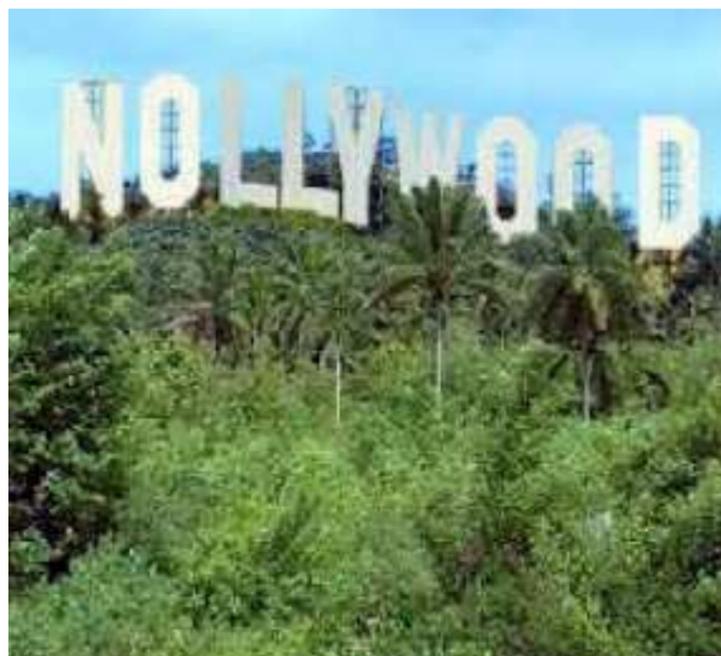


Un film karachika en vogue à Brazzaville. (© DR)

seul téléviseur ! Le chef de famille veut-il suivre le journal télévisé du soir ? Un match de football ? Madame a décidé de s'approprier la télécommande, qu'elle ne lâchera qu'à la fin de son karachika du jour. Et, surtout, que les enfants n'appuient pas l'un ou l'autre des deux parents dans leurs revendications du soir. On ne sait quel dicton s'applique : « Ce que femme veut, Dieu le veut » ou « Ce que femme veut, le diable le veut » ! Il faut avoir de solides arguments pour soutenir l'un ou l'autre à l'heure d'un karachika. Les enfants n'ont donc qu'à bien se tenir. Une mère au foyer l'a appris à ses dépens récemment à Brazzaville. Cette-fois, c'est monsieur qui était le premier devant le téléviseur, tranquille à

venus suivre le match. De fureur, madame n'a fait ni une, ni deux : elle est partie derrière le téléviseur et a arraché la prise d'alimentation. Folie passagère ? Non, crime complet qui s'est soldé par un divorce prononcé sur le champ !

Un autre fait recueilli montre madame bien scotchée devant sa télé après avoir mis au feu une marmite de saka-saka certainement pour la dégustation du week-end. Mais la série était passionnante et le jeu des acteurs très prenant, et la traduction de l'anglais ou du yoruba en lingala des plus envoûtantes. Et le film durait, durait. Le saka-saka cuisait, cuisait dans sa marmite sans couvercle... La fin de cette cuisson et du film ? Donnons plutôt la fin du plat de saka-saka cuit à



L'emblème Nollywood. (© DR)

point comme le veut la première phase de préparation de ce met très prisé des Congolais. Mais lorsqu'un matin, la dame a voulu y ajouter les ingrédients de complément, la surprise et l'émotion se sont saisi de toute la maison, parce qu'au fond de la marmite gisait un lézard bien mort. Une autre victime collatérale du karachika !

Une industrie transportée en grand rendez-vous culturel

La traduction de l'anglais en lingala est une autre des recettes qui fait le succès des productions de Nollywood dans les deux Congo. Et qui explique l'immédiate « consommation » de séries qui arrivent à peine dupliquées sur nos marchés sous la forme de DVD dupliqués à la va-vite ou, surtout, projetés par les chaînes privées de télévision dont on suppose qu'elles ne sont pas toujours regardantes en matière de droit d'auteur.

En anglais-français sur le

câble, en français-lingala pour les francophones ou encore en version français-français cette fois réalisée par d'autres pays que le Nigeria, les karachikas de toutes formes, adaptations et origines ont conquis par leur formule tout-terrain mais pas seulement en Afrique. Ayant le monopole, deuxième producteur au monde en termes de films, le Nigeria sans exagérer figurera dans peu de temps parmi les premières puissances économiques du continent. Pour en revenir à son exportation, en France, à Londres où à New-york, les événements ont tout simplement pris place pour dynamiser, élargir la visibilité du made in Nigeria avec la naissance de festivals tel que le Nollywood Week. Pour une fois, l'Afrique consomme africain et en redemande. Succès perceptibles jusque dans les petites salles de fortune de Brazzaville !

Luce-Jennyfer Mianzoukouta



L'affiche de la Nollywood Week. (© DR)

Les actrices les plus en vogue

Rita Dominique, actrice et productrice

Rita Uchenna Nkem Domininc Waturuocha est la dernière d'une famille de quatre enfants nés de parents médecins. Personnalité importante du cinéma africain, elle est issue d'une famille royale de l'État d'Imo au Nigeria. Elle fait ses armes à la prestigieuse université de Port Harcourt, où elle obtient en 1999 une maîtrise en arts de la scène. Sa vie d'actrice démarre cependant dès sa tendre enfance en multipliant des apparitions lors de spectacles scolaires. En 1998, sa participation dans le film *Un temps pour tuer* donnera le ton à une carrière cinématographique riche de plusieurs dizaines de films. Sa passion et sa témérité dans une industrie en constant mouvement lui ont valu de nombreuses récompenses prestigieuses au Nigeria.



Omotolah, le visage de Nollywood

En 2013, le magazine américain *Times* désignait Omotola Jalade-Ekeinde comme l'une des personnalités les plus influentes du monde. Avec ses 36 ans, sa grande taille et ses formes généreuses, Omotola est un modèle de réussite qui inspire de nombreuses femmes sur le continent. Sa carrière à succès au cinéma débute au milieu des années 1990. Alors âgée de 17 ans, la jeune fille choisit la voie qui fera aujourd'hui son succès et qui pourtant n'était encore pas acceptée par la société nigériane. « *C'était tabou pour une jeune fille de jouer dans des films. On était considérées comme des prostituées. À l'époque, notre cinéma n'existait pas encore vraiment* », confiait-elle dans une interview accordée au journal *Le Monde*. Depuis, la belle nigériane a tournée dans plus de 300 films de Nollywood et bénéficie d'une notoriété qui dépasse les frontières du continent. L'ambassadrice des Nations unies pour le Programme alimentaire mondial depuis 2005 met sa célébrité au service d'engagements philanthropiques, tels l'environnement, la lutte pour les droits des femmes et les injustices sociales.



Dona Élikia

Consultez nos nouveaux sites internet !

- Ergonomiques et esthétiques
- Un fil d'information en continu pour suivre l'actualité en temps réel
- Des focus sur les informations phares
- Différentes entrées possibles, par département, par thèmes...
- Un site très illustré avec de nombreuses photos, vidéos...
- Des dossiers thématiques notamment sur la diaspora, le foot, la culture...



www.lesdepechesdebrazzaville.fr
www.adiac-congo.com

Un rendez-vous
quotidien
incontournable

OBÉSITÉ

La génétique pointe le rôle de la salive

Avoir une salive pauvre en une enzyme, l'amylase, qui sert à digérer des sucres complexes que l'on trouve dans les pâtes et le riz, favoriserait la propension à devenir obèse, selon une étude basée sur une analyse génétique

Chacun possède plus ou moins de copies du gène de l'amylase salivaire, avec des variations allant d'une à vingt copies. Les personnes qui ont le plus petit nombre de copies du gène de l'amylase salivaire (et ainsi peu de cette enzyme dans leur sang) ont un risque multiplié par dix de devenir obèses, selon l'équipe internationale coordonnée par le Pr Philippe Froguel (CNRS/ Institut Pasteur de Lille/ Imperial College London). Chaque copie de ce gène en moins augmente de 20% le risque d'obésité, d'après ces travaux, parus dimanche dans la revue spécialisée *Nature Genetics*, qui démontrent pour la première fois le lien

génétique entre la digestion des glucides complexes et l'obésité. Les céréales et le pain, les pâtes, le riz et les pommes de terre, les légumes secs, contiennent de l'amidon, encore appelé sucre lent. Depuis les débuts de l'agriculture, il y a 10 000 ans, le nombre des copies du gène AMY1 de l'enzyme salivaire, situé sur le chromosome 1, a augmenté dans l'espèce humaine, dotant les hauts sécréteurs d'amylase salivaire d'un avantage nutritionnel sélectif. Un milliard de personnes sont actuellement en surpoids. La sédentarité, l'alimentation déséquilibrée font partie des éléments favorisant l'obésité, mais il existe

également des facteurs génétiques prédisposant. Environ 5% des personnes très obèses sont porteuses d'une mutation d'un des gènes contrôlant l'appétit qui est suffisante pour les rendre obèses. Des études récentes ont par ailleurs identifié 70 gènes de l'obésité commune, mais leur impact est faible et n'explique qu'une petite partie du risque génétique (4%). À elle seule, la région du génome contenant le gène AMY1 expliquerait près de 10% du risque génétique. Deux hypothèses sont avancées pour expliquer ce rôle, favorisant l'obésité, de la déficience en amylase salivaire. La mastication des aliments



et leur digestion partielle dans la bouche pourraient avoir un effet hormonal entraînant une satiété moindre chez ceux ayant moins d'amylase. Selon l'autre hypothèse, la mauvaise digestion des amidons pourrait modifier la flore intestinale et ainsi contribuer indirectement à l'obésité, voire au diabète, comme le suggèrent de premières études réalisées chez des personnes dont la

salive est riche ou pauvre en amylase. Les personnes qui ont peu d'amylase salivaire ont ainsi une glycémie anormalement élevée quand elles mangent de l'amidon. Ces résultats ouvrent des perspectives de prévention et de traitement de l'obésité prenant en compte la digestion des aliments et leur devenir intestinal, selon les chercheurs.

AFP

En mangeant des légumes, les jeunes femmes préservent leur capitale santé

En consommant des fruits et légumes frais en grande quantité lorsqu'elles ont la vingtaine, les jeunes femmes contribuent à préserver leurs artères et à réduire de 40% leur risque d'athérosclérose à l'âge adulte, révèle une étude publiée vendredi

Pour des raisons encore obscures, ce régime alimentaire ne produit pas les mêmes effets bénéfiques chez les hommes, précisent les auteurs de cette recherche, objet d'une présentation à la conférence annuelle de l'American College of Cardiology qui se tient ce week-end à Washington. Dans cette étude réalisée sur deux décennies, les femmes consommaient de huit à neuf portions de fruits et légumes par jour dans un régime de 2 000 calories, contre trois à quatre portions chez celles du groupe témoin. Une portion équivaut à environ une coupe de fruits frais ou un plat de légumes. « *Les résultats de cette recherche confortent l'hypothèse que le développement de plaques dans les artères est un processus qui commence tôt dans la vie et peut être ralenti grâce à un régime alimentaire sain à un jeune âge* », souligne le Dr Michael Miedema, cardiologue à l'Institut du cœur de Minneapolis (Minnesota nord), principal auteur de cette étude. « *C'est quand on est jeune que l'on prend des habitudes alimentaires. Il est donc important de savoir que les bons choix alimentaires ont des effets bénéfiques tout au long de la vie* », a-t-il ajouté lors d'une conférence de presse téléphonique.

De précédentes études ont montré que des adultes d'âge moyen ayant une alimentation riche en fruits et légumes couraient moins de risque de crise cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral. Le Dr Miedema a rappelé que d'autres études avaient déjà suggéré qu'un régime riche en fruits et légumes frais avait moins d'effets positifs sur les jeunes hommes, sans qu'une « *explication biologique valable* » soit disponible pour autant. La recherche a porté sur 2 508 personnes et a été menée dans le cadre d'une étude en cours du gouvernement fédéral (Coronary Artery Risk Development in Young Adults ou Cardia) visant à évaluer comment les maladies cardiovasculaires se développent à l'âge adulte. L'étude Cardia a commencé dans le milieu des années 1980 avec un groupe d'hommes et de femmes âgés de 18 à 30 ans. Les résultats de cette étude vont dans le sens des recommandations du ministère américain de l'Agriculture selon lesquelles un adulte consommant 2 000 calories par jour devrait absorber 280 grammes de légumes et 280 grammes de fruits, soit nettement plus que le régime alimentaire habituel d'un Américain moyen.

AFP

De la bière brune pour contrer les effets cancérigènes du barbecue

On recherche depuis longtemps des ingrédients permettant de limiter les effets cancérigènes de la viande grillée. Certaines observations ont montré que des légumes ou des herbes associées à la viande pouvaient limiter les méfaits du barbecue, mais une nouvelle étude portugaise offre une alternative plus festive : la bière brune

Pour commencer, le professeur Isabel Ferreira de l'université de Porto et ses collègues ont noté un lien potentiel entre les viandes grillées et le cancer colorectal, du fait que des hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP) se forment à très haute température pour que la viande grille. Ils ont ajouté que l'on retrouve par ailleurs ces hydrocarbures dans les gaz d'échappement et la fumée de cigarette. Des chercheurs avaient établi un lien entre ces substances et ce type de cancer sur des animaux de laboratoire par le passé, mais le lien n'a pas encore été avéré sur des sujets humains. Des études précédentes avaient aussi montré que faire mariner la viande dans de la bière, du vin ou du thé pouvait réduire les effets potentiellement dangereux du barbecue, mais on ne disposait pas de données détaillées sur les différents types de bière jusqu'à ce jour. Pour cette nouvelle étude, les chercheurs portugais ont fait griller du porc au charbon de bois pendant quatre heures. La viande avait été marinée au préalable

dans une bière pilsner traditionnelle, dans une pilsner sans alcool ou dans de la bière brune. Tous les morceaux de porc ont été cuits à point. Mais au final, c'est la marinade à la bière brune qui a enregistré les meilleurs effets protecteurs, réduisant le niveau de huit grandes familles de HAP de plus de 50% par rapport au porc non mariné. « *Ainsi, la consommation de viandes marinées dans la bière peut s'avérer être une stratégie d'atténuation appropriée* », selon les termes des scientifiques. Des études précédentes, dont une parue en 2010, ont montré les effets positifs du romarin pour contrer les effets cancérigènes de la viande grillée, une autre s'est intéressée à des marinades à base d'ail, d'oignon et de romarin, alors qu'une troisième avait démontré les effets bénéfiques du brocoli comme légume accompagnant le barbecue pour se débarrasser de ses effets toxiques. Cette dernière étude sur les marinades à la bière est parue dans la revue *Journal of Agricultural and Food Chemistry*.

Relaxnews

S'entraîner à un marathon pour doper ses capacités cardiaques

De nouvelles recherches, présentées lors du congrès annuel de l'American College of Cardiology à Washington (29 au 31 mars), montrent que le fait de s'entraîner pour un marathon peut réduire les risques de maladies cardiaques



Une équipe de chercheurs américains a fait appel à 45 coureurs amateurs (uniquement des hommes) qui prévoyaient de participer au marathon de Boston en 2013 et les a suivis pendant les 18 semaines précédant la course.

Les participants, âgés de 35 à 65 ans, ont subi une batterie de tests médicaux avant cette préparation au marathon. La moitié d'entre eux avaient déjà trois marathons à leur actif, et l'autre moitié, deux ou moins. De plus, la moitié

des participants affichait « au moins un facteur de risque cardiovasculaire », comme de la tension ou un fort taux de cholestérol.

Leur entraînement comprenait des conseils de préparation, de nutrition, mais aussi

des courses en groupe, des exercices d'endurance, l'accès à divers types d'équipements sportifs de la région de Boston, et des entretiens réguliers avec des entraîneurs. Les participants couraient entre 20 et 60 kilomètres par semaine et étaient suivis au quotidien par des moniteurs d'activité.

« Nous avons choisi des personnes courant pour des associations caritatives parce que nous voulions nous concentrer sur des coureurs non professionnels qui décident de s'entraîner pour un marathon, a noté Jodi L. Zilinski, médecin en charge de cette étude au Massachusetts General Hospital. Au final, ils se sont avérés plus en forme que nous le pensions, bon nombre d'entre eux faisaient déjà du sport régulièrement, mais ils étaient tout de même loin du niveau des coureurs d'élite. »

On examina ensuite les participants à la fin des 18 semaines d'entraînement.

Les chercheurs ont noté que les coureurs affichaient d'importants changements globaux en terme de risques cardiovasculaires, avec par exemple une réduction de 5% du mauvais cholestérol, une baisse globale de 4% du cholestérol global, et moins 15% de triglycérides. « Dans l'ensemble, les participants ont connu une refonte cardiaque, avec des améliorations au niveau de la taille, de la forme, de la structure et de la fonction du cœur », a noté le docteur Zilinski.

De plus amples recherches sont encore nécessaires pour établir les bienfaits sur le cœur d'un tel entraînement auprès d'autres publics, comme les femmes ou les coureurs plus débutants. La chercheuse a aussi tenu à préciser qu'il est toujours nécessaire de consulter un professionnel de santé avant de se lancer dans la préparation d'un marathon.

Relaxnews

STÉRILET

Une contraception pour toutes les femmes

En France, le dispositif intra-utérin (DIU), autrement appelé stérilet, est très rarement prescrit aux femmes sans enfant. Pourtant la Haute Autorité de santé (HAS) le considère comme moyen contraceptif de première intention. En réalité, de nombreuses idées reçues persistent à son sujet. À l'occasion du vingt-quatrième Salon de gynécologie obstétrique pratique, qui se tient actuellement à Paris, deux gynécologues ont mis les points sur les i

En France, 21% des femmes en âge de procréer recourent au DIU. Mais seul 1,3% des 15-49 ans sans enfant portaient un stérilet en 2010. Pourtant, selon la HAS, « il s'agit d'une méthode contraceptive de première intention, considérée comme très efficace, de longue durée d'action et pour laquelle aucun risque de cancer ni de risque cardiovasculaire n'est

établi. Le recours à cette méthode contraceptive permet de s'exonérer des contraintes liées à l'observance de la prise ». Elle est peut donc être prescrite aux nullipares, autrement dit aux femmes sans enfant.

Comme l'explique le Dr Alain Proust, gynécologue-obstétricien à la maternité des Vallées, à Antony (92), « 69% des

gynécologues et 84% des médecins généralistes ne conçoivent pas de prescrire un stérilet à une femme sans enfant. Nous avons en effet beaucoup de mal à changer nos habitudes. » Certains pensent même que ce moyen contraceptif est contre-indiqué aux femmes nullipares.

Le Dr Hortense Baffet, gynécologue à l'hôpital Jeanne-de-Flandre, à Lille, confirme: « Il y a beaucoup trop d'idées reçues et de fausses croyances autour du stérilet. Les professionnels de santé surestiment les risques de grossesse extra-utérine et d'infections, par exemple ». Or, selon une méta-analyse de l'OMS, l'incidence des infections pelviennes chez les femmes sous DIU est de 1,4%. Un pourcentage identique à

celui observé dans la population générale.

Une norme contraceptive figée ?

Les femmes estiment pour leur part qu'il s'agit d'un contraceptif abortif uniquement indiqué à celles qui ont déjà eu un enfant, pour 54% d'entre elles, indique le Dr Baffet. « Et nous devons toujours faire face à cette terrible idée selon laquelle il rendrait les femmes stériles ». Pour le Dr Alain Proust, cette situation explique en quelque sorte le paradoxe français : « Même si l'offre contraceptive est très importante et très diverse en France, nous rencontrons de nombreux échecs contraceptifs. Deux grossesses sur trois non désirées se produisent sous contraceptif. » Et au total, 350 000 grossesses sont non



prévues chaque année en France, dont 210 000 donnent lieu à une interruption volontaire de grossesse (IVG). Un chiffre qui stagne depuis des années. D'où l'importance pour le Dr Proust « de proposer aux femmes le contraceptif qui leur convient le mieux. Le recours à l'IVG traduit avant tout les difficultés qu'ont les femmes à gérer leur contraception au quotidien, dans un contexte où la norme contraceptive évolue peu ».

Destinationsanté

Bweb Smart

Mettez votre banquier dans votre poche



GRUPE BANK OF AFRICA

Contact: +243 99 300 46 00
Email: infos@boa-rdc.com.

LE FIL DE LA TÉLÉVISION

TF1

06h30 : TFou
 10h35 : Série tv Au nom de la vérité
 11h05 : Tous ensemble (Magazine)
 12h00 : Les douze coups de midi
 12h50 : L'affiche du jour (Magazine sportif)
 13h00 : Journal
 13h20 : Magazine reportages
 15h15 : Série tv Ghost Whisperer
 18h45 : 50min. Inside
 20h00 : Journal
 20h50 : Élection de miss France 2014 (Divertissement)

France 2

06h05 : Téléthon (Société)
 07h00 : Téléthon (Société)
 08h00 : Téléthon 2013 (Emission spéciale)
 12h45 : Pointe route (Magazine de Service)
 13h00 : Le Journal
 13h20 : 13h15, le samedi... (Magazine d'actualité)
 15h35 : Série tv Cold case : Affaires classées
 16h30 : Rugby (Sport)
 20h00 : Le Journal
 20h45 : Téléthon 2013 Emission Spéciale

CANAL+

7h30 : Le petit journal
 09h35 : L'aurore boréal (Court métrage)
 09h50 : Arbitrage (Thriller)
 11h30 : Album de la semaine
 12h45 : Le tube (Magazine)
 13h40 : L'effet papillon (Magazine)
 14h20 : Samedi sport (Multisports)
 17h00 : Paris-SG / Sochaux Championnat de France Ligue I 17^e journée.
 19h00 : Le Journal
 20h55 : End of Watch (Film policier)
 22h40 : Jour de rugby (Rugby)
 23h10 : Jour de foot (football)

France 5

10h10 : Consomag (Magazine de Consommateur)
 10h20 : Silence, ça pousse !
 11h10 : La maison France 5
 12h00 : Les escapades de Petit Renaud
 13h28 : In Vivo, l'intégrale
 15h10 : Les animaux sacrés des pharaons (Civilisation)
 19h00 : C à vous, le meilleur
 20h05 : Entrée libre (Magazine)
 20h35 : Echappées belles (Magazine de Découverte)
 23h30 : Dr CAC (magazine économie)

TV5 Afrique

07h00 : TV5 Monde, le journal
 08h40 : C'pas sorcier
 09h05 : Star parade
 09h35 : 7 jour sur la planète
 10h00 : Destination Francophonie
 10h25 : Afrique presse
 11h05 : Reflets Sud
 12h00 : Epicerie fine
 13h25 : En attendant le vote... (Film)
 15h05 : Brouteurs.com (Série)
 16h25 : Question pour un Champion (Jeu)
 17h50 : L'invité (Magazine)
 18h00 : 64' L'essentiel
 18h05 : Afrique plurielle (Magazine)
 19h30 : Le Journal (France 2)

DIMANCHE

TF1

6h30 : TFou
 11h00 : Téléfoot (Football)
 12h00 : Les douze coups de midi
 12h50 : Des inventions et des hommes
 13h25 : Le Journal
 13h40 : Mentalist
 15h25 : Les experts : Miami
 18h00 : Sept à huit (Magazine)
 20h00 : Le Journal
 20h30 : Du côté de chez vous (Magazine de la Décoration)
 22h55 : Série Tv Esprit Criminel

France 2

06h10 : Série Cœur Océan
 07h00 : Thé ou café
 08h30 : Sagesse bouddhistes
 10h30 : Le jour du Seigneur
 12h05 : Tout le monde veut prendre sa place
 13h02 : Le Journal
 13h20 : 13h15, le Dimanche... (Magazine d'actualité)
 14h15 : Vivement dimanche (Divertissement)
 15h50 : Rugby (Sport)
 18h00 : Stade 2
 18h50 : Vivement dimanche prochain (Divertissement)
 20h00 : Le Journal
 20h45 : Casino Royale (Film d'espionnage)
 23h10 : Faites entrer l'accusé

Canal+

07h50 : Les Dalton
 08h05 : Ernest et Célestine
 09h20 : Les Simpson
 09h45 : Populaire (Comédie)
 11h35 : Rencontres de Cinéma (Magazine du Cinéma)
 12h00 : Le supplément politique (Magazine Politique)
 12h45 : Le supplément (Magazine d'actualité)
 13h55 : La semaine des guignols
 14h30 : Le petit journal de la semaine
 15h10 : Les nouveaux explorateurs (Découverte)
 16h20 : Lily Hammer (Série Dramatique)
 18h45 : Zapping de la semaine
 19h10 : Canal Football Club (Football)
 21h00 : Monaco / Ajaccio (Championnat de France Ligue I 17^e journée).
 23h15 : Equipe du Dimanche

France 5

07h50 : Silence ça pousse !
 8h40 : Entrée libre
 9h10 : Galerie France 5
 10h15 : Echappées belles (Magazine de Découvertes)
 12h00 : Les escapades de Petit Renaud (Magazine Culinaire)
 12h45 : Le Medias, le Magazine
 17h05 : Planète très insolite (Voyage)
 18h00 : C Politique (Magazine Politique)
 19h00 : On n'est que des cobayes ! (Magazine Scientifique)
 20h40 : Foie gras, une tradition en péril (Découverte)
 21h30 : Légumes d'antan, retour gagnant (Découverte)
 22h25 : Premier Noël dans les tranchées (Histoire)
 23h20 : La grande librairie

TV5 Afrique

09h10 : C'est pas sorcier
 10h15 : Wari
 10h45 : Et si vous me disiez toute la vérité ?
 11h05 : Coup de pouce pour la planète (Magazine écologique)
 11h10 : Internationales (Magazine)
 12h05 : Les p'tits plats de Babette (Magazine Culinaire)
 13h10 : Maghreb-Orient-Express
 13h35 : Question pour un Super Champion
 14h30 : Vivement Dimanche
 16h05 : Kiosque (Magazine)
 17h25 : Le Ft des Nouvelles Technos
 18h05 : Noces (Croisées Série)
 18h30 : Immigrés (Série)
 20h00 : Le Claudy Show (Divertissement)
 20h30 : TV5 Monde, le Journal Afrique

Chez nous ce week-end

TOP TV

SAMEDI

06h30 : JT
 07h00 : La main de l'Éternel (émission)
 08h48 : Mot et Usage
 09h00 : Police et Population
 11h00 : Bulletin d'information
 12h00 : Documentaire MN
 15h00 : Washington forum
 18h00 : JT en lingala
 19h56 : Devoir de mémoire
 21h00 : Na tango wana
 22h30 : Pasteur kor-kor
 23h30 : Musique douce

DIMANCHE

07h30 : Le vent du nouveau
 09h00 : Club 700 (émission religieuse)
 10h30 : Entretien sportif
 11h00 : Bulletin d'information
 12h26 : Point de presse
 14h00 : Sans tabou
 16h30 : Génération consciente
 18h00 : JT rétro
 20h30 : Regard sur le monde
 21h00 : Le rendez-vous
 22h30 : Mon temps est arrivé
 23h30 : Musique douce

SAMEDI

3h00 : Cinéma
 5h30 : Club 700
 8h00 : Top infos Kituba
 15h00 : Émission ça fait mal,
 17h30 Sport basket, NBA action,
 19h00, Top infos français
 20h00. série Kennedy,
 21h00 : 9h du soir, une émission d'enquêtes mêlant recherches, reportages, témoignages et débat sur le plateau.

DIMANCHE

1H30 : Musique
 9H30 : Musique chrétienne
 12H00 : Émission Arts plus, dans cette émission l'animatrice vous fait voyager au Cœur de la culture vivante et des arts.
 16H00 : Top école occupe les téléspectateurs par des phénomènes marquants, des loisirs, de la culture, de la science et du sport. Cette émission permet de découvrir de s'enrichir et de se cultiver dans la détente.
 19H00 : Top info français
 21H00 : Concert live-Young star
 22H30 : Cinéma

DRTV

SAMEDI

13h00 : Série: L'affaire de Leila épis.15
 16h30 : JT en langue
 17h00 : Ça me dit souvenirs
 18h20 : Détente musicale
 20h30 : Grande édition du JT
 00h05 : Série : India Love épis. 109-110-111 rdf

DIMANCHE

13h00 : Divertissement
 14h00 : JT
 16h45 : Documentaire : construire le futur
 18h00 : JT 24/7 langues
 19h20 : Inter-régions
 20h30 : Grande édition du JT
 21h10 : No comment
 21h35 : Célébrité
 23h05 : L'homme et son temps

Agenda culture Congo À l'IFC

Samedi 5 avril 2014

Ciné jeunesse. 16h00. *Oggy et les cafards* d'Olivier Jean-Marie. Depuis la nuit des temps, deux forces s'affrontent en un combat perpétuel, total et sans pitié. Un combat dont nous ne soupçonnions pas l'existence malgré sa férocité. Ce choc de titans, cette lutte ancestrale, cette bataille qui perdure à travers les âges, ce n'est pas celle du bien contre le mal... C'est celle d'Oggy contre les cafards !

Mercredi 9 avril 2014

Débats d'idées. 15h00. Droits économiques et sociaux. Congo : L'émergence en question. Pour apporter sa contribution dans la course vers le développement économique lancé par le gouvernement, la Fondation Niosi nous invite plus que jamais à échanger autour du thème « Le Congo pays émergent en 2025 » à travers les axes de réflexion suivants : droits économiques, droits sociaux et émergence par Marcel Mbaloula, ingénieur statisticien, enseignant-chercheur à l'Esgae. *Livres et droits d'auteur au Congo : Facteurs d'émergence ?* par Malcolm-Jourdain Nganga-Loukabou, consultant

chercheur. À l'occasion de la Journée mondiale du livre et du droit d'auteur.

Ciné club. 18h30. *Cœurs*, d'Alain Resnais. Plusieurs vies se croisent : celles de Thierry et Charlotte, agents immobiliers, de Dan, militaire expulsé de l'armée et de sa femme Nicole, ou encore de Lionel, barman dans un hôtel, et son père Arthur, vieil homme malade et colérique... Le mouvement d'un personnage peut bouleverser le destin d'un autre sans pour autant le connaître ni même le rencontrer.

Jeudi 10 avril 2014. 19h00. Duce. Né au Bénin et ayant grandi à Brazza, Nicolas R. P. Offinobi, alias Duce, artiste congolo-béninois, a tiré de toutes ses influences musicales d'enfance son propre genre musical, la nonocité. À Cotonou, il se découvre un talent pour le rap au contact de Sitou (R.A.O) avec qui il forme le groupe La Conscience Mafieuz. En 2006, Duce sort *Ékoya*, un premier album vibrant d'énergie, mélange de tous ses acquis musicaux. Toujours dans son style particulier, entre afro-pop, ragga, zouk ou encore coupé décalé, il collabore à différents

projets, dont l'album *Armageddon*, avant de créer le label Afropop avec Jay-Killah. Installé au Congo depuis 2011, cet amoureux du live et du freestyle viendra enflammer la scène des Airs libres. Ça va chauffer !

Vendredi 11 avril 2014. 19h00. I Dance. Loin d'être une distraction, la danse est pour I Dance, un moyen de faire rayonner la culture congolaise à l'international. Médaille d'or aux Jeux de la Francophonie 2013 à Nice, la compagnie a également participé à un grand nombre de festivals de la place. Ce groupe de huit jeunes artistes est l'un des précurseurs de la danse hip-hop au Congo. Leur passion aux parfums de persévérance et de motivation incite désormais nombre de jeunes Congolais à se lancer dans cette discipline d'avenir qu'est la danse hip-hop. L'IFC a décidé de donner carte blanche à I Dance pour nous concocter une soirée hip-hop qui promet ! Pour la beauté de la fête, I Dance invitera donc sur scène plusieurs artistes de talent, dont Boogie Black, Secta 15, Many, Ya Vé, Merveille Prodige, LBL ou les danseurs de R-Crazy.

Une sélection de *Luce-Jennyfer Mainzoukouta*

Vous croyez avoir un talent d'artiste ? Courez à l'IFC !

Jusqu'au 11 avril, l'Institut français du Congo (IFC) organise des inscriptions dans le but de dénicher des talents en herbe. Les sélectionnés passeront des auditions les 16 et 18 avril

Au programme, trois catégories au choix : danse, musique et théâtre. Les sélections débiteront le 16 avril avec la danse moderne, urbaine ou contemporaine. Les prestataires auront quinze minutes maximum sur scène le premier jour, mais

aussi le jeudi 17 où précisément théâtre et comédie seront à l'honneur. Le tout se terminera par des auditions de musique le vendredi 18 avril. Dans cette dernière catégorie, deux interprétations de compositions originales sont requises pour pas-

ser devant les professionnels qui ensuite délibéreront. Les plus talentueux des participants auront l'opportunité de se produire sur le devant des grandes scènes de l'IFC. Il s'agit de la scène des Airs libres ou de la salle Savorgnan. Le bu-

reau de l'Espérance à l'IFC est d'ores et déjà ouvert pour enregistrer les vocations qui sommeillent en chacun. Le compte à rebours est déclenché, que les talents qui veulent s'affirmer se mettent dans les rangs !

L-J. M.



REPUBLIQUE DU CONGO
Unité - Travail - Progrès

Parc National d'Odzala-Kokoua
Unité de Gestion
BP 62, Brazzaville - E-mail : secretariatfok@gmail.com
Tél : 05 615 30 18 - www.african-parks.org

APPEL À CANDIDATURE : Chauffeurs Poids Lourd

CONTEXTE

Le Parc National d'Odzala Kokoua (PNOK), situé au nord-ouest de la République du Congo, couvre une superficie de 1.354.600 hectares et comprend plus de 100 clairières, des populations de gorilles et d'éléphants. Depuis 2011, le PNOK est géré par la Fondation Odzala Kokoua, organisation créée suite à l'accord de partenariat signé entre African Parks et le Gouvernement du Congo pour le financement et la gestion durable de ce Parc durant une période de 25 ans.

Dans le cadre de la mise en œuvre du programme d'appui à la surveillance et à la valorisation du Parc National d'Odzala Kokoua financé par l'Union Européenne, la Fondation Odzala Kokoua, disposant des structures opérationnelles (Conseil d'Administration et Unité de gestion) recherche deux(02) chauffeurs Poids Lourds expérimentés.

LIEU D'AFECTATION :

Quartier Général du Parc à Mbomo

MISSIONS

Sous la supervision générale du Directeur du Parc et la supervision directe du Chef de Service infrastructure, le titulaire du poste exécutera les tâches suivantes :

- Transporter les employés et partenaires du PNOK en mission dans le respect des règles de circulation nationale, selon les plannings du programme et les directives de l'administration ;
- Assurer l'acheminement correct des biens et services nécessaires aux activités du Parc National d'Odzala-Kokoua ;
- Utiliser le véhicule selon les normes techniques et les procédures du PNOK ;
- Maintenir permanemment les documents du véhicule à bord et s'assurer de leur validité ;
- Résoudre les pannes techniques mineurs ;
- Prévenir l'administration des réparations importantes à effectuer ;
- Assurer le suivi quotidien du véhicule ;
- Veiller à la propriété du véhicule ;
- Reporter dans le carnet de bord, la consommation de carburant et le kilométrage en début et en fin de la journée et toute information relative à l'entretien du véhicule ;
- Inspecter et préparer le véhicule la veille du départ afin d'être prêt à l'heure ;
- Préparer le matériel supplémentaire à emporter en fonction des besoins

- (carburant, autocollants, drapeaux, outils, kit médical) ;
- Participer au chargement et au déchargement du véhicule ;
- Assumer toutes autres tâches à lui confiées par la Direction du PNOK.

PROFIL RECHERCHÉ

- Expérience d'au moins 05 ans en tant que chauffeur
- Bonne capacité de conduire (permis de conduire) ;
- Formation d'un niveau minimum de BEPC ou diplôme technique équivalent ;
- Connaissance des ONG et de leur façon de travailler ;
- Capacité de travailler en équipe ;
- Connaissances pratiques en mécanique auto ;
- Excellente capacité de communication, rigoureux, ponctuel ;
- Grande capacité d'adaptation ;
- Bonne connaissance des zones d'intervention du programme, surtout la partie nord du pays (de B/ville à Ouessou) ;
- Maîtrise du français écrit et oral ; l'Anglais est un atout ;
- Excellente capacité de communication et d'écoute

DOSSIER DE CANDIDATURE

Les candidats intéressés par le présent avis de recrutement doivent fournir les dossiers comportant :

- Une lettre de motivation ;
- Un permis de conduire à jour de catégorie B, C, D ou Permis CEMAC de préférence ;
- Un CV détaillé ;
- Copies certifiées des diplômes et attestations ;
- Un certificat médical de moins de trois mois à la date de dépôt du dossier, les références d'au moins deux précédents employeurs (de préférence les superviseurs directs).
- Un casier judiciaire.

Les dossiers de candidatures doivent être déposés au plus tard le 17 avril 2014 au bureau de la Fondation Odzala-Kokoua, sis 227, rue Campel, ravin du Tchad, plateau centre-ville, au bureau du Parc National d'Odzala-Kokoua à Mbomo ou adressez votre candidature à l'adresse mail suivant : guyl@african-parks.org ou téléphoner au 05 351 80 97.

NB : seuls les candidats présélectionnés seront convoqués pour les interviews. Les dossiers de candidatures ne seront pas retournés.

En vente à la Librairie Les Dépêches de Brazzaville

Plaisirs de la table

La poire est le fruit du poirier, arbre dont l'apparition remonterait à la préhistoire. Le *Pyrus communis* appartient à la grande famille des rosaceae. Son nom viendrait du latin *pira* qui a donné lieu à *pera* en italien et en espagno



Le poirier

Bien que les Congolais connaissent ce fruit, ils ne le consomment que très rarement lorsqu'il apparaît dans les petits marchés des quartiers ou en ville où d'ordinaire se vendent les pommes. La raison en serait peut-être que la poire

est une quasi-exclusivité des supermarchés du centre-ville. Une autre raison serait la rareté de ce fruit qui coûte plus cher que sa cousine la pomme. Les botanistes considèrent d'ailleurs ce fruit comme un faux fruit. Pourquoi ? Parce

que, a contrario, le vrai fruit est issu du seul pistil de la fleur tandis que la poire ne serait pas un organe, mais la combinaison de plusieurs autres ! Selon les latitudes, la récolte de la poire se fait dans les six mois de raccourcissement du jour, selon les experts. Cette période correspondrait à la période entre juin et décembre dans l'hémisphère nord.

Désignée comme étant un fruit climactérique dont le mûrissement peut se faire après la cueillette de manière lente, la poire se présente sous plusieurs variétés. La variété des poires dites à cuire ne peut toutefois se récolter avant maturité. Enfin pour ce qui est de sa maturité, retenons qu'elle se vérifie avec la règle dite « du quart d'heure ». Lorsque la main effectue une rotation de 90° sur la tige retenue à la



La poire

branche, celle-ci cède. C'est que le fruit est arrivé à maturité. Des variétés, on peut retenir qu'il existe des poires de table qui renferment des types génériques comme la Beurré Hardy dont la chair fond, la Bon-Chrétien ou encore la Bergamote. Enfin, il faut rendre justice à ce fruit dont

la chair tendre est savoureuse. En locution française, être une poire c'est être nul... Qui sait devant combien de tribunaux cet innocent fruit traînerait les linguistes s'il pouvait se plaindre ! En attendant, mangez-le et soyez son... avocat !

Luce-Jennyfer Mianzoukouta

RECETTE D'AILLEURS

Tapas à la catalane



Préparation vingt minutes

Cuisson deux minutes

Ingrédients pour quatre personnes

- 4 tomates
- 4 tranches de jambon cru
- 2 gousses d'ail
- 4 cuil. à soupe de caillé de brebis
- 8 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 4 tranches de pain (ou baguette au levain)
- sel, poivre du moulin

Préparation

Moulinner les tomates. Les couper en deux, les épépiner, écraser leur chair à la fourchette. Tailler les tranches de jambon en lanières. Éplucher, laver et dégermer les gousses d'ail. Déposer le caillé de brebis dans un bol, le travailler à la fourchette avec 4 cuil. à soupe d'huile d'olive, assaisonner. Faire griller les tranches de pain, frotter un des côtés à l'ail. Étaler la chair de tomate sur les tartines, les arroser d'un trait d'huile (1 cuil. environ par tartine). Placer le caillé de brebis sur la chair de tomate. Terminer par le jambon et déguster.

Relaxnews

RECETTE D'ICI

Safous cuits à la vapeur

Ingrédients pour quatre personnes

- 300 g de safous (soit six fruits de taille moyenne)
- sel
- huile (facultatif)

Préparation

Cette recette est toute simple pour les gourmets de la cuisine congolaise. Commencer par laver les fruits et les inciser par des raies, deux de chaque côté dans le sens de la longueur. Puis dans une marmite de fonte, si possible, placer les premiers safous et saler en incorporant juste ce qu'il faut d'eau (de préférence des goutelettes). Au sel associer un peu d'huile (deux cuillerées sont suffisantes) pour permettre aux safous à la fois de cuire et de griller légèrement avec l'évaporation de l'eau sans se calciner. En trois minutes, les safous sont prêts à la dégustation, chauds ou pas.

Astuce

À la fin de la cuisson, les safous doivent être fermes, pas trop mous. Cela dépend de la petite quantité d'eau utilisée.

Accompagnement

Ce plat est souvent en association avec un autre, comme un bouillon quelconque ou du poisson grillé. Mais simplement avec du manioc ou du fougou, cela « goûte » tout autant, comme disent les amateurs !

Bonne dégustation !

Luce-Jennyfer Mianzoukouta

LES JEUX DES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

MOTS FLÉCHÉS 674

CRÉÉ DE TOUTES PIÈCES MESSAGE CHIFFRÉ	PROCESSEUR CAPITALE DU CAMEROUN	DES RIMES POUR HABILLER LA MARIÉE	VIEL ALLEMAND ENJOUE	AGENT TROUBLE	ADD À L'ANGLAISE GAMIN
VACHEMENT MALE NATUREL		OUBLI JEU EN ASIE		VOLAILE PRODIGIEUX	
FORME MUSICALE ROI DE CRÈTE			PRONOM REFLÈCHÉ SUPPLIQUE		DÉMONSTRATIF
DISQUE ANCIENNE DISTANCE		NERVEUSE PRESSEES	RÉSINEUX		MERCURE AU LABO PORCHÈRE
FERAIENT UNE FARGE	PLAINTÉ AJUSTÉ		IL MET LE VIN EN LABEL DRESSAIT	GARDÉE POUR SOI IMPRÉVU	COMPLÈTE FAIS LA PEAU
PAYS D'AFRIQUE	PARTICULE UNITÉ DE PUISSANCE		CYCLE		POSSESSIF VA AVEC LE COUVERT
VILLE DU LIBERON APPORTA LA PREUVE		PERSE PETIT SAINT		MACHINE TRÈS COURT	
				AUXILIAIRE	
ÉPREUVE			RELEVÉES		

MOTSMÊLÉS - N°443

B	E	C	A	M	A	R	A	N	T	E	D	O	X	E
E	B	O	L	M	U	R	C	A	S	T	O	R	R	C
I	E	N	E	O	S	E	C	Y	A	C	H	T	A	E
A	H	C	J	E	R	I	A	R	O	H	C	D	C	L
R	P	U	N	F	D	L	C	M	E	U	N	O	E	
E	E	B	S	I	O	O	O	I	P	C	A	L	R	G
M	E	I	T	O	U	R	N	S	H	L	G	E	N	A
L	A	N	I	D	R	A	C	G	E	P	G	C	I	C
A	O	V	C	I	B	P	S	R	O	A	Y	O	M	O
P	P	R	E	L	U	D	E	H	T	U	M	S	I	B
J	O	K	E	R	P	R	U	O	P	O	R	M	X	A
B	A	R	B	O	N	U	P	T	I	A	L	O	T	H
R	E	V	E	N	U	I	N	O	R	A	B	S	U	U
H	A	V	A	N	E	S	A	B	I	R	U	R	T	
H	C	I	H	C	K	A	B	C	O	R	S	O	E	R

- | | | | |
|----------|---------|------------|----------|
| AMARANTE | CORSO | JUSTICE | RACORNI |
| BAHUT | COSMOS | LORDOSE | RELANCE |
| BAKCHICH | EPHEBE | MINABLE | REVENU |
| BARBON | EXODE | MIXTURE | ROCOCO |
| BARON | FOURBU | NUPTIAL | SABIR |
| BISMUTH | GAUCHO | PALMERAIE | SACRUM |
| BOCAGE | GOUROU | PARODIE | SPECTRE |
| CADUC | HAVANE | PONTIFICAT | SYPHILIS |
| CARDINAL | HORAIRE | POTAGER | VERNIS |
| CASTOR | IDOINE | POURPRE | YACHT |
| CONCUBIN | JOKER | PRELUDE | |

MOTS CASÉ 10 X 13 - N°305

SUDOKO - Grille n°551 facile

1			5										
8		4		9	2								1
		5	7	3									
									3	4			
3		8							6		9		
		1	9										
						6	8	2					
5			8	7		1		4					
						4							7

SUDOKO - Grille n°554 facile

	6	3	8	9				2					
	7	1											4
9			5										
7	3				8								
	2	5				4	1						
			4					2	8				
					8					7			
2								5	6				
6		7	1	2	3								

EN PARTANT DES CHIFFRES REMPLISSEZ LA PAGE DE TELLE SORTE QUE CHAQUE COLONNE DE 3 X 3 CONTIENNE UNE SEULE FOIS LES CHIFFRES DE 1 À 9

- 2 LETTRES
BU - DU - EN - ET - GI - IF - IN - OR - SE
- 3 LETTRES
AIE - ARA - EPI - ETE - NUE - NUL - OSE - SUD - UNE - USE
- 4 LETTRES
BUEE - CLUB - EDEN - EMET - ENTA - ESSE - FETU - NAIT - PNEU - POIL - VOEU
- 5 LETTRES
CESAR - DEUIL - ETALE - ETRES - EVEIL - FACON - FUMET - LITRE - NADIR - OSCAR - PORTE - PURGE - RAILS - REGLE - RINCE - SEUIL
- 6 LETTRES
ARNICA - ELARGI - ETAPES - MENUET - MEUBLA - REGRET

SOLUTION DE LA SEMAINE PRÉCÉDENTE

SOLUTION :
Le mot-mystère est :
SAXOPHONISTE

MOTS CASÉ N°303

V	A	S	E		B	E	A	U	X	
E	V	A	S	E		U	R	N	E	
R	E		S	O	R	T	E		R	
	N	A	I	N	E		O	T	E	
A	U	B	E		G	A	L	A	S	
C	E	S	U	R	E		E	X		
E		E		A	L	E		E	N	
S	E	N	A	T		R	I	R	A	
	S	T	R	E	S		S		A	N
A	S		M	E	T	E	O		A	
B	A	V	A		E	S	T	E	R	
B	R	U	I	T	A		A	U		
E	T	E		A	K	E	N	E	S	

MOTS FLÉCHÉS N°673

M	D		T		C		B		A		
A	U	T	O	R	I	S	A	T	I	O	N
R	A	D	I	E	U	S	E		S	I	
G	A	R	O	N	N	E		I	S	I	S
N	A		G	A	R	A	N	C	E		
T	O	S	C	A	N		I	T	E	R	E
	C	O	R	M	O	R	A	N		C	
G	R	O	N	D	E	R	A		A	D	O
A	N	A		N	A	I	T	R	A	S	
I	F		K	O		I	N	R	I		S
F	A	R	D	E	S		I	O	D	E	
T	O	K	Y	O		O	T	A		R	E
L	E		R	O	N	A	L	D	O		
P	E	N	J	A	B		I		U	N	E
S	E	C	T	I	O	N	N	E	E	S	

SUDOKO 550

8	7	4	1	5	2	3	6	9					
6	1	3	7	4	9	2	8	5					
9	2	5	8	8	3	4	7	1					
5	8	9	3	2	6	7	1	4					
2	6	7	5	1	4	9	3	8					
3	4	1	9	7	8	5	2	6					
4	3	2	8	8	5	1	9	7					
1	5	8	2	9	7	6	4	3					
7	9	6	4	3	1	8	5	2					

SUDOKO 553

9	3	4	1	2	6	5	7	8					
6	8	1	5	9	7	2	3	4					
2	5	7	3	4	8	6	9	1					
1	8	9	7	8	4	3	5	2					
3	7	8	2	6	5	1	4	9					
4	2	5	9	1	3	8	6	7					
8	9	6	4	3	1	7	2	5					
7	1	2	6	5	9	4	8	3					
5	4	3	8	7	2	9	1	6					

Les solutions des jeux de ce numéro dans notre prochaine édition du samedi 11 avril

LIGUE DES CHAMPIONS UEFA

Le Real sur la voie royale, le PSG en pôle, l'Atletico et le Bayern en ballotage favorable

Mardi et mercredi soirs se sont déroulés les quarts de finale aller de la Ligue des champions. À l'issue de ces rencontres, on connaît déjà, sauf accident historique, le nom de l'un des demi-finalistes puisque le Real Madrid, large vainqueur du Borussia Dortmund (3-0), a un pied et demi dans le dernier carré. Garreth Bale (3^e), Isco (27^e) et Ronaldo (57^e) sont les buteurs madrilènes

De son côté, le PSG a pris une option pour jouer la deuxième demi-finale de Ligue des champions de son histoire, après celle de 1995. Au Parc des Princes, malgré un duo Ibrahimovic-Cavani décevant, les Parisiens ont battu Chelsea 3-1. Dès la quatrième minute, l'Argentin Lavezzi ouvrait le score, ce qui ne parvenait pas pour autant à libérer les Parisiens. Le Belge Eden Hazard égalisait sur penalty à la 27^e

avant que le Brésilien David Luiz ne double le score pour Paris... contre son camp (2-1, 61^e). Au sortir d'un exploit personnel étincelant, l'Argentin Pastore triplait la mise à la 90^e minute. Un but qui met Paris dans une condition confortable avant le match retour à Chelsea. Mais attention, car les Blues de José Mourinho restent redoutables, surtout quand ils sont dos au mur.

Mardi soir, le Bayern



de Munich, bien contenu par Manchester United, a probablement fait le plus dur en rapportant un point (1-1). Les Red Devils ont dominé les débats jusqu'à l'ouverture du score sur une tête de Vidic (58^e). Six minutes plus tard,

Schweinsteiger égalisait, puis était expulsé. Belle opération des Madrilènes de l'Atletico, qui fait match nul au Camp Nou (1-1). Le leader de la Liga a d'ailleurs ouvert le score grâce à un bijou du Brésilien Diego (56^e). Le

duo Iniesta à la passe, Neymar à la conclusion a permis aux Catalans d'égaliser (71^e) et d'atténuer la pâle prestation de Messi.

Les matchs retour auront lieu les 8 et 9 avril.

Camille Delourme

LES BONS COINS DE KINSHASA

RESIDENCE 165

Bar-Restaurant-Hébergement
Boulevard du 30 juin, 165
Kinshasa-R.D.Congo
Tél: +243 818 512 345
Située en plein boulevard du 30 juin, place Royale à quelques mètres de l'ambassade d'Angola.
Magnifique cadre fleuri qui vous donne la sensation d'être en dehors de tout.

PLANETE J Socimat

Restaurant-Bar-Terrasse
Boulevard du 30 juin 01
Derrière l'Ambassade de France
Réf: Petit pont, Pizzeria au bois du feu
Livraison à domicile
Cuisine Congolaise & Européenne
Ouvert de 12h00 à 00h00
Grillade Ntaba, Maboké etc
Petit déjeuner de 07h00 à 10h30
Concert de Jazz, tous les vendredi à 20h00 - Pour toutes réservations
Tél: +243 15 16 86 52
+243 813 754 690

KWILU BAR

Rhumerie-cocktail
Bar-Tapas
3, avenue de la justice, en face de la maison communale de la Gombe.
Ouvert Tous les jours.
Mercredi: Salsa Night 18h
Le rendez-vous Latino à Kinshasa, cours de salsa gratuit
Jeudi: Karaoke Night 19h
Apéro Tapas. Emotions intenses.
Tél: +243 819 923 227
+243 820 170 979

ORANGERAIE

Restaurant-Terrasse
Boulevard du 30 juin, pas très loin du Memling, une très bonne adresse gastronomique de Kinshasa, réputée Pour sa qualité-prix. On y propose un Buffet tous les samedi midi.
Ouvert de lundi à samedi de 12h00 à 22h00 non Stop.
Tél: +243 990 007 777
+243 998 273 997
+243 814 937 844

NO WHERE

Restaurant-Terrasse-Boîte de nuit
Avenue de la libération. Ex-avenue 24
Réf: Av. Ngélé, en face de l'académie de beaux-arts.
Kinshasa-R.D.Congo
Cuisine Congolaise & Etrangère
Réputé pour la qualité de son service
Magnifique cadre
Ouvert tous les jours
Tél: +243 817 009 912



PHARMACIES DE GARDE DU 6 AVRIL 2014

- BRAZZAVILLE -



MAKELEKELE

- Dieu Merci (Arrêt Angola Libre)
- Sainte Bénédicte

BACONGO

- Tahiti
- Trinité
- Reich Biopharma
- Delgrâce

POTO-POTO

- Centre CHU
- Franck
- Mavré
- Sainte Bernadette

MOUNGALI

- Colombe
- Loutassi
- Sainte-Rita
- Emmanuéli
- Antony

OUENZE

- Béni (ex Trois Martyrs)
- Marché Ouenzé
- Rossel

TALANGAI

- La Gloire
- Cleme
- Saint Demosso
- Yves

MFILOU

- Santé pour tous



MBOTE!
Vous faites partie des privilégiés

PROGRAMME MBOTE



EC Air
Bienvenue chez vous.

www.flyecair.com ; Relations clients : + 242 06 509 0 509 (Congo) + 33 01 78 77 78 77 (France) E- mail: relationclients@flyecair.com

