



ESTIME SANZA
Webmaster congolais



www.adiac-congo.com

LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

N° 3308 DU 1^{er} AU 8 SEPT 2018/200 FCFA, 1€

TOURISME

Dans le Kouilou, des jeunes promeuvent le site de Diosso



Une trentaine de jeunes résidant pour la plupart dans la localité de Diosso, au nord de Pointe-Noire, s'est constituée en groupe pour former l'Association des jeunes guides au gorge afin d'impulser le développement touristique dans ce village et son site, les gorges de Diosso. Situé dans le Kouilou au sud-ouest de la République du Congo, à 35 km de la ville de Pointe-Noire, ce site figure parmi les plus visités de la région.

LIRE PAGE 6

ENTREPREURIAT

L'événementiel est chez « Grain de sel »

À moins de 25 ans, Laurel Serges Oboa est à la tête d'une structure qui cristallise depuis un mois l'attention des Congolais. Pour preuve, l'organisation réussie du concert « hypermédiatisé » des stars Naza et Keblack, hier à Brazzaville. Premier essai et finalement un coup de maître, cet événement a mis le grain dans le sel côté succès de cette agence événementielle qui rentre de plain-pied dans le show business.

LIRE PAGE 3



LOISIRS

Brazzaville à l'heure des kermesses



Les vacances qui s'achèvent ont eu une mode exceptionnelle cette année, avec les kermesses tous azimuts. Si elles se révèlent comme des endroits de divertissement et de promotion artistique, ces pseudos foires

se sont finalement vu attribuer de mauvaises notes au regard des dispositions à travestir leur véritable rôle. L'année prochaine, les autorités prévoient des mesures drastiques, entend-on.

LIRE PAGE 6

RENCONTRE

Un Congolais aux « Sambas professionnels » à Libreville

Le Congo sera représenté à la cinquième édition des Sambas professionnels, du 3 au 8 septembre dans la capitale gabonaise, par le webmaster Estime Sandza, qui y animera l'atelier sur les médias sociaux. « Cet événement est une opportunité de côtoyer des modèles africains de réussite car ce sont des sources d'inspiration pour les jeunes », estime le jeune congolais, digital manager au groupe VOX Médias.

LIRE PAGE 4

séminaire d'échanges de compétences
LES SAMBAS PROFESSIONNELS #5
Complexe scolaire Michel Dirat À LIBREVILLE
3 > 8 SEPT. 2018
parrain de la 5^e édition
MANU DIBANGO

DISTINCTION

Qui sont les Africains les plus riches en 2018 ?

Six Africains occupent les premières places dans la liste des Noirs les plus riches du monde en 2018, selon un document publié par la plate-forme blog des entrepreneurs et le magazine Forbes.

LIRE PAGE 5

Éditorial

Tourisme

Des responsables aux niveaux national et décentralisé aux consommateurs, en passant par les opérateurs privés et organisations de la société civile, l'on note un engagement devant les objectifs communs de gestion intégrée du tourisme, pour protéger ses activités et mieux garantir les bienfaits de ce secteur à long terme.

Nous le soulignons pour alerter sur les initiatives privées qui prennent de plus en plus d'allure et qui réclament une certaine convergence d'actions pour mieux éclore. À côté d'associations qui se hissent pour proposer des pistes de promotion touristique sectorielle, des initiatives concrètes de réseaux de la Diaspora appellent, par ailleurs, à imaginer, incontestablement, un pacte d'une économie touristique planifiée, développée et peut-être cogérée.

Le pays détient, en effet, un potentiel physique remarquable et parfois exceptionnel constituant ses principaux attraits touristiques. Ces atouts peuvent contribuer efficacement à l'amélioration des conditions de vie de la population s'ils sont mis en valeur et commercialisés dans une perspective de développement durable. Un pari aisé, surtout, si les acteurs concernés, sans oublier les initiatives privées, regardent dans la même direction.

Les Dépêches de Brazzaville

Le chiffre

1500 FCFA

C'est le coût de péage des taxis dans la nouvelle tarification encore à l'étude

Proverbe africain

« On ne peut pas labourer, semer, récolter et manger le même jour »

LE MOT

CROWDFUNDING

Le financement participatif, crowdfunding en anglais est une expression décrivant tous les outils et méthodes de transactions financières qui font appel à un grand nombre de personnes afin de financer un projet. La mise en commun des apports individuels est facilitée aujourd'hui par le développement des réseaux sociaux et des communautés sur internet.

IDENTITÉ VINCIANE

Prénom féminin d'origine latine, dont la tendance actuelle est plutôt stable. Vinciane vient du latin *vincentius*, « qui vainc, qui triomphe ». Sainte Vinciane, sœur de saint Landoald, évangélisa en sa compagnie la Belgique du VII^e siècle. Ce prénom jouit actuellement d'une sorte de faveur nouvelle. Le signe astrologique qui lui est associé est Vierge. Vinciane fête le 22 janvier.

La phrase du week-end

« Commencez maintenant, pas demain. Demain est une excuse de perdant ».



Andrew Fashion

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

RÉDACTIONS

Directeur des rédactions : Émile Gankama
Assistante : Leslie Kanga
Photothèque : Sandra Ignamout

Secrétaire général des rédactions :

Gerry Gérard Mangondo
Secrétaire des rédactions : Clotilde Ibara
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, François Ansi

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédacteur en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués :
Roger Ngombé, Christian Brice Elion
Service Société : Parfait Wilfried Douniama (chef de service) Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko
Service Politique : Roger Ngombé (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Firmin Oyé, Jean Kodila
Service Économie : Quentin Loubou (chef de service), Fiacre Kombo, Lopelle Mboussa Gassia
Service International : Nestor N'Gampoula

(chef de service), Yvette Reine Nzaba, Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rominique Nerplat Makaya
ÉDITION DU SAMEDI :
Quentin Loubou (Coordination), Durly Emilia Gankama

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Rédacteur en chef : Faustin Akono
Lucie Prisca Condeh N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara
Commercial : Méline 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
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa, Gypsie Oïssa
Société : Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi
Sports : Martin Enyimo
Relations publiques : Adrienne Londole
Service commercial : Stella Bope
Comptabilité et administration : Lukombo
Caisse : Blandine Kapinga
Distribution et vente : Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port -

Immeuble Forescom commune de Kinshasa
Gombé/Kinshasa - RDC -
Tél. (+243) 015 166 200

MAQUETTE

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

INTERNATIONAL

Directrice : Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndongo, Marie-Alfred Ngoma, Lucien Mpama, Dani Ndungidi.

ADMINISTRATION ET FINANCES

Directrice : Lydie Pongault
Secrétariat : Armelle Mounzeo
Chef de service : Abira Kiobi
Suivi des fournisseurs :
Comptabilisation des ventes, suivi des annonces : Wilson Gakosso
Personnel et paie :
Stocks : Arcade Bikondi
Caisse principale : Sorrelle Oba

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordnatrice, Relations publiques :
Adrienne Londole
Chef de service publicité :
Rodrigue Ongagna

Assistante commerciale : Hortensia Olabouré
Commercial Brazzaville : Erhiade Gankama
Commercial Pointe-Noire : Méline Eta Anto

Chef de service diffusion de Brazzaville :
Guylin Ngossima
Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé, Irin Maouakani
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole.
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Mombelé Ngonu

TRAVAUX ET PROJETS

Directeur : Gérard Ebami Sala

INTENDANCE

Coordonnateur général: Rachyd Badila
Coordonnateur adjoint chargé du suivi des services généraux: Jules César Olebi
Chef de section Electricité et froid: Siméon Ntsayouolo
Chef de section Transport: Jean Bruno Ndokagna

DIRECTION TECHNIQUE (INFORMATIQUE ET IMPRIMERIE)

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint : Guillaume Pigasse
Assistante : Marlaine Angombo

IMPRIMERIE

Gestion des ressources humaines : Martial Mombongo
Chef de service prépresse : Eudes Banzouzi
Gestion des stocks : Elvy Bombete
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo
Tél. : (+242) 05 629 1317

eMail : imp-bc@adiac-congo.com

INFORMATIQUE

Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate
Narcisse Ofulou Tsamaka (chef de service), Darel Ongara, Myck Mienet Mehdi, Mbenguet Okandzé

LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Émilie Moundako Éyala (chef de service), Eustel Chrispain Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphane Mozali
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi.
Astrid Balimba, Magloire NZONZI B.

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepechesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville, République du Congo /
Email : regie@lesdepechesdebrazzaville.fr
Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

HAUTE COUTURE

Daniel Tohou: « L'Afrique c'est l'alpha et l'omega de mon processus de création »

D'origine africaine, le fondateur de la marque Nefer couture, une chaîne de vêtements de luxe basée en France, propose pour l'habillement masculin une parfaite alchimie entre l'artisanat français et les matières premières du continent africain. Entretien.

Les Dépêches de Brazzaville (L.D.B.): Pourriez-vous vous présenter à nos lecteurs ?

Daniel Tohou (D.T.): Je suis un tailleur sur mesure français, d'origine béninoise de par mon père et togolaise de par ma mère, vivant à Paris.

L.D.B.: Comment vous êtes-vous retrouvé dans l'industrie de la mode ?



D.T.: Je me suis retrouvé dedans par ma formation de tailleur mais beaucoup plus encore par mon goût familial assez prononcé pour le vêtement. Lune de mes grand-mères, en effet, était vendeuse de pagnes à Lomé, elle fut mama Benz.

L.D.B.: La source d'inspiration de vos créations ?

D.T.: Je la puise de bout en bout de l'Afrique, par mes voyages, mes littératures et la musique... Toutes mes influences sont liées de près ou de loin au monde africain. Mais à cela, il faudrait ajouter l'art de vivre français qui m'influence également en second lieu.

L.D.B.: Que signifie Nefer ?

D.T.: Nefer est la signification de « beau, parfait » en Égypte ancienne et aussi je suis passionné de cette civilisation par mes lectures telles que Cheik Anta Diop sur l'Égypte et d'autres civilisations africaines pré-coloniales.

L.D.B.: Quelle place occupe l'Afrique dans votre travail ?

D.T.: Elle est la première pensée que j'ai quand je commence une idée et la dernière lorsque je finis et boucle une collection. L'Afrique est mon cœur, je garde une connexion avec la terre de mes aïeux.

L.D.B.: Que propose Nefer couture en matière de style ?

D.T.: Il propose un style classique, par ses influences de la haute couture française mais en même

temps faite de petits détails créatifs empruntés à l'Afrique car je suis quelqu'un de discret mais qui doit se démarquer et je le fais avec détail.

L.D.B.: Où retrouve-t-on l'Afrique dans vos créations ?

D.T.: Dans les différents aspects de la marque comme les mannequins, l'histoire que je collectionne ou dans les tissus que j'utilise pour la confection de mes pièces.

L.D.B.: Être Africain, est-ce un handicap pour émerger dans ton domaine en Europe ?

D.T.: Non. Il faut juste vouloir ardemment, avec obstination, détermination et persévérance car rien ni personne ne peut empêcher quelqu'un de déterminé à accomplir ce pourquoi il est convaincu.

L.D.B.: Une tenue idéale pour vous ?

D.T.: La tenue idéale dépendra surtout des circonstances, un smoking pour une réception ou gala, un costume gris clair pour une occasion plus business, une veste sport, un jeans et des dealers pour les occasions de tous les jours ou une veste avec un pantalon chino (toujours avec un petit détail africain en vue).

L.D.B.: Quel est le vêtement indispensable dans le garde-linge d'un Africain ?

D.T.: Il ne doit jamais, alors jamais, manquer une veste sur mesure (de chez Nefer couture). Rires.....

L.D.B.: Quel a été votre plus grand défi dans cet univers ?

D.T.: C'était d'intégrer des maisons de haute couture telles que Lavin ou Salto et d'y apprendre mon métier de maître tailleur. Il fallait du courage et du sang froid pour y aller.

L.D.B.: Une idole ?

D.T.: J'en ai eu pas qu'une seule, mais trois : Oswald Boateing qui m'a donné envie d'exercer ce métier; Ralph Lauren qui a bâti une marque incroyable et incontournable en termes d'image et de développement; enfin Gabrielle Chanel parce qu'elle a bâti un empire qui lui a survécu, c'était une femme de caractère.

L.D.B.: Des conseils pour exceller dans l'industrie de la mode ?

D.T.: Il faut avoir confiance en soi et en ses capacités. Il faut aussi se former et se forger, pas forcément dans des écoles de mode. Vous pouvez le faire également chez les tailleurs du coin, dans des maisons de couture, pour acquérir de l'expérience avant de se lancer car on ne s'improvise pas styliste, c'est un métier !

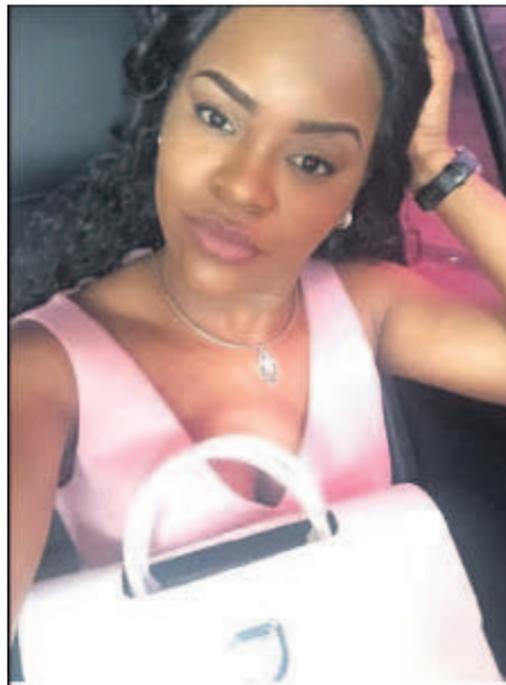
Propos recueillis par Karim Yunduka

ENTREPRENEURIAT

« Grain de sel » sublime l'événementiel

Créée il y a un mois et demi, l'agence est dirigée par Laurel Serges Oboa, une jeune congolaise passionnée par l'organisation des spectacles de toute nature.

« L'événementiel est un domaine qui m'intéresse depuis fort longtemps. Et ce n'est que maintenant que j'ai eu le courage de me lan-



Laurel Serges Oboa

cer. Et ma motivation vient du fait que ça soit ma passion. Je préfère rester dans les coulisses que d'être devant les caméras », a déclaré Laurel Serges Oboa.

Si l'idée de monter une agence gerait déjà dans l'esprit de Laurel, elle avait bien avant posé ses marques à travers plusieurs activités, réceptions privées, fêtes d'anniversaires et mariages. Une somme d'expériences qui finalement va participer à assoir une structure avec une équipe jeune et experte.

À moins de 25 ans, Laurel est à la tête d'une structure qui cristallise depuis un mois l'attention des Congolais. Pour preuve, l'organisation réussie du concert « hypermédiatisé » des stars Naza et Keblack, le 31 août à Brazzaville. Premier essai et finalement un coup de maître, cet événement a mis le grain dans le sel côté succès de cette agence événementielle qui rentre de plain-pied dans le show business.

« Le but de ce concert

était de donner une certaine notoriété à l'agence car au Congo, quand une femme est à la tête d'une structure, surtout une si jeune demoiselle, c'est compliqué. Donc, j'ai organisé ce concert dans l'espoir de marquer notre savoir-faire et avoir la confiance des autres », a-t-elle relevé, soulignant qu'elle compte faire mieux. « Dire que je suis satisfaite par rapport à l'organisation de cet événement, c'est manquer d'am-

« Dire que je suis satisfaite par rapport à l'organisation de cet événement, c'est manquer d'ambition »

bition », a relevé Laurel Serges Oboa qui prévoit de faire de Grain de sel une agence incontournable en diversifiant ses zones de compétence.

Autrefois méconnu, le monde de l'événementiel prend de plus d'ampleur en République du Congo. Pour s'assurer du succès de leurs spectacles, certaines personnes préfèrent maintenant confier l'organisation des manifestations à des spécialistes dans le domaine.

Lopelle Mboussa Gassia

Yoga. Itha Kimbolo : « Notre corps peut tout faire, il suffit de convaincre notre tête de le faire »

Souffler, contrôler, relâcher, méditer et concentration sont les maîtres-mots du quotidien de Itha Kimbolo, une danseuse contemporaine, coach sportif et professeure de yoga, originaire de la République démocratique du Congo. Cadette d'une famille de quatre enfants, elle nous parle de cette discipline mais aussi de la fusion entre le yoga et la danse. Interview.

Les Dépêches de Brazzaville (L.D.B.): Itha Kimbolo, quelle est votre conception du Yoga ?

Itha Kimbolo (I.K.): Le yoga est le fruit d'un travail bien fait, il a le rôle de relier le cœur, l'âme et l'esprit. Il apprend à ceux qui le pratiquent à maîtriser leur corps, à se laisser aller et à s'ouvrir au monde. Le yoga est aussi considéré comme un moyen pour tout pratiquant d'être en harmonie avec soi, son environnement et l'univers. Il peut aussi être pris comme médecine douce par ses effets sur la santé mentale et physique de celui qui le pratique. Il existe plusieurs formes de yoga mais le « hatha yogo » est la forme la plus répandue et la plus traditionnelle car elle provient du yoga indien qui comprend un travail progressif sur les mouvements, accompagné d'un apprentissage sur la respiration.

L.D.B.: Quelle place occupent le yoga et la danse dans votre vie ?

I.K.: Ce sont mes amours, l'un fait mon



bien-être et l'autre est mon ami, mon travail et ma priorité. Les deux occupent une place prépondérante dans mon existence, je ne peux vivre une journée sans bouger. C'est une raison de vivre pour moi.

L.D.B.: Selon vous, qu'est-ce qui lie les deux disciplines ?

I.K.: La relation entre ces deux disciplines, c'est la musique. Pour pratiquer le yoga et la danse, il faut du rythme et ce dernier vient de la musique, qui aide à avoir une bonne synchronisation dans l'exécution des mouvements de ces deux arts. On ne peut donc dissocier le yoga et la danse de la musique.

L.D.B.: Quels sont les bienfaits du yoga ?

I.K.: Le yoga compte beaucoup de bienfaits. Il raffermi la silhouette, renforce les os et oxygène les cellules du corps. Sa pratique apporte une relaxation et un confort à notre corps et notre esprit. Le yoga restaure l'équilibre de notre système nerveux, afin de combattre le stress. Ses vertus sont nombreuses.

L.D.B.: Cette discipline, pensent certains, est liée à l'occultisme, qu'en pensez-vous ?

I.K.: Cette idée est erronée. Le yoga est simplement une manière de se focaliser sur ce que l'on fait pour atteindre une plénitude d'esprit. D'ailleurs, j'imagine que ceux qui me liront et qui pratiquent cet art comprendront de quoi je parle mais d'autres n'y verront que du charabia.

L.D.B.: Le yoga peut-il être pratiqué par tous ?

I.K.: Oui ! évidemment, surtout pour ceux qui ont des problèmes de santé. Il peut être pratiqué par tous, même les personnes du troisième âge... Il peut même être utilisé comme thérapie.

L.D.B.: En tant que coach, qu'est-ce que vous envisagez pour votre carrière ?

I.K.: Pour l'instant, je dispense des cours de fitness et yoga dans un espace en location. Je souhaite, à la longue, ouvrir une école de yoga et de danse car j'aimerais que le yoga soit inscrit comme matière dans les programmes sportifs des écoles.

Propos recueillis par K.Y.

DIASPORA

Guillaume Kouka voudrait valoriser le secteur touristique

Le président de l'association Visitez le Congo, une plate-forme créée en 2015 par des Congolais de Brazzaville vivant à l'étranger, envisage de faire découvrir, en 2019, le site touristique de Mâ Loango aux Américains, Caribéens et Antillais d'origine congolaise.

Lopelle Mboussa Gassia

« Nous sommes venus au pays pour commémorer la journée relative à l'abolition de l'esclavage, célébrée chaque 23 août. Et cette année, l'événement a coïncidé avec l'inauguration du nouveau musée de Mâ Loango et de la stèle restaurée par Total. On a préféré donc annuler tout ce qu'on avait prévu », a expli-

qué Guillaume Kouka, lors d'un entretien, avant de relever que lui et les autres membres de son association vont travailler pour organiser une activité à cette date l'année prochaine.

Pour rentabiliser leur séjour au pays, Guillaume Kouka affirme l'avoir mis à profit afin de peaufiner son projet de 2019. C'est ainsi



La piste entre Diosso et Loango est un rare vestige du passé de la région (DR)

qu'il a réalisé une série de prises de vue sur le site de Mâ Loango pour constituer des supports de communication et mieux vendre la destination Congo.

Outre ce site, l'association Visitez le Congo compte également promouvoir d'autres paysages touristiques peu connus, situés à proximité de Brazzaville et Pointe-Noire. «Lorsqu'on vient au pays, nos retrouvailles ne devraient pas se limiter seulement dans les débits de boisson. Nous de-

vons aussi mener des activités touristiques », a-t-il souligné.

«Euvrons dans le tourisme de mémoire, c'est-à-dire lié à la traite négrière, cette plate-forme basée en France a déjà organisé quatre rencontres (Africa tourisme sharing et Congo tourisme), au cours desquelles des acteurs et passionnés du tourisme discutent des questions portant sur le développement de ce secteur en République du Congo.

Pour l'heure, l'association vit de

son propre financement. L'Office du tourisme avec qui elle travaille la soutient du point de vue moral. L'association collabore aussi avec l'ambassade de France pour des besoins de visa.

Le secteur du tourisme au Congo manque encore d'entrepreneurs et d'investisseurs aptes à le développer alors qu'il regorge d'énormes opportunités. Le musée Mâ Loango est situé à Diosso, dans le département du Kouilou. Il est bâti au milieu d'une abondante végétation de cocotiers, de manguiers et de palmiers. Sa proximité avec les gorges de Diosso, dans une synergie à développer, devrait en faire un lieu très fréquenté. Les gorges de Diosso sont d'immenses cirques d'effondrement ouverts sur la mer. Le fond des gorges est couvert de forêts d'où émergent des rochers ruiniformes violacés, curieusement érodés. La vue plongeante sur ces rochers et sur la mer est tout à fait remarquable. Diosso est situé à vingt-trois kilomètres de Pointe-Noire. Le musée Mâ Loango perpétue le souvenir du royaume Loango.

«FAIM ZÉRO»

La FAO lance un concours à l'endroit des jeunes de 5 à 19 ans

Les jeunes ciblés sont invités à faire preuve de créativité en illustrant, à travers des posters, leur vision de l'objectif « faim zéro » dans le monde.

Merveille Atipo

« 815 millions de personnes vont se coucher le ventre vide chaque soir, alors que 1,9 milliard d'autres sont en surpoids. 815 millions de personnes dont 60% de femmes souffrent encore de la faim alors que nous produisons assez d'aliments pour nourrir l'ensemble de la population mondiale. A cet effet, le monde s'est fixé un défi : atteindre l'objectif faim zéro et améliorer la nutrition d'ici à 2030 », a déclaré l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO).

Pour cette agence onusienne, il est évident que les gouvernements ne peuvent pas agir tout seuls, chacun a un rôle à jouer (entreprise, agriculteur, représentant d'un gouvernement ou simplement un citoyen) pour atteindre ce but et faire partie de la génération faim zéro.

A travers le concours qu'il vient de lancer, la FAO milite pour éduquer cette jeune génération à ne pas gaspiller de nourriture, à produire plus avec moins, à adopter une alimentation plus saine et plus durable.

Le concours est ouvert aux enfants et aux jeunes du monde entier dans les langues suivantes : français, anglais, espagnol, arabe, chinois, russe, italien et japonais. Le concours se divise en plusieurs catégories d'âge : 5-8 ans, 9-12ans, 13-15 ans et 16-19 ans. Les mineurs doivent avoir l'autorisation de leurs parents ou de leurs tuteurs légaux.

Un seul dessin par personne sera admis sous peine de disqualification. Les œuvres peuvent être sous forme de dessin, peinture ou croquis réalisés à l'aide de stylos, crayons noirs, crayons de couleurs ou fusain ou de peinture à l'huile, peinture acrylique ou aquarelle et techniques mixtes. Les illustrations numériques sont également admises mais les photographies sont exclues. Les dessins peuvent contenir des textes (maximum vingt-cinq mots ou cent caractères).

Prenez une photo ou scannez votre affiche, remplissez le formulaire d'inscription du concours disponible sur le site de la FAO (www.fao.org) et envoyez le tout. Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site.

Trois finalistes seront sélectionnés dans chaque catégorie d'âge par le jury et annoncés en décembre. Les lauréats feront l'objet d'une campagne de promotion par les bureaux de la FAO du monde entier. Ils recevront également une attestation de reconnaissance, une pochette surprise et participeront à une exposition au siège de la FAO à Rome, en Italie.

La participation à ce concours est gratuite. Ouvert depuis le lundi 21 mai dernier à 12 h, la date limite de ce concours est prévue pour le 9 novembre à 12 h. A l'occasion de cette journée, des événements seront organisés dans plus de cent cinquante pays avec au menu une série de communications scientifiques et techniques liés au thème.

Notons que la Journée mondiale de l'alimentation est commémorée depuis 1981. Cette année, elle sera célébrée le 16 octobre sur le thème « Agir pour l'avenir. La faim zéro en 2030 c'est possible ».

CINQUIÈME ÉDITION DES SAMBAS PROFESSIONNELS

Le Congo sera représenté à Libreville

Le séminaire d'échanges de compétences, parrainé par le saxophoniste et chanteur émérite de world jazz, Manu Dibango, accueille, du 3 au 8 septembre dans la capitale gabonaise, quinze professionnels qui vont animer plusieurs ateliers sur différentes thématiques telles médias et sport; culture; développement personnel et leadership; audiovisuel; médias sociaux; Mobaday et l'entrepreneuriat.

Sage Bonazebe

Le Congo sera représenté à la cinquième édition des Sambas professionnels par le webmaster Estime Sandza, qui y animera l'atelier sur les médias sociaux. « Cet événement est une opportunité de côtoyer des modèles africains de



Estime Sanza

réussite car ce sont des sources d'inspiration pour les jeunes. Je suis certes fier d'avoir été sollicité pour une deuxième fois mais je reconnais la charge qui est mienne puisque je figure parmi les plus jeunes formateurs de cette cinquième édition », a-t-il déclaré.

Evoquant cette formation qu'il va dispenser à Libreville, Estime Sandza a souligné que « l'émergence du numérique a fait évoluer tant les pratiques que les outils de communication. Il est ainsi devenu quasiment impossible de communiquer efficacement sans s'adapter à ces mutations et adopter les nouveaux codes qu'elles imposent ».

Aussi, le jeune congolais mettra à contribution son expérience afin de partager des astuces vitales pour s'offrir une grande visibilité sur le web, une notoriété effective et une image forte sur le web. « Au

cours de cet atelier, nous verrons comment gérer et développer sa communauté en s'appuyant sur une stratégie gagnante, comment mener des campagnes de publicité sur le web qui vont toucher et convaincre les cibles. Il y aura aussi des échanges collaboratifs avec l'ensemble des participants pour proposer des solutions pertinentes à leurs problèmes de communications spécifiques », a-t-il assuré.

Cette cinquième édition consécutive de cet événement connaîtra la participation de plusieurs Africains de renom. Il s'agit de Max Ngassa (directeur général de Ultramax), Teddy Gréco (réalisateur à Ubiznews), Sylvère Boussamba (fondateur de Ogooué Labs), Joëlle Ededeghe Ndong, (journaliste reporter à TV5 Monde), Aboubacry Ba, (journaliste sportif à Canal+), Martin Camus Mimb, (directeur de Radio sports info).

Aussi convient-il de préciser qu'Estime Sandza a fait des études en communication et médias et assumé des responsabilités au sein de plusieurs sociétés telles VMK. Cette expérience lui a permis de développer des compétences précieuses dans les secteurs du numérique et de la communication. Depuis 2017, il est digital manager au groupe VOX Medias.

LES NOIRS LES PLUS RICHES DU MONDE EN 2018

Les Africains en tête du classement

La plate-forme blog des entrepreneurs et le magazine Forbes viennent de publier la liste des entrepreneurs noirs les plus riches et six Africains occupent les places clés de cette enquête. Ce qui atteste sans nul doute le potentiel dont regorge le continent africain.

Rude Ngoma

La première place est occupée par le Nigérian de 60 ans, Aliko Dangote. Le PDG (président directeur général) du groupe Dangote est également l'homme le plus riche d'Afrique. Avec 13,8 milliards de dollars, la majorité de sa fortune provient d'une participation de plus de 90% dans Dangote Cement. D'origine éthiopienne, Mohammed Hussein Al Amoudi (Arabie saoudite) est le deuxième homme noir le plus riche en 2018. A 71 ans, ce père de huit enfants possède une fortune de 10,8 milliards de dollars grâce aux contrats dans l'immobilier, l'agriculture, le pétrole et la construction.

Le Nigérian et président de la société de télécommunication Globacom (trente-neuf millions d'abonnés), Mike Adenuga, occupe le troisième

rang. En effet, après l'obtention d'un MBA de l'université Pace à New York, cet homme de 64 ans a conduit un taxi pour payer les factures. Aujourd'hui, il totalise une économie de 5,4 milliards de dollars. En quatrième place, nous avons un Américain. Lorsque Robert Smith, 54 ans, a quitté Goldman Sachs en 2000 pour lancer sa propre société d'investissement, Vista Equity Partners, ses collègues pensaient qu'il était fou. Mais depuis lors, son succès et sa richesse ont exposé, l'amenant sur la liste Forbes des milliardaires pour la première fois en 2016. Sa fortune s'élève à 4,4 milliards de dollars.

Avec une fortune de 2,8 milliards de dollars, Oprah Winfrey, 63 ans, est une Afro-Américaine. Elle a surmonté une enfance difficile pour



Aliko Dangote

devenir l'une des femmes d'affaires (médias) les plus riches du monde. La sixième place est occupée par Isabel Dos Santos. Considérée comme l'une des plus jeunes milliardaires du monde, cette Angolaise de 44 ans possède 2,7 milliards de dollars. Sa fortune vient de multiples investissements, dont beaucoup sont controversés et liés à son père (Eduardo dos Santos, ancien président de l'Angola), selon le Forbes magazine.

Le milliardaire Sud-africain Patrice

Motsepe, 55 ans, et fondateur de la société minière African Rainbow Minerals est placé en septième position de la liste. Avec une fortune de 2,6 milliards de dollars, il a été le premier Africain à signer le «Giving Pledge» de Bill Gates, promettant de faire don d'au moins la moitié de sa fortune à des œuvres de bienveillance. Juste après, vient Michael Jordan (1,65 milliard de dollars). L'un des athlètes les plus réussis de tous les temps, Michael Jordan, 54 ans, a fait un total de quatre-vingt-

dix millions de dollars en tant que joueur de basket-ball, selon Forbes magazine. Depuis sa retraite de la NBA, il a amassé la majorité de sa fortune grâce à sa relation avec Nike et autres partenariats avec les grandes entreprises. Il possède également l'équipe de basket-ball Charlotte Hornets.

La neuvième place est occupée par la Nigérienne Folurunsho Alakija et l'Anglais d'origine soudanaise, Mohammed Ibrahim. A 66 ans, elle est la vice-présidente de la société pétrolière nigérienne Famfa Oil. Totalisant une richesse de 1,49 milliard de dollars, elle a fait ses débuts dans le monde des affaires en tant que fondatrice d'une marque de mode. La milliardaire autodidacte vit à Lagos, au Nigeria.

La dernière marche du podium est occupée par Mohammed Ibrahim, 1,18 milliard de dollars. Ce self-made de 71 ans est né au Soudan et vit aujourd'hui au Royaume-Uni, où il est l'un des citoyens les plus fortunés. Cet homme est devenu milliardaire après avoir vendu sa société de télécommunication, Celtel International, en 2005, selon Forbes.

Ce week-end à Brazzaville

A LA KERMESE ANGOLA-LIBRE

* Roga- Roga en concert live

Date : dimanche 2 septembre

Heure : 16h 00

Lieu : village des artistes (Kermesse Angola-libre)

Ticket : 1 000 FCFA



CHEZ SIM AEROSPACE

*Baptême de l'air

Date : samedi 1er septembre

Heure : à partir de 7h 00

Lieu : Hall de l'aéroport Maya-Maya de Brazzaville

Ticket : 2000 FCFA

Dimanche 2 septembre

Heure : à partir de 14h 00

Lieu : Hall de l'aéroport Maya-Maya de Brazzaville

Ticket : 2000 FCFA

*Balade des amoureux sur simulateur de vol

Date : samedi 1er septembre

Heure : à partir de 7h 00

Lieu : Hall de l'aéroport Maya-Maya de Brazzaville

Ticket : 5000 FCFA

Dimanche 2 septembre

Heure : à partir de 14h 00

Lieu : Hall de l'aéroport Maya-Maya de Brazzaville

Ticket : 5000 FCFA



A L'AUDITORIUM DU RECTORAT

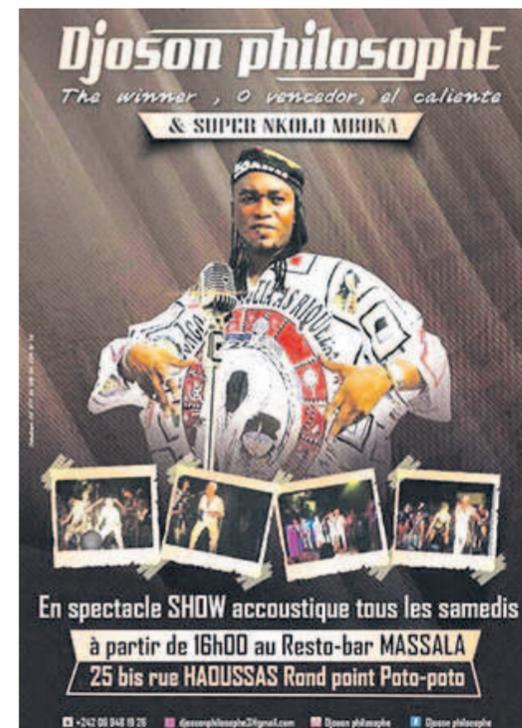
Conférence Mwasi

Date : samedi 1er septembre

Heure : 9h 00

Lieu : auditorium du rectorat (Référence salle Massamba-Débat)

Entrée libre, réservation obligatoire



VIE ASSOCIATIVE

Les jeunes de Diosso veulent faire connaître leur contrée

Une trentaine de jeunes résidant pour la plupart dans la localité, au nord de Pointe-Noire, dans le département du Kouilou, s'est constituée en groupe pour former l'Association des jeunes guides au gorge (AJG) afin d'impulser le développement touristique dans ce village.

Durly Emilia Gankama

Les gorges de Diosso sont un patrimoine culturel pour le Congo. Après avoir mûrement réfléchi, les jeunes de cette localité se sont dit qu'il fallait mener un travail, plus proactif, pour démontrer la valeur de cet endroit. « Nos grands-parents le faisaient déjà mais il n'y avait pas de structuration adéquate, alors nous nous sommes dit qu'il fallait se réunir autour d'une plate-forme pour mieux organiser les choses, c'est de là qu'est née l'association AJG », a expliqué Brunel Tchikaya, l'un des membres de l'association.

Grâce aux ouvrages sur l'origine des gorges et l'histoire du Congo, ces jeunes ont une maîtrise du lieu qui force l'admiration. « Il sont très jeunes pour connaître aussi bien l'histoire », a lancé une touriste dans la foulée. En effet, dans leur récit se dégagent une très grande passion de ce travail et l'histoire du site. Les gorges de Diosso, véritable Colorado en miniature, sont une des plus belles curiosités naturelles du Congo. Loango, le chef-lieu du département, est pour sa part le



Brunel Tchikaya et Brunel Louemba, deux guides de l'AJG

siège du royaume de Loango.

À l'époque de la traite des esclaves, Loango était un port négrier. Y aboutissait la piste des caravanes par laquelle étaient acheminés les

esclaves en provenance du Pool et d'où partaient les produits européens vendus à l'intérieur du pays. Loango abrite un musée et une mission catholique dont on a fêté



Une vue de la gorge de Diosso

le centenaire en 1983.

De la route des caravanes à celle des esclaves en passant par la pointe indienne, ces guides proposent aux touristes des visites extérieures et intérieures de la gorge qui dévoile le grand potentiel touristique du Kouilou. Ce département porte autant sur le tourisme de loisirs que l'écotourisme et le tourisme culturel. Il dispose de belles plages de sable, propices aux activités balnéaires et sportives (baignade, pêche spor-

tive, surf, promenade en bateau, etc.) et abrite également le parc national de Conkouati-Douli mais aussi le sanctuaire à chimpanzé de Tchimpounga.

S'appuyant sur les atouts naturels et culturels de ce site, l'AJG s'engage dans une démarche de rapprochement social et de préservation de l'environnement. « En dehors de faire le guide, nous luttons contre le braconnage et les érosions qui menacent ce village », a conclu Brunel Tchikaya.

LOISIRS

Les kermesses, des espaces à multiples fonctions

En parcourant les différents quartiers de Brazzaville pendant cette période de vacances, les jeunes sont attirés par les endroits de vente de boissons, de nourriture et de prestation de spectacle érigés dans des lieux publics.

Aubin Banzouzi

La joie, la déception, l'évasion, les rencontres, les bagarres, le gain financier, les vols et autres sont le lot quotidien des problèmes qu'on trouve dans les kermesses organisées pendant ces vacances à Brazzaville. Seule l'attitude du client, du vendeur ou de l'organisateur détermine l'ambiance qui doit y régner. Malgré tout, les clients relativisent. « Je viens ici chaque jour, depuis

l'ouverture de cet espace. Tout se passe bien dans la mesure où les jeunes artistes prestent au quotidien et ceux qui sont talentueux trouvent des producteurs puis d'autres intègrent des orchestres de renom. Hormis le côté festif ou amical, c'est vraiment des espaces du donner et du recevoir », a témoigné Maurice, l'un des fidèles clients de la kermesse du collège

Angola-libre, dans le premier arrondissement Makélékélé.

Chaque kermesse a ses particularités et c'est ce qui fait la différence. Les biens et services proposés ne sont pas les mêmes. Les prix des boissons, de la nourriture, des stands, etc., diffèrent d'un endroit à l'autre. « On trouve ici les produits de l'art culinaire, de la boisson, des expositions d'œuvres d'art et des prestations musicales. Ce genre d'initiatives est vraiment important, surtout dans notre pays avec les différents problèmes que nous connaissons. Les kermesses permettent aux citoyens d'éviter le stress, de vivre ensemble à travers les rencontres, de pro-

poser les loisirs mais surtout de connaître notre art car il édifie l'homme. Pour les jeunes artistes, c'est une occasion de s'habituer à l'interaction du public », a indiqué Célestin Ganongo, directeur du cercle culturel Sony-Labou-Tansi qui abrite également une kermesse. La plupart des sites visités ouvrent leurs portes dès 10 h pour les fermer autour de 23 h. Malgré les difficultés financières de la majorité des ménages en ce moment, ces kermesses reçoivent du monde, en particulier le soir. Louise Boutsana, vendeuse à la kermesse Sony-Labou-Tansi, a confié : « Les gens viennent acheter de temps en temps. Nous sommes vraiment bien ici. Personnellement, je vends en ces lieux depuis la première édition. Nous avons presque tous les produits et services dans cette foire, c'est ce qui fait que nos clients reviennent toujours. Toutes les catégories de personnes viennent ici, y compris les étrangers. Je vends les pots de fleurs, les boucles d'oreilles, les sandales et autres. Je fabrique ces produits moi-même avec l'aide de mes apprenants ».

Notons que le seul bémol est que ces kermesses sont organisées dans les établissements scolaires. Or à cause de la mauvaise gestion de ces sites qui ne devaient abriter que des activités culturelles, le ministère de l'Enseignement primaire et secondaire a intimé l'ordre d'y mettre fin, surtout que la nouvelle année scolaire va bientôt commencer. « La date qu'ils nous ont donnée n'est pas encore arrivée. En plus, les gens ont beaucoup investi pour avoir des stands et c'est inacceptable que nous fermions maintenant », a déploré l'un des responsables de la foire internationale de Brazzaville qui se tient à l'école Antonio-Agostinho-Neto, à Talangaï, le sixième arrondissement. Nombreux sont les clients qui pensent que ces kermesses sont avantageuses. « Tout le monde se retrouve. La vie n'a pas de brouillon, alors il faut profiter de ces vacances en buvant, en faisant des découvertes et des nouvelles connaissances tout en se divertissant », a lancé Hugues Batoudi, un client de la kermesse du lycée Pierre-Savorgan-de Brazza, à Bacongo.



Vue d'une kermesse à Brazzaville

LIRE OU RELIRE

« Les tracas d'un rêve, conte vili »

L'Afrique possède une énorme richesse culturelle qui fut longtemps véhiculée par le biais de la tradition orale. Aujourd'hui, la possibilité y est de passer par l'écrit pour transmettre et conserver cette riche culture qui tend à disparaître. Ainsi Jean Dello se propose-t-il, dans son ouvrage qui relate un conte vili, de perpétuer la mémoire de son terroir.

Aubin Banzouzi

Jean Dello met à la disposition du lecteur un conte qui regorge une profonde leçon de sagesse. C'est l'histoire d'un chef de terre qui avait deux garçons. Le premier s'appelait Mavoungou et le second Mabilia. Le fils aîné, Mavoungou, s'opposant aux conseils de son père, un dignitaire du territoire, passait son temps à recevoir de ses parents sorciers et grands-parents l'initiation aux vieilles coutumes et aux choses mystérieuses. Tellement sûr de cette force mystique reçue des grands-parents, il décida de renverser son père du pouvoir, c'est-à-dire devenir chef.

Un soir, voyant sa mère en train de décortiquer les arachides, Mavoungou usa de sa technique nuisible pour pénétrer dans un grain d'arachide qui, par la suite, fut picoré par une poule affamée. Celle-ci traînant derrière la maison fut attrapée par une belette qui l'amena en

forêt et la mangea. A son tour la belette, par malheur, croisa le python qui était à la recherche d'une proie et ne la laissa pas partir. Comme d'habitude, le python après avoir mangé ne se déplace pas, il y fit sa demeure.

Trois jours après, tout le village se mit

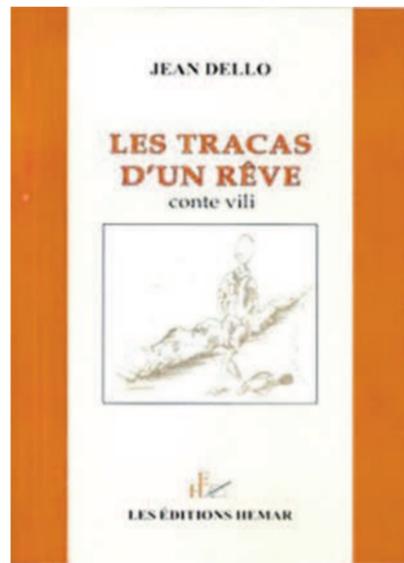
« Les enfants qui aiment les grandes aventures rencontrent bien souvent des déceptions très dures »

à rechercher Mavoungou mais malgré les rituels, il resta introuvable. Un jour, le père alla en forêt chercher les noix de palmier et croisa le python pris par la fatigue de la bouffe, incapable de se déplacer, et le tua. Au retour, on dépeça le python et on trouva à l'intérieur une belette, on fit de même pour cette dernière et on découvrit beaucoup de

poules dans le ventre de la belette. On prit alors la plus grosse qui avait finalement avalé le grain d'arachide dans lequel était Mavoungou.

En le retrouvant tout le monde fut étonné. Après ce stade qui inquiétait ses parents, cette fois-ci il consulte les féticheurs qui lui donnèrent les conditions sans lesquelles le pouvoir lui serait inaccessible. Il fallait donc passer du premier au dernier village où règne un certain Mazampoungou qui devrait lui conférer le pouvoir qu'il cherchait. Il rencontra deux compagnons, Sieur Gazelle et Moe Nkabi ; avec eux ils firent cette aventure. A un certain moment ses compagnons le laissèrent continuer sa route. Mavoungou arriva chez Mazampoungou mais sa position n'allait

pas en faveur de ce dernier, « il essuya donc un échec cuisant ». Toute l'assemblée du village décida de nommer Mabilia, son cadet, comme chef de terre incontestable. Sachant qu'il était passible d'une sanction, Mavoungou finit par abandonner ses ambitions, c'est ce qui a sauvé sa vie mais malgré la sorcellerie et autres pouvoirs hérités



de ses grands-parents, il n'avait pas pu atteindre son but.

Jean Dello achève son conte par un sage avertissement : « Les enfants qui aiment les grandes aventures rencontrent bien souvent des déceptions très dures ». L'intérêt de cette réflexion, c'est d'apprendre à la jeunesse que vouloir supplanter les autres pour les asservir ne garantit pas l'avenir.

Voilà alors dans quelle mesure la culture africaine peut continuer à transmettre le savoir-être aux générations futures à travers les nouveaux modes d'expression à l'image du conte écrit. A propos,

Jean Dello souligne: « Dans quelques décennies, en effet, si aucun travail de collecte, d'archivage et de promotion des données ethnolinguistiques et littéraires n'est fait en urgence, personne ne pourra redire les mots de la sagesse de nos ancêtres. Dans nos villages devenus cités urbaines, personne ne saura non plus profiter du clair de la lune pour émerveiller et éduquer nos plus petits par la magie du conte ; et les chants qui rythmèrent les épopées de nos empires, royaumes et chefferies s'effaceront définitivement de la mémoire collective des peuples ».

L'Africain se laisse influencer par la société occidentale, oubliant que chaque peuple a sa culture et aucune culture n'est au-dessus des autres car elles se valent toutes. Dans l'actuel ouvrage, Jean Dello révèle que « La fascination qu'éprouvent les Africains pour les modes de vie occidentaux se paye au prix du reniement des valeurs culturelles fondatrices de leur identité ». Quitte aux Africains de valoriser leur culture.

LITTÉRATURE

Les romans africains de la rentrée 2018

Cette semaine, les deux ouvrages qui ont retenu notre attention nous emmènent au Nigeria, ce grand pays d'Afrique. Leurs jeunes auteurs abordent des thématiques fortes et courageuses. Et au final, ils nous posent une question fondamentale : sommes-nous maîtres de notre destin ?

Par Boris Khari Ebaka

«Sous les branches de l'Udala» de Chinelo Okparanta chez Belfond

Nous sommes au Nigeria des années 1970, Ijeoma n'a que 11 ans lorsqu'éclate la guerre civile. Un événement déjà horrible en soi mais qui va entraîner une série de drames : son père va mourir, la laissant désemparée avec sa mère qui est incapable de gérer son deuil et de s'occuper de sa fille. Alors, la mère d'Ijeoma prend ses dispositions pour envoyer sa fille vivre dans un village voisin, chez un professeur et son épouse. Là-bas, tentant de se reconstruire entre l'abandon de sa mère et le décès de son père, Ijeoma va rencontrer Amina, une jeune orpheline. Au fur et à mesure que les deux jeunes filles se côtoient, elles vont tomber amoureuses.

Mais seulement, dans les années 1970 et au Nigeria, l'homosexualité est un crime. Les années qui suivent vont être spécialement dures. Non seulement elle doit cacher sa nature, cacher ses senti-



ments pour son amie mais aussi endurer l'homophobie ambiante : on ne compte plus les fois où une personne a dit des paroles blessantes, ou que des personnes aient été lapidées ou tuées à cause de leur sexualité. Et pour se cacher, en grandissant, elle n'ose pas – ou peu – vivre sa sexualité, par peur. Mais doit aussi se « camoufler » et cela veut dire se réfugier dans le travail, à aller prier à l'église ou à accepter des rendez-vous avec des hommes suite à l'insistance de sa mère.

«Sous les branches de l'Udala» est un roman touchant et dramatique qui aborde des problématiques difficiles dans un contexte africain particulier. Un acte de bravoure d'une jeune auteure dont c'est le premier roman. Chinelo Okparanta est née à Port Harcourt (Nigeria). Elle vit et travaille aux États-Unis.

Abubakar Adam Ibrahim publie «La saison des fleurs de flammes», aux Editions de l'Observatoire

Le livre nous entraîne au Nigeria de notre époque mais surtout dans la vie de tous les jours d'une famille. Dans ce récit, Hajija Binta Zubairu surprend Reza lorsqu'il tente de cambrioler sa maison. Reza est un dealer et l'homme de main d'un politicien corrompu, tandis que Binta est une veuve musulmane de trente ans son aînée. Malgré tout ce qui les sépare, malgré les interdits, Binta et Reza vont commencer une passion interdite.

Binta est une femme de 55 ans, elle s'occupe de sa nièce et de sa petite-fille, délaissée par sa mère. Femme pieuse, elle consacre également beaucoup de temps à l'étude du Coran avec d'autres femmes. Au fur et à mesure, on va apprendre à la connaître et voir les épreuves qu'elle a traversées. Comme son mariage obligé avec un homme qu'elle n'aimait pas, dès l'arrivée de ses premières règles. Ce n'était pas un homme mauvais mais en tout cas un mariage sans

amour, comme celui de beaucoup de femmes de ce pays et de cette religion. Le destin de son premier fils, avec lequel elle n'a jamais pu avoir de vraie relation, à cause des traditions. Malgré tout cela, Binta est une femme forte, qui ne se plaint jamais et qui joue son rôle.

Alors, sa rencontre avec Reza a été une vraie bouffée d'air, la première depuis longtemps, en même temps qu'une grande peur. La peur d'être surprise, la culpabilité. Mais, malgré tout, malgré le « péché », Binta cède au plaisir ainsi qu'à l'appel de son corps et trouve quelqu'un avec qui partager un plaisir simple mais essentiel.

L'auteur, Abubakar Adam Ibrahim, est né en 1979. Il est journaliste et vit à



Abuja. Son premier recueil de nouvelles, «The Whispering Trees», a été sélectionné pour le premier prix littéraire Etisalat en 2014. La nouvelle qui donne son titre au recueil a également été sélectionnée pour le prix Caine. Il a été publié dans «Africa 39», une anthologie des écrivains originaires

d'Afrique subsaharienne les plus prometteurs de moins de 40 ans.

Son premier roman, «Season of Crimson Blossoms», a été publié en 2015 par Parresia (Nigeria) et Cassava Republic (Royaume-Uni). Il lui a valu le grand prix de littérature NLNG, le plus important prix littéraire nigérian, doté d'une enveloppe de cent mille dollars.

HABITUDE CULINAIRE

Au Congo, le safou ne se fait pas bouillir

L'un des fruits très appréciés dans le pays, cette année, le safou, encore appelé prune ou atanga, demeure assez présent sur le marché brazzavillois en dépit de sa période favorite.

Merveille Atipo

« Lorsque le Congo connaît une rupture de production de ce beau fruit, c'est dans des pays voisins tels que le Cameroun qu'il s'approvisionne énormément. Et à ce moment-là, le safou coûte un peu plus cher. Actuellement sur le marché, certains safous sont importés mais localement déjà la production est considérable d'où la floraison de ce produit sur le marché », confie Solange Loufoua, une jeune vendeuse de safou au marché Moukondo.

En ce moment, le prix du safou par tas varie entre 250 et 1000 F CFA. Très bientôt, il coûtera 100 FCFA, comme il y a quelques mois. Sa disponibilité sur le marché explique sa consommation tout au long de l'année, avec de légers écarts. De

quoi combler les envies de certains! « Je l'attends toujours avec impatience ! J'aime le safou lorsqu'il accompagne mes repas, surtout un bon bouillon de viande au gombo et au gnetum africanum », clame Michelle, une Brazzavilloise, mère au foyer.

Pour Aristide, cuisinier congolais professionnel, « c'est un plaisir durant toute l'année de faire du safou la star de l'assiette ». Et d'ajouter: « Je peux le travailler de plusieurs manières et lui donner un peu de peps à table. La clientèle en raffole souvent ».

Il existe plusieurs variétés de safou qui se distinguent par leur coloration, du rose clair au bleu marine en passant par le bleu clair et le violet. Avec une teneur en acide gras



Un étalage de safous

comparable à celle de l'avocat, le safou renferme des protéines, des glucides, des lipides, des minéraux (calcium, potassium, phosphore...), des vitamines C et E qui

juste avec un peu d'eau et de sel, jusqu'à sa cuisson.

De ses multiples bienfaits

Plusieurs études prospectives et

« C'est un plaisir durant toute l'année de faire du safou la star de l'assiette »

font qu'on en raffole autant.

Au Congo, le safou se consomme plutôt cuit. Il y a principalement trois manières favorites : par immersion dans de l'eau bouillante, sur la braise ou une plaque chauffante (saupoudré ou pas de sel) et dans une poêle qu'on fait revenir,

épidémiologiques ont longtemps démontré l'importance de la consommation de fruits et légumes pour une bonne croissance.

De son nom scientifique « dacryodes edulis », le safou combat la constipation, les troubles digestifs et facilite donc le transit intestinal.

Il aide aussi dans la prévention des maladies cardio-vasculaires, du cancer, de l'ostéoporose, etc., et également à lutter contre l'anxiété et à soigner des maux de ventre aigus.

Dans un contexte capillaire, sachant que l'huile de safou est réputée comme anti- vieillissant grâce à ses agents régénérateurs de cellules. Par exemple, l'huile de safou peut s'utiliser pour un massage contre les rhumatismes ou aider à cicatriser efficacement suite à une attaque de la peau.

Par ailleurs, l'huile de safou lutte contre les pellicules et favorise l'entretien et la repousse des cheveux.

ADIAC

Toute l'actualité Du Bassin du Congo EN VIDÉO



LES DÉPÊCHES
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER
DE KINSHASA

+336 11 40 40 56

info@adiac.tv

84, boulevard Denis-Sassou-N'Gessou
Brazzaville - République du Congo

www.adiac.tv

COMMERCE INFORMEL

La vente à la sauvette gagne les quartiers de Brazzaville

Des commerçants sillonnent de ruelles après ruelles pour écouler plus facilement leurs marchandises. Un choix, selon eux, plus prolifique que la vente sur place qui consiste à attendre que le client vienne vers soi. **Par Merveille Atipo**

Des commerçants sillonnent de ruelles après ruelles pour écouler plus facilement leurs marchandises. Un choix, selon eux, plus prolifique que la vente sur place qui consiste à attendre que le client vienne vers soi.

Poussant une brouette ou portant une cuvette sur la tête, c'est le plus souvent à partir de 6 h du matin qu'on peut déjà entendre les vendeurs ambulants. Légumes,

« Les produits sont frais, de bonne qualité et à un coût abordable »

avocats, pain, etc., sont proposés aux cris en lingala ou kituba de « *ndounda yango oyo eleki* », « *avocat eleki, avocat me louta* » ou « *mapa moto* »... Ce choix de vente, parfois épuisant, est quasiment pratiqué par de jeunes femmes qui y voient un gain pour subvenir aux besoins familiaux.

« *Je suis veuve et mère de quatre petits enfants. Attendre que la*



clientèle vienne à moi n'est pas toujours facile au regard de la panoplie de vendeurs de pains dans nos quartiers. C'est alors que j'ai décidé de circuler dans les ruelles avec ma brouette remplie de pains pour les écouler un peu plus vite. La rentabilité

est bien meilleure que lorsque je vendais devant ma parcelle. Je connais moins de perte qu'avant et cela me permet de mieux m'occuper de mes enfants », nous a confié Jeannette, exerçant son activité à Nkombo, dans le 9^e arrondissement de Brazzaville, Djiri.

Les femmes aux foyers et mères de famille, quant à elles, louent l'initiative car cela les épargne des déplacements vers le grand marché pour se procurer ces denrées. « *Les produits sont frais, de bonne qualité et à un coût abordable* », lancent-elles.

Par ailleurs, on y voit petit-à-petit des enfants se lancer dans cette activité. Parmi les raisons évoquées, certains d'entre eux soutiennent simplement accompagner leurs mères dans ce commerce. D'autres, par contre, âgés entre 13 et 17 ans, stipulent que c'est pour subvenir à de petits besoins personnels qu'ils le font.

« *C'est volontairement que j'ai décidé de vendre des avocats. J'ai débuté en mi-juillet et avec cet argent que j'économise, je pourrai acheter une partie de mes fournitures scolaires. Il y a de quoi en être fier ! Un véritable souvenir de vacances en dehors des cours d'anglais que je suis en train d'apprendre également* », témoigne Amour, élève en classe de 4^e, résidant à Makabandilou.

C'est dans des quartiers tels Ouenzé, Nkombo, Massengo, Soprogi, Domaine, Congo Chine, Makabandilou, etc., que les vendeurs ambulants sont assez fréquents. On n'y voit pas que des Congolaises car certaines étrangères telles que les Kinois figurent sur la grille.

LOISIRS

La première salle de jeux vidéos virtuels ouverte à Brazzaville

«Bgame» est le nom de l'espace technologique dédié aux jeux qui plongera les Brazzavillois dans un monde artificiel créé numériquement. Les amoureux des fortes sensations découvriront un univers totalement imaginaire.

Rude Ngoma

C'est à l'initiative de Roniel Biabouna, jeune congolais résidant en France, et de sa conjointe Isabelle Blevin, que l'espace s'est ouvert. « *Depuis la France, nous avons l'habitude de jouer à ces jeux. Quand je suis venu, en mars dernier, j'ai constaté que cela*

n'existait pas ici, voilà pourquoi nous avons décidé d'apporter cette nouveauté. Ce type de jeux est une manière de prendre du plaisir. Cela permettra aux Congolais de s'évader tout en acquérant une expérience inédite », indique Roniel Biabouna. Bgame offrira à ses usagers plus d'une trentaine de jeux. Les plus émouvants

sont : «Eagles flight», «Bravo team», «Drive club» et «Superhot». L'expérience de ces jeux est à la fois visuelle, auditive et, dans certains cas, haptique avec la production d'un retour d'effets. Après un essai, Christ Milandou, l'un des joueurs trouvés sur le lieu, a manifesté son émotion en ces termes : « *J'ai failli tomber en jouant à l'un*

des jeux. En effet, j'avais des vertiges car dans le jeu, je survolais la ville de Paris. Au-dessous de moi, il y avait des voitures, des immeubles. Tout d'un coup, j'ai eu peur parce que c'est ma première fois, le Blanc est vraiment loin. Je demande aux Brazzavillois de venir découvrir ces jeux ».

Depuis son ouverture, le 20 août, Bgame ne cesse d'attirer les curieux de tout âge et toute couche sociale. Pour l'instant, la participation est gratuite. Dans les prochains jours, les usagers payeront 8 000 FCFA pour une heure, 4 000 FCFA pour la demi-heure puis 1 500 FCFA pour quinze minutes.

« *Toutes les images se trouvent dans un casque que l'utilisateur porte. Même si vous tournez ou donnez le dos à l'écran, vous aurez toujours la possibilité de voir l'image. C'est comme si l'esprit était ailleurs alors que notre corps reste dans la salle de jeux* », a précisé Isabelle Blevin.

La particularité de ces jeux est d'éviter le contact physique avec l'écran dans un monde virtuel. Selon Roniel, ceci est le plus grand projet numérique du vingt et unième siècle. Et d'ajouter qu'avec Bgame, les usagers seront vraiment dans le jeu, dans la réalité virtuelle, en prenant de la place eux-mêmes dans l'écran.



L'équipe de Bgame

« Toutes les images se trouvent dans un casque que l'utilisateur porte. Même si vous tournez ou donnez le dos à l'écran, vous aurez toujours la possibilité de voir l'image. C'est comme si l'esprit était ailleurs alors que notre corps reste dans la salle de jeux »,

ETUDE

La hausse de CO2 dans l'atmosphère réduit les qualités nutritives des aliments

L'augmentation du gaz carbonique dans l'atmosphère d'ici à 2050 va réduire les qualités nutritives de nombreuses cultures, ce qui pourrait créer des carences en zinc, en fer et en protéines chez des millions de personnes, averti, le 27 août, une enquête dans «Nature Climate Change».

Selon les chercheurs de l'université de Harvard qui se sont penchés sur deux cent vingt-cinq aliments différents, la hausse de la concentration de CO2 dans l'atmosphère, qui pourrait atteindre cinq cent cinquante parties par million (ppm) aux alentours de 2050 contre 405 ppm en 2017, « devrait réduire de 3 à 17% la teneur en fer, en protéines et en zinc de nombreuses cultures de base ». Cette baisse de la qualité nutritive des aliments se traduirait par « une carence en zinc chez cent soixante-quinze millions de personnes mais aussi une carence

en protéines chez cent vingt-deux millions de personnes d'ici à 2050, tout en exacerbant les carences existantes chez plus d'un milliard de personnes ».

Ces personnes s'ajouteraient aux six cent soixante-deux millions souffrant déjà de carence en protéines, au 1,5 milliard de carence en zinc et aux deux milliards de carence en fer à travers le monde.

« Les carences en zinc affectent le système immunitaire, les enfants risquant alors plus d'attraper des maladies, comme des infections respiratoires, la malaria ou des



maladies diarrhéiques », explique le chercheur Matthew Smith, interrogé par l'AFP.

« Un déficit en fer peut causer de l'anémie » ou augmenter la mortalité lors des accouchements, poursuit-il. Le manque de protéines, souvent couplé à une sous-alimentation, peut se traduire par des retards de croissance chez les enfants.

Les régions les plus menacées sont l'Afrique du nord, le Proche-Orient et l'Asie, avec des pays comme l'Inde, l'Indonésie ou encore la Chine, selon cette étude, ce qui s'explique par les

habitudes alimentaires de ces pays. Les végétaux jouent un rôle essentiel dans l'apport de zinc, de fer et de protéines dans l'alimentation. Parmi eux, le blé, le riz et le maïs « contribuent environ aux deux tiers des apports en protéines, en zinc et en fer dans le monde. Or le blé et le riz sont plus sensibles à l'augmentation de CO2 dans l'atmosphère, quand le maïs est clairement moins impacté », poursuit Matthew Smith.

La population la plus pauvre est aussi la plus exposée car les plantes constituent une part plus importante de

son alimentation, tandis que les plus riches complètent leur régime par de la viande.

« Les décisions que nous prenons tous les jours - comment nous chauffons nos maisons, ce que nous mangeons, comment nous nous déplaçons, ce que nous achetons - rendent nos aliments moins nutritifs et mettent en péril la santé des autres populations et des générations futures », avertit Samuel Myers, co-auteur de l'étude, cité dans le communiqué.

AFP

« Les décisions que nous prenons tous les jours - comment nous chauffons nos maisons, ce que nous mangeons, comment nous nous déplaçons, ce que nous achetons - rendent nos aliments moins nutritifs et mettent en péril la santé des autres populations et des générations futures »

CHRONIQUE

Lutte contre le changement climatique : le rôle primordial des forêts

Boris Kharl Ebaka

Depuis plusieurs années maintenant, sur la problématique environnementale et de la sauvegarde de la planète, une question revient permanemment à toutes les rencontres internationales : comment lutter contre les changements climatiques ?

Sans une réponse réellement efficace à cette question, les pires conséquences du réchauffement climatique ne vont cesser de menacer et de mettre en péril la planète. C'est, d'ailleurs, pour essayer d'apporter une réponse à cette question cruciale qu'il y a eu l'Accord de Paris sur le climat en 2015.

Le but initial de l'Accord de Paris est de renforcer l'intervention internationale pour contrer la menace du changement climatique et maintenir une hausse mondiale de la température en-deçà de deux degrés Celsius et poursuivre les efforts visant à limiter la hausse des températures à 1,5 degré. Or les engagements actuels des pays les plus pol-

leurs représentent seulement la moitié des mesures nécessaires pour éviter une hausse de température de deux degrés et seulement un tiers des mesures nécessaires pour limiter le réchauffement à 1,5 ° C.

Bien que cet écart entre les besoins et les perspectives soit significatif, il est encore possible de le combler de manière efficace et économique. Et l'un des principaux contributeurs qui permettra de combler cet écart sont les forêts.

Les chiffres publiés par le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat indiquent que si la déforestation prenait fin dès aujourd'hui et que les forêts dégradées étaient ainsi en mesure de se rétablir, les forêts tropicales pourraient à elles seules réduire les émissions mondiales annuelles de 24 à 30%. En d'autres termes, cela signifie qu'à courte échéance, les forêts tropicales pourraient constituer entre un quart et un tiers de la solution au

changement climatique. Au cours des six dernières années, au Brésil, en Équateur, en Malaisie et en Colombie, en conformité aux exigences de la Convention cadre des Nations unies sur les changements climatiques, 6,3 gigatonnes (milliards de tonnes) de réduction des émissions de dioxyde de carbone ont déjà été enregistrées. C'est une quantité supérieure au total des émissions annuelles des États-Unis.

Il est donc important pour les bailleurs de fonds et les pays riches d'apporter un soutien supplémentaire pour mettre fin à la déforestation dans les pays en développement à fort couvert forestier. Sauver les forêts permet non seulement de lutter contre le changement climatique mais aussi de réduire la pauvreté, en protégeant de près deux millions de personnes qui dépendent des forêts pour leur subsistance.

Lorsque les forêts sont défrichées, d'énormes quantités de carbone sont li-

bérées dans l'atmosphère. Des activités telles que l'exploitation forestière sélective ainsi que le drainage de marécages et tourbières riches en carbone sont également des sources importantes d'émissions.

La protection des forêts, y compris des mangroves, rend donc l'action climatique moins chère et plus rapide. Il est dans ce cas impératif de construire un argumentaire politique défendant ces idées dans tous les pays.

Comme on peut le constater, des solutions existent dans la lutte contre les changements climatiques. Mais elles ne seront efficaces que si elles sont adoptées rapidement. Il serait alors possible d'inverser la situation actuelle. Plus les solutions à apporter trainent, plus notre capacité à limiter les changements climatiques est non seulement affaiblie mais s'avérera à la longue beaucoup plus coûteuse.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Mohamed Ali est devenu boxeur parce qu'on a volé son vélo

A. Ferdinand Milou

Mohamed Ali avait 12 ans en 1954. A cet âge-là, il s'est fait voler sa bicyclette alors qu'il était dans un auditorium pour de la nourriture gratuite dans le cadre d'un festival. Frustré, Mohamed Ali signale le vol à un policier, Joe Martin, lui disant qu'il va casser la gueule à celui qui avait volé sa bicyclette. « *Il faut tout d'abord apprendre à se battre avant de tabasser le voleur* », lui a répondu le policier qui, au fond, était un entraîneur de boxe.

Ainsi, le policier Joe Martin lui a proposé de devenir son apprenti. Mohamed Ali n'a pas décliné l'offre. C'est partant de là qu'il a fait ses premiers pas dans la boxe pour devenir une légende.



Bourses d'études en ligne

1-PROGRAMMES MSC POUR LES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX 2018, ODENSE, DANEMARK

Date limite : 1^{er} septembre 2018

Université étatique : Université technique du Danemark

Spécialités : Toutes les spécialités

Niveau d'études : Lycée

CRITÈRES

Pour postuler au programme de maîtrise en politiques publiques comparées et études sociales, vous avez besoin d'un baccalauréat pertinent. Vous pouvez postuler si vous détenez l'un des diplômes suivants :

Baccalauréat en sciences politiques ou autre bachelier à la faculté des sciences sociales; Baccalauréat en histoire; Baccalauréat en études régionales; Bachelor en négociation internationale – Economie, langue et culture; Baccalauréat en sciences humaines si vous avez acquis au moins 45 ECTS dans les domaines suivants : Politiques comparées; Relations internationales; Etudes de bien-être.

Si votre baccalauréat ne répond pas à ces exigences, vous pouvez toujours postuler si vous avez acquis une expérience professionnelle pertinente pour le programme. L'expérience professionnelle pertinente implique:

Avoir de l'expérience dans le travail social avec des groupes défavorisés; Avoir de l'expérience avec la gestion de programmes de bien-être; D'autre part, à travers votre emploi professionnel, avoir acquis

des connaissances et des qualifications qui contribueront à la progression du programme de maîtrise.

Les candidats qui souhaitent exploiter cette option doivent joindre un document détaillant leur expérience professionnelle pertinente ainsi que les pièces justificatives (par exemple, la confirmation des institutions où le travail a été effectué).

Pour postuler, vous devez soumettre une demande via le portail d'application.

Sauf si vous avez une réclamation légale pour l'admission (voir ci-dessus), il est important que vous soumettiez les pièces jointes suivantes pour évaluation :

Vous obtenez un diplôme d'études supérieures, y compris une transcription des dossiers. Si vous n'avez pas encore obtenu votre diplôme : votre nouvelle transcription officielle des cours passés et enregistrés. Si vous utilisez la fonction d'échange de données dans le portail d'applications, sachez que seuls les cours passés sont inclus dans le fichier généré. Par conséquent, si vous êtes inscrit à des cours présentant un intérêt particulier pour les conditions d'inscription, vous devez télécharger une transcription distincte de votre inscription au cours. Preuve de tout cours supplémentaire que vous pourriez avoir réussi. Lettre de motivation CV Preuve de votre maîtrise de l'anglais Description du cours pour chacun des cours sur votre baccalauréat.

Région : Europe de l'ouest

Pays hôte : Danemark

Pays éligible : Cette opportunité est destinée à tous les pays

Postulez : <https://www.sdu.dk/en>

2-BOURSES D'ÉTUDES DE LA MOBILITÉ MONDIALE IMMIGRATION AVOCATS

Date limite : 1^{er} octobre 2018

Bailleur de fonds : Avocats de la mobilité mondiale en immigration (GLOMO)

Spécialités : Droit

Niveau d'études : Etudiant

La bourse Global Mobility Immigration Lawyers est une initiative annuelle, ouverte à tous les étudiants inscrits dans un cours de formation pratique secondaire, tertiaire ou postuniversitaire. Chaque année, les étudiants seront invités à explorer des questions touchant l'intersection de l'immigration, du droit, de la justice sociale et du multiculturalisme.

Le sujet de la bourse inaugurale Global Mobility Immigration Lawyers est : Les avocats d'immigration agissant pour les demandeurs d'asile sont « un Australian ».

Région : Amérique

Pays hôte : Etats-Unis d'Amérique

Région éligible : Afrique, Maghreb, Moyen-Orient, Europe de l'ouest, Europe centrale et orientale, Asie-Pacifique, Amérique, Australie
<https://glomocom.au/>

Par Concoursn.

SYNDROME DE FATIGUE CHRONIQUE

Une pathologie en mal de reconnaissance

Imaginez qu'un jour, une fatigue importante vous frappe. Du jour au lendemain, vous ne pouvez plus faire le moindre effort. Conduire ou vous concentrer sur un film est devenu une épreuve. C'est ce que ressentent les patients touchés par le syndrome de fatigue chronique.

Destination santé

Une pathologie qui, si elle est reconnue par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), peine à être prise au sérieux en France. Rencontre avec trois patients pris en charge au CHU d'Angers. Ludivine (26 ans), Jérôme (41 ans) et Joeren (44 ans) partagent un même mal. Un jour, sans prévenir, leur corps les a lâchés. Une fatigue inhabituelle qu'aucune batterie de tests n'a pu expliquer. « C'est dans votre tête », ont fini par leur envoyer en pleine face certains professionnels de santé. Heureusement, au service de médecine interne du CHU d'Angers, ils ont trouvé des réponses aux questions qu'ils pouvaient se poser. Ils ont surtout pu mettre un nom sur leur souffrance : encéphalomyélite myalgique, plus connue

sous le nom de « syndrome de fatigue chronique ».

« Il s'agit en fait d'une intolérance au moindre effort », explique le Dr Alla Ghali du CHU d'Angers. « Imaginez une fatigue constante, qui vous fait perdre plus de 50% de vos capacités antérieures. C'est ça le syndrome de fatigue chronique ». Et les conséquences sur la vie de tous les jours sont gravissimes : le sommeil ne joue plus son rôle réparateur, le moindre effort est synonyme de malaise, une intolérance au bruit et à la lumière... Sans oublier, à plus ou moins long terme, des atteintes cognitives, immunitaires (le moindre symptôme grippal peut traîner...), cardiologiques, un risque accru de dépression, de suicide...

Côté explications, pour le moment, seules des hypothèses peuvent être émises. « On sait qu'il y a une prédominance féminine et que ce syndrome touche un public jeune », continue le Dr Ghali. « Un terrain infectieux, comme les suites d'une mononucléose infectieuse ou des facteurs environnementaux sont

« Il s'agit en fait d'une intolérance au moindre effort »

parfois évoqués. »

Pour ce qui est de l'évolution de la maladie, les symptômes s'atténuent progressivement au fil des mois. La fatigue disparaît habituellement au bout de quelques années. Chez certains malades, la fatigue est toutefois fluctuante dans le temps, avec des périodes d'amélioration et des périodes d'aggravation.

Problème, si cette pathologie est reconnue par l'OMS depuis 1992, elle ne trouve que des échos confidentiels en

France ! C'est comme si elle n'existait pas. Même certains médecins doutent de sa véracité. Seuls cinq centres en France la prennent en charge : à Angers donc, mais aussi à Lyon, Marseille, Nancy et Paris.

Des patients laissés sur le bord de la route

Pour Jérôme, la maladie s'est déclarée il y a un an. Gérant d'un bar à tapas, ses journées sont des plus rythmées. Mais une énorme fatigue est venue le stopper net. Il est alors baladé de service en service. On évoque, entre autres, une apnée du sommeil, puis des problèmes psychologiques. Il aura fallu attendre un malaise pour qu'on le prenne au sérieux et que soit enfin évoquée l'encéphalomyélite myalgique. Depuis, son quotidien a changé. « J'ai pris 25 kg et je rencontre des difficultés financières », nous explique-t-il démuné. En effet, la maladie n'est pas reconnue comme une affection longue durée et la reconnaissance de l'invalidité est souvent rejetée.

Les parcours de Ludivine et de Joeren ne sont pas si éloignés de celui de Jérôme.

La première est passée par les malaises, une perte de poids, des hospitalisations... Le second a aussi connu l'errance thérapeutique avant d'être diagnostiqué au bout de six mois.

Tous ont appris à vivre autrement. « Apprendre », c'est le maître-mot. Dans la mesure où il n'existe pas de traitement spécifique, « il est important de mettre en place une éducation thérapeutique », avance le Dr Ghali. « Plusieurs mesures doivent aider à maintenir la capacité musculaire en dépit du manque d'activité physique et pour apprendre à mieux vivre avec la fatigue. Par ailleurs, une thérapie cognitive et comportementale peut améliorer le bien-être général », ajoute-t-il. Vous l'aurez compris, le syndrome de fatigue chronique est un combat. Un combat pour vivre avec mais aussi une lutte pour une meilleure connaissance. Du grand public tout d'abord. « Pour ne pas être considérés comme des fainéants », lancent les trois patients. Mais aussi des autorités pour obtenir plus d'écoute et d'aides.

SPORTISSIMO

De la Fifa à la CAF: le football auréole la nation championne

Après la Coupe du monde Russie 2018, le football a retrouvé son fleuron d'effervescence à travers les compétitions organisées dans les différentes confédérations continentales de la Fédération internationale de football association (Fifa). Sans ambages, le football féminin est entré, lui aussi, dans la danse, avec l'organisation en Bretagne, à l'ouest de la France, de son mondial des moins de 20 ans qui a vu le sacre des Japonaises devant les Espagnoles (3-1), le 24 août.

Bon nombre de nos lecteurs ont voulu connaître, fut-ce en luminaire, l'histoire de la Fifa avant d'être également édifiés sur celle de ses confédérations. Pour la petite histoire, la Fifa est créée en 1904 par le journaliste français, Robert Guérin, comme pour dire que le journaliste en leader d'opinion n'est pas seulement un donneur de leçons mais historien de son époque, il est contributeur au développement et à la promotion des sports en général et le football, le cas échéant. A sa création donc, la Fifa comptait sept pays membres. Lors de son premier congrès, il avait été décidé d'organiser une compétition internationale en Suisse. Les Anglais y opposeraient un refus catégorique. Ce n'est que vingt-six ans plus tard, sous l'impulsion d'un autre Français, Jules Rimet, alors président de la Fifa, que celle-ci va organiser, en 1930, sa compétition internationale notamment connue sous l'appellation de la Coupe du monde de football. C'est l'Uruguay qui abritera cette première édition, choisi par la Fifa au détriment de beaucoup de pays européens, parce qu'il était champion Olympique. Treize pays participèrent à cette première édition dont seulement quatre en provenance d'Europe, à savoir Mexique, Chili, Argentine, Brésil, Bolivie, Pérou, Paraguay, Etats-Unis d'Amérique, France, Yougoslavie, Roumanie et Belgique. Il y a lieu de signaler qu'en dehors de ces quatre

pays d'Europe, beaucoup d'autres de ce vieux continent n'avaient pas daigné traverser l'océan Atlantique par bateau. Le dimanche 13 juillet 1930, Lucien Laurent inscrivait sous la neige le premier but de la Coupe du monde de football, lors du match inaugural mettant la France face au Mexique. C'est l'Uruguay qui battra en finale l'Argentine par 4 buts à 2. Ce triomphe permettra à Jules Rimet de remettre au capitaine de l'équipe championne, José Nasazzi, le trophée, une petite statuette.

Les joueurs étant amateurs à l'époque, l'organisation de cette compétition devait alterner avec les jeux olympiques. La Coupe du monde de football se jouera ainsi tous les quatre ans.

De treize nations en 1930, la Fifa est passée à trente-deux nations en Russie 2018, avec l'introduction de l'hypothétique vidéo d'assistance de l'arbitrage. Une édition qui a consacré la France au terme de sa victoire contre la Croatie par quatre buts à deux.

Si la Russie a accueilli la 22e édition de cette compétition avec brio à travers la représentation de tous les continents, à l'exception de l'Océanie, la 23e édition est confiée au Qatar qui l'organisera en 2022. Pour revenir à la Fifa dont le siège est à Zurich, en Suisse, elle fonctionne sous le code 60 de la loi suisse.

Bref aperçu sur la CAF

Quant à la Confédération africaine de football (CAF), son histoire est liée à celle de la Coupe d'Afrique des nations (CAN). Elle tire ses origines de la rencontre, le jeudi 7 juin 1956, à l'hôtel Avenida à Lisbonne, la capitale du Portugal, des délégués africains au congrès de la Fifa. Ils étaient l'ingénieur agronome Abdel-Aziz Abdallah Salem, le lieutenant-colonel Mohamed Latif et l'arbitre Yousef Mohamed en provenance de l'Égypte, le Dr Abdel Halim Mohamed Ali et Abdel Rahim Shadd du Soudan et du Sud-Africain Fell. Ils

suscitèrent, au cours de leur réunion, deux projets : la création d'un organisme continental de football et le lancement d'une compétition à l'échelle continentale. À leur séparation, le 8 juin, ils décidèrent de se retrouver au début de l'année 1957 à Khartoum, capitale du Soudan, où l'acte de naissance de la CAF a été signé, donnant ainsi le coup d'envoi de la première édition de la CAN. Le premier président de la CAF, l'Égyptien Abdel-Aziz Abdallah Salem, offre le trophée. Le tournoi était à trois avec l'exclusion de la République d'Afrique du Sud à cause de sa politique d'apartheid de l'époque. C'est l'Égypte qui remportait cette première édition. En 1960, le Maroc, la Tunisie et le Ghana font leur entrée à la CAF. En 1963, la phase finale se joue avec six équipes nationales réparties en deux poules de trois. En 1965, à la sixième édition, huit équipes sont qualifiées en deux poules avec classement par points. C'est le Ghana qui est proclamé champion d'Afrique en réalisant le doublé à Tripoli, en Libye. A la 8e édition de la CAN au Cameroun, en 1972, on assiste à l'apparition des professionnels. Le Congo avec François Mpelé et Jean Bertrand Baleckita, la République démocratique du Congo (RDC) avec Julien Kialunda, le Mali avec Salif Keita, le Cameroun pays organisateur alignant Jean Pierre Tokoto, etc.

Le Congo est sacré champion d'Afrique et l'équipe prend le nom des Diables rouges. En 1984, la CAF introduit dans l'organisation de la CAN le sponsoring et la publicité. En 1988, la phase finale du Maroc passe à seize équipes avec trente-quatre au départ des éliminatoires. Le Cameroun inscrit son nom pour la deuxième fois sur le tableau des champions d'Afrique des nations de football. En ce jour, la CAF a déjà organisé trente et une éditions de cette compétition et la trente-deuxième est programmée au Cameroun en 2019.

Des six zones de développement du sport sur

le continent, les pays de l'Afrique du nord, à savoir l'Égypte, le Maroc, la Tunisie et l'Algérie ont déjà remporté au moins une fois la CAN, à l'exception de la Libye. Il va s'en dire que cette zone a la prédominance sur le football en Afrique. D'ailleurs, leurs infrastructures sportives ne les démentent aucunement. La zone-ouest Afrique A, composée du Cap-Vert, Gambie, Guinée-Conakry, Guinée Bissau, Liberia, Mali, Mauritanie, Sénégal et Sierra Léone. De tous ces pays, aucun n'a gagné la CAN. L'Afrique de l'ouest B, sur les sept pays qui la composent, à savoir la Côte d'Ivoire, le Ghana, le Nigeria ont déjà gagné la CAN par contre le Bénin, le Burkina-Faso, le Niger et le Togo ne sont jamais montés sur le podium de la cette compétition.

L'Afrique centrale avec ses huit pays, le Cameroun, le Congo, et la RDC ont été déjà sacrés champions d'Afrique. Il n'en est pas le cas pour la Centrafrique, la Guinée équatoriale, le Sao Tomé-et-Principe et le Tchad qui courent toujours derrière le sacre de la CAN. Le Centre-est de l'Afrique, avec le Burundi, Djibouti, l'Erythrée, le Kenya, l'Ouganda, le Rwanda, la Somalie, le Soudan, le Soudan du Sud et la Tanzanie n'a eu qu'un champion par l'entremise de l'Ouganda en 1970. La zone sud est constituée de l'Angola, du Botswana, de l'Ile Comores, du Lesotho, de Madagascar, du Malawi, de l'Ile Maurice, du Mozambique, de la Namibie, des Seychelles, du Swaziland, du Zimbabwe, de l'Afrique du Sud et de la Zambie. Les deux derniers ont respectivement, en 1986 et 2012, fait la fierté de cette zone en remportant une fois chacun la CAN. Voilà ce qui explique que les Etats et les gouvernements, à travers leurs fédérations nationales sportives de football, s'investissent pour la recherche de l'auréole internationale à travers la participation aux compétitions organisées par la Fifa et ses confédérations.

Pierre Albert Ntumba

Coupe africaine de la Confédération

Cara attend de connaître son adversaire en quarts de finale

Qualifiés pour l'étape suivante de la compétition, les Aiglons doivent retenir leur souffle. Ils connaîtront leur adversaire très bientôt, le 3 septembre, à l'issue du tirage au sort. *James Golden Eloué*

Petit à petit, les Aiglons ont fait leur nid, réalisant leur meilleure performance depuis le sacre à la Ligue des champions en 1974. Encore faut-il rappeler, la configuration n'est plus la même. En attendant les quarts de finale, le Club athlétique renaissance aiglons (Cara) a disputé douze matches pour un bilan de six victoires contre six défaites, inscrivant treize buts contre sept. Racine Louamba est le meilleur buteur du club avec quatre réalisations suivi de Cabwey Kivutuka (trois), Ngoma Mbo (deux) et de Dicha Bomaniaye, Gougou Kinfounia et Ricci Ondongo (un but chacun). Perturbé au début de la saison par une série de départ, celui de Jean François Ndengué de la présidence du club et de 80% de son effectif sans compter les membres du staff technique, le Cara a su trouver des ressources pour aller le plus loin possible dans une compétition à laquelle personne ne lui donnait un tel avantage.

Le miracle Cara a bien fonctionné

Les Aiglons prenaient, en effet, le départ en février avec les autres représentants congolais comme l'AC Léopards, l'AS Otoho en Ligue des champions et avec La Mancha de Pointe-Noire en coupe de la Confédération africaine. Cara était, d'ailleurs,



Cabwey Kivutuka, l'un des buteurs de Cara/Adiac

la seule formation congolaise à manquer sa première sortie, en s'inclinant 0-1 à Kumasi face à Asante Kotoko. Ce Cara savait bien se défendre à domicile et c'est la raison pour laquelle il a arraché sa qualification pour le tour suivant. Mais que ce fut laborieux d'entrée. Après le but de Ricci Ondongo, les Aiglons ont dû passer par les tirs au but pour éliminer le club ghanéen 7-6.

En seizièmes de finale, le Cara recevait pour la première fois, au stade Alphonse-Massamba-Débat. Il n'avait

fait qu'une bouchée d'Union sportive Ben Guerdane de la Tunisie 3-0, grâce à Cabwey Kivutuka, Rox Oyoh et Racine Louamba avant de s'incliner au retour 3-1. Le but de Racine Louamba lui ouvrait la porte du tour de cadrage. Face à Saint George d'Ethiopie, le Cara refaisait son retard d'un but à Brazzaville grâce à Ngoma Mbô (1-1 pour l'ensemble des deux matches). Il sortait victorieux aux tirs au but 4-3. En phase de poules, les Aiglons avaient bien intériorisé la leçon : pour se qualifier, il fallait gagner tous les

matches à domicile. La stratégie s'est avérée payante. Battus 0-1 à Abidjan par Williamsville athlétic club, les Aiglons ont cru en leur bonne étoile en écrasant Enyimba à Brazzaville 3-0. Racine Louamba, Cabwey Kivutuka et Dicha Bomaniaye étaient les buteurs. A Bamako, le Cara ne parvenait pas à enchaîner. Il s'inclinait 0-2 face au Djoliba Ac avant de prendre sa revanche à Brazzaville 1-0, but de Racine Louamba. Les Aiglons confirmaient leur qualification devant le WAC d'Abidjan à Brazzaville en le dominant 3-0 à la

suite des réalisations de Gougou Kinfounia, Cabwey Kivutuka et Ngoma Mbô. A Abidjan, le Cara se qualifiait malgré sa défaite de 0-1, aidé par le nul vierge concédé à Abidjan par le WAC devant le Djoliba.

Les autres qualifiés

Le Cara se porte candidat au titre suprême avec sept autres adversaires et non pas les moindres. Nanti de ses trois Ligues des champions (1989, 1997 et 1999) et une Coupe de la Confédération en 2003, le Raja de Casablanca est parmi les favoris. Enyimba FC du Nigeria, deux fois vainqueur de la Ligue des champions (2003 et 2004) et deux fois vainqueur de la Super coupe (2004 et 2005) est un sacré client tout comme l'AS Vita club qui n'a jamais remporté la coupe de la Confédération mais s'est déjà illustrée en Ligue des champions en 1973. Elle peut se consoler des deux finales de la Ligue des champions perdues en 1981 et 2014 en gagnant pourquoi pas la première C2. Même chose pour l'USM d'Alger ayant pour meilleur palmarès, la finale de la Ligue des champions en 2015. Les autres clubs comme Al Masry ou encore Renaissance de Berkane et Rayons sport joueront aussi pour leur premier trophée.

SPORT

Le public africain et les maillots des stars du ballon rond

Boris Kharl Ebaka

En Afrique, les gérants de boutique d'équipements de sport savent qu'ils ne réalisent pas leur chiffre d'affaires en vendant les maillots des équipes locales mais plutôt ceux de ces équipes à la renommée planétaire, à l'instar de Barcelone, Real Madrid, Manchester United, Bayern Munich, etc.

Le business des ventes de maillots est juteux, tant pour les équipes que pour les commerçants. La preuve, s'il en fallait une encore, est le départ de Ronaldo pour la Juventus de Turin, en Italie. Star mondiale du football depuis une décennie, le Portugais Cristiano Ronaldo, en quittant le Real Madrid, club où il a régné en maître pendant neuf ans, tant sur le terrain que dans la vente des maillots, s'en est allé avec son gros public planétaire. Conséquence immédiate : dans les heures qui ont suivi son transfert, il s'est écoulé plus d'un demi-million du maillot de la Juventus de Turin floqué de son célèbre numéro 7.

Dans les échoppes et les boutiques des

ville africaines, on constate même un changement par rapport aux années antérieures ; on trouve sur les vitrines plus de maillots de la Juventus que du Real ou du Barça. Les commerçants affirment qu'ils vendent en ce moment plus de maillots de la Juventus que ceux du Real. Ronaldo a donc quitté le Real et avec lui sont aussi partis vers la Juventus ses fans africains.

Le public africain fan de club ou de star ?

Lorsqu'il était à Madrid, Ronaldo est resté le maître du business de la vente des maillots, particulièrement dans les cinq premières saisons suivant son arrivée. A son plus fort, il s'en écoulait sur une saison, près d'un million de pièces à son nom. Avec Messi et depuis quelques années Neymar, ils sont les trois qui font vivre, le plus efficacement, le business des maillots sur la planète foot. Le public sportif africain suit généralement les joueurs africains qui évoluent dans les grands clubs européens et ont peu d'attachement réel à leurs clubs. On

verra donc des jeunes arborer le maillot de Liverpool, par exemple, à cause du Sénégalais Mané ou de l'Égyptien Salah, supporter Manchester United à cause de Lukaku ou de Pogba. A une époque pas si lointaine, Chelsea était un club populaire en Afrique à cause de Didier Drogba et l'Inter de Milan l'était autant à cause des exploits de Samuel Eto'o. La notion de fan de club existe donc peu, ce sont les exploits d'une star qui orientent l'affinité du public africain. Aujourd'hui, depuis que le Paris Saint Germain prend une nouvelle dimension dans la planète foot, les maillots de ses joueurs vedettes que sont Neymar, Mbappé ou Cavani inondent les marchés africains aussi.

Fin de la rivalité Real - Barça ou Messi - Ronaldo ?

Le départ de Ronaldo du Real Madrid marque la fin d'une époque où le classico (Real - Barcelone), à savoir le duel entre Ronaldo et Messi, était le match le plus attendu et le plus suivi de l'année. Même si le Real compte toujours

autant de stars dans son effectif, elles n'ont pas l'impact et la renommée planétaires d'un Ronaldo. Si bien que le classico de cette année n'aura certainement pas la même saveur que ceux qui voyaient s'affronter Ronaldo et Messi. Ce dernier n'aura plus en face de lui un adversaire qui l'obligeait à se dépasser pour le battre coûte que coûte afin de rester le meilleur.

Les clubs européens les plus cotés en Afrique

Le Real Madrid et le F.C Barcelone restent les deux clubs qui ont certainement la plus grosse cote de popularité auprès du public africain. Après, dans un ordre qui s'est inversé ces dernières années dans les pays francophones, le Paris Saint Germain est passé devant l'Olympique de Marseille. Quelques clubs légendaires comme le Bayern Munich, Manchester United ou Liverpool rencontrent aussi un relatif succès sur le continent.

Plaisirs de la table

LES PÂQUERETTES

Cette semaine, nous allons découvrir à nouveau une autre plante sauvage dont l'usage en cuisine s'avère être bénéfique à la santé. Bien connue des tout-petits grâce à ses pétales toutes blanches, la plante comestible est aussi appelée bellis ou encore petite marguerite.

De même qu'avec les orties, les pâquerettes peuvent servir dans la fabrication du beurre végétal. Dans la composition de salades, les feuilles comestibles crues trouvent parfaitement leur place.

Le goût de la petite marguerite rejoindrait bien celui de la noisette. Légèrement poivrée, elle est meilleure en association avec d'autres plantes pour cacher l'arrière-goût qu'elle possède, une saveur un peu âcre qui découragerait plus d'une personne.

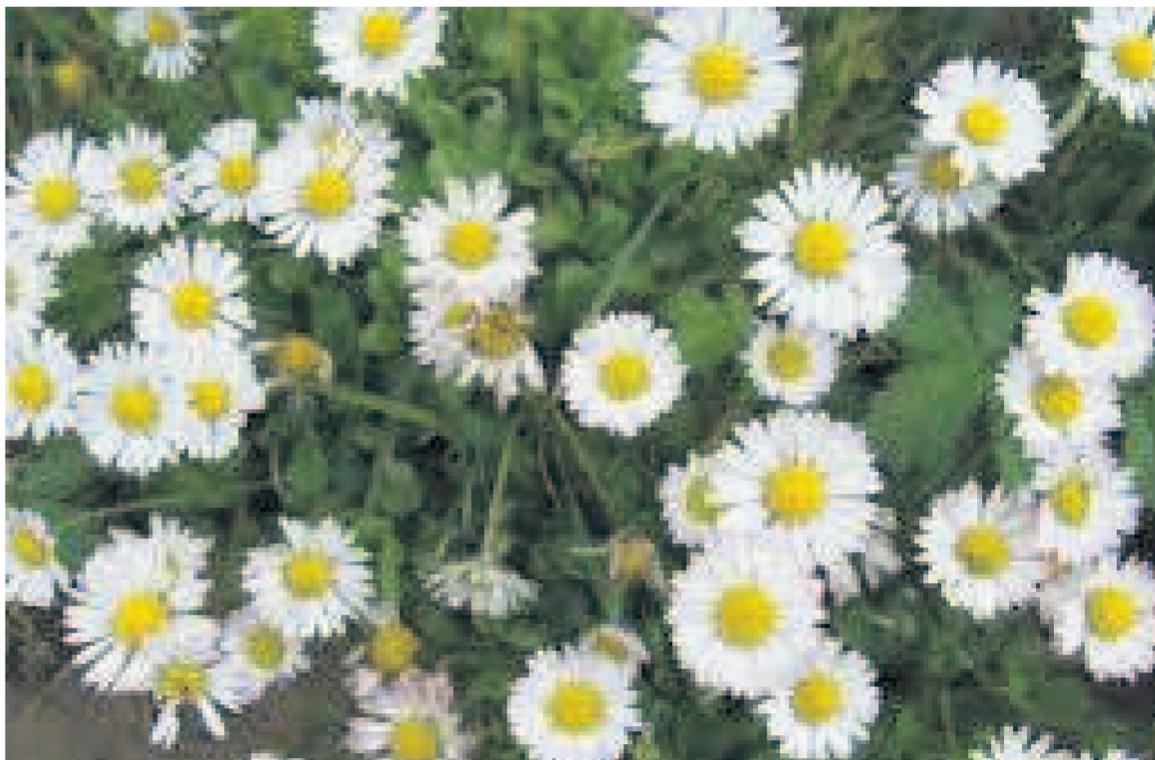
D'autres préparations de la plante nous font découvrir que les pâquerettes peuvent se préparer sous la forme lacto fermentée. Cette manière de cuisiner les herbes sauvages est également employée avec les herbes fines ou encore avec le chou, le tout mélangé avec de la crème fraîche qui, placée comme sauce, peut accompagner les recettes de poisson, par exemple.

En Italie, les pâquerettes servent même à faire de la soupe en remplacement d'autres plantes de saison. D'autres recettes nous portent à découvrir dans la préparation de farces pour la focaccia ou dans d'autres sauces d'accompagnement.

Ailleurs, les boutons floraux qui se conservent au vinaigre comme les célèbres cornichons sont consommés crus dans les sandwiches, ragoûts ou sauces. Cuisinée dans un peu d'huile et de vinaigre à la poêle, la plante peut beaucoup apporter dans l'accompagnement de plats de viande également.

Les pâquerettes sont aussi très utiles en médecine douce où elles sont conservées dans du vin blanc avant utilisation. Comme thé-médicament, les fleurs sont idéales dans le soulagement des gastro-intestinales.

Excellent remède contre la toux, la plante sèche est infusée puis consommée trois fois par jour au moins pour de meilleurs résultats.



Efficaces dans le soulagement également de maux de tête ou pour l'hypertension, les pâquerettes sont notamment plus utilisées en médecine traditionnelle chinoise.

Elles sont aussi utilisées à grande échelle dans la fabrication de teinture. Mais que ce soit en cuisine ou en médecine douce, l'important devient également de pouvoir reconnaître la bonne plante sauvage. La confusion reste toutefois possible.

Il existe, en effet, la pâquerette des bois et celle des

murailles. On retrouve aussi la pâquerette annuelle mais la confusion n'est pas fatale, aucune de ces plantes, de fait, n'est pas toxique.

Poussant principalement en région méditerranéenne, la plante se distingue essentiellement par rapport au lieu où on l'a retrouvée. Plusieurs d'entre elles évoluent dans les sols humides ou dans les montagnes. A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons !

Samuelle Alba

Recette

INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

- 350 g d'aubergines non épluchées (ou 400 g d'aubergines si vous les épluchez)
- Deux gousses d'ail
- ciboule
- Une cuillerée à café de purée de piment
- Une cuillerée à soupe de sauce de soja
- Deux cuillerées à soupe d'huile végétale
- Une grosse poignée de feuilles de basilic

PRÉPARATION

Lavez les aubergines sous l'eau froide. Essuyez-les et coupez en gros morceaux. Trempez les morceaux dans l'eau froide salée pendant quelques minutes (5 mn environ).

Hachez la ciboule et tranchez l'ail finement.

Égouttez les aubergines. Chauffez l'huile à feu fort dans une poêle.

Faites sauter les aubergines pendant 2 mn, puis laissez cuire à feu moyen jusqu'à ce que les morceaux se ramollissent.

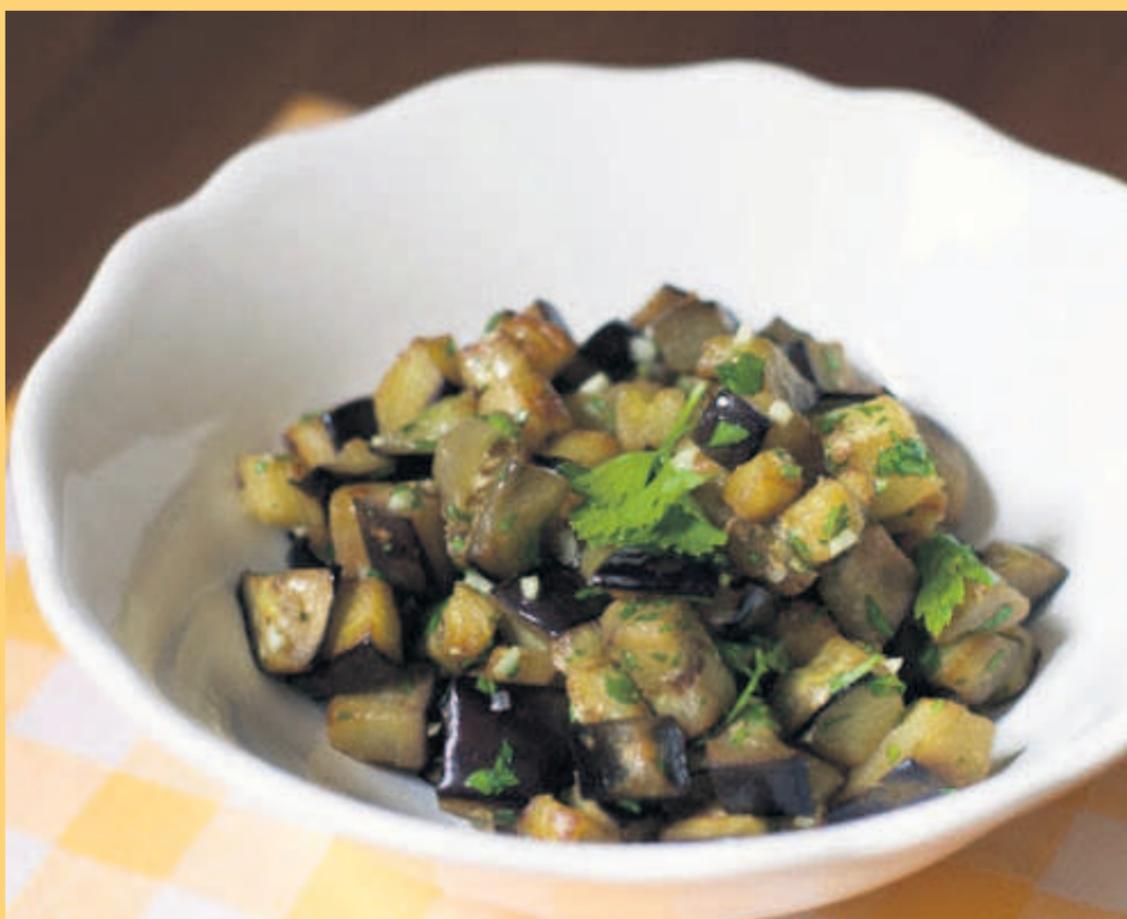
Ajoutez la ciboule et l'ail, mélangez; ajoutez ensuite la sauce de soja, mélangez de nouveau.

Mettez la purée de piment si vous aimez pimenter pour finir la cuisson.

Hors du feu, ajoutez les feuilles de basilic, mélangez et servez de suite avec du riz.

Bon appétit !
Samuelle Alba

AUBERGINES SAUTÉES AU BASILIC



S.A.

COULEURS DE CHEZ NOUS

Polygamie

Une réalité millénaire et qui a cours jusqu'à nos jours. Une réalité que le Congo a aussi héritée et qu'il pratique, parce qu'inscrite dans ses lois au point que la question est officiellement posée aux mariés par l'officier d'état-civil lors de la consécration des unions.

Par Van Francis Ntaloubi

Si il est vrai que certaines sociétés ont déjà banni la polygamie, d'autres, comme les nôtres, continuent de l'observer. Mais, avec le temps, les choses semblent avoir évolué et la polygamie n'est plus vécue dans sa plénitude et non plus dans toute son extension.

Hier, l'homme pouvait faire cohabiter ses deux ou trois épouses dans la même maison quand ils vivent en ville ou dans la même concession dans le cas des ruraux. Un calendrier admis par les épouses permettait à l'homme d'alterner ses couchés sans qu'une seule de ses protégées n'émette un seul son. De façon générale, l'harmonie régnait dans la famille et, souvent, la première épouse avait de l'entregent sur la petite communauté.

Mais il arrivait aussi que l'on assiste à des rixes et disputes. Voire : à une éternelle rivalité entre les femmes au point de pourrir la vie à l'homme, aux enfants et, partant, au voisinage. Tel est le revers et l'enfer de la polygamie !

De nos jours, la polygamie n'est plus ouver-

tement pratiquée et rares sont les époux qui l'acceptent publiquement devant « Monsieur le maire ». « Non ! J'opte pour la monogamie », répondent-ils courageusement. Une déclaration qui, souvent, suscite quelques rires étouffés car le public invité n'est pas dupe et comprend qu'il s'agit pour ces candidats au mariage de soigner leur image.

Parce qu'en effet, dans la pratique, on les retrouve dans des postures de polygames non déclarés avec une femme dans un quartier donné de la ville ou, pour les nantis, dans une autre ville. Les consciences corrompues y voient de l'infidélité, passagère, alors qu'il y a là un acte avéré et consommé de polygamie.

Cette crainte qu'ont les hommes d'afficher leur polygamie traduit le niveau d'épanouissement de la femme actuelle contrairement à celle d'hier. Celle d'aujourd'hui tolère tout et pardonne tout sauf de la faire cohabiter avec « l'autre ». Certes impuissantes devant cette réalité millénaire, héréditaire et culturelle, les femmes y adhèrent sans cœur. Et

les hommes y vont à pas calculés.

Le sujet n'est pas tabou mais l'aborder publiquement est souvent sans issue. La force de l'éducation classique ou la puissance des prêches sont restées sans impact sur la conception des hommes dont la stratégie, au Congo, est celle de la déconcentration. Une stratégie qui réussit car certaines femmes vivent des années de bonheur avec leurs époux sans jamais soupçonner leur « polygamie ». D'ailleurs même pas leur infidélité ! Sans défendre ou condamner la polygamie, avouons que comme toutes les réalités sociales et comme toute coutume, seul le temps qui passe arrive à leur ôter la substance qui les fait résister. En plus : dans une société où l'éducation est variée, codifier certaines pratiques est pure gageure. Il nous suffit d'observer notre attitude face à certaines mesures. Le cas de l'interdiction faite de fumer en public ou de l'usage des sacs en plastique. Vous avez compris : le combat est long.

Horoscope du 24 août 23 sept 2018



Bélier

(21 mars-20 avril)

Vous évoluez sous une bonne étoile. Si les temps sont quelque peu chamboulés, les choses se placent une à une et dans une bonne direction. Des rencontres et des retrouvailles vous aident à y voir plus clair. Si l'amour ne connaît pas ses meilleurs jours, une réunion se profilera très rapidement.



Lion

(23 juillet-23 août)

L'humour sera votre meilleure arme. Qu'il s'agisse de séduction, de négociation, de complicité ou de conviction, votre botte secrète passe par le rire et vous distingue de n'importe qui d'autre.



Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

Vous atteignez un certain équilibre par rapport aux difficultés que vous avez pu rencontrer par le passé. Votre ciel semble s'éclaircir pour vous laisser ce qu'il vous faut pour vous exprimer et vous épanouir. Vous apprendrez beaucoup de vous pendant cette période.



Taureau

(21 avril-21 mai)

Vous mettez du cœur et de la passion dans vos actions. Vous construisez ainsi des projets solides et durables, qui vous porteront pour les semaines à venir. La venue d'un ami vous met le cœur en joie, de grands moments de complicité sont à prévoir.



Vierge

(24 août-23 septembre)

Vous écoutez votre instinct et vous voilà prêt à en découdre. Vous saurez prendre les droits chemins et vous diriger vers les bonnes issues. Dynamique et inspirant, vous ne peinez pas à faire rallier à votre cause.



Verseau

(21 janvier-18 février)

Votre grand optimisme pourrait se transformer en naïveté. Attention aux gens mal attentionnés rencontrés sur votre passage, n'accordez pas votre confiance à n'importe qui car les choses pourraient facilement se retourner contre vous.



Gémeaux

(22 mai-21 juin)

Attention aux prises de décision trop rapides. Vous avez tendance à vous montrer impulsif, vous pourriez avoir du mal à suivre la cadence. Particulièrement en forme, votre énergie est communicative et fait de vous quelqu'un de sollicité.



Balance

(23 septembre-22 octobre)

L'atmosphère se détend et les tensions s'apaisent autour de vous. Vous profiterez de cette accalmie pour poser des bases solides pour votre avenir et pour faire le tri autour de vous, écartant de votre quotidien toutes problématiques superflues.



Poisson

(19 février-20 mars)

Vous avez l'art du discours et de la conversation. Cette aptitude vous permet d'avancer en équipe et d'apaiser les tensions autour de vous, vous pourriez même tenir un rôle de médiateur auprès de votre propre famille. Des retrouvailles vous mettent le cœur en joie.



Cancer

(22 juin-22 juillet)

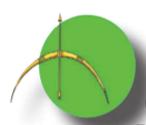
Les astres jouent avec vous. Vous avez le goût du risque et vous êtes en mesure de vous surpasser, ces deux aspects combinés de votre quotidien vous poussent à réaliser de grandes choses.



Scorpion

(23 octobre-21 novembre)

Un nouveau projet vient apaiser vos anxiétés. Vous trouvez des solutions à court terme. Ne manquez pas de poursuivre vos efforts en regardant plus loin, de dialoguer avec vos proches. Vous avez les clés en main.



Sagittaire

(22 novembre-20 décembre)

Le vent tourne et c'est à votre tour d'en bénéficier des bienfaits. Certains aspects de votre vie quotidienne paraissent soudain plus clairs, vous pouvez faire de la place pour l'avenir et vous lancer dans des projets qui vous tiennent à cœur. Vous serez plus fort en équipe.



PHARMACIES DE GARDE DU DIMANCHE 2 SEPT 2018 - BRAZZAVILLE -



MAKELEKELE

Centre Sportif
Mazayu de Kinsoundi
La Providence
Galien

BACONGO

Rapha
Saint-Michel
Saint-Pierre

POTO-POTO

Divina
La Gare
Marché Poto-Poto
Renande et Maat
Clairon

MOUNGALI

Avenue de la paix
Espérance
Gim
Pont du centenaire
Ile de santé
Del Grâce

OENZE

Croix santé
Mapassi
Soberne
Ghalis

TALANGAI

Denise
Cirade
Goless

MFILOU

Hebron
Relys
Antony