



LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

Congo - République démocratique du Congo - Angola - Burundi - Cameroun - Centrafrique - Gabon - Guinée équatoriale - Ouganda - Rwanda - Tchad - Sao Tomé-et-Principe

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

N° 136 - VENDREDI 3 AU JEUDI 9 SEPTEMBRE 2021

ART CONTEMPORAIN

La Riac débute ce 3 septembre

La neuvième édition de la Rencontre internationale d'art contemporain de Brazzaville (Riac) va être lancée ce 3 septembre à Brazzaville, sur le thème « Habiter la terre ». Organisé par les ateliers Sahn en partenariat avec l'Institut français du Congo (IFC), l'évènement réunira en biennale des artistes venant de plusieurs pays d'Afrique, jusqu'au 25 septembre, dans la capitale congolaise.

PAGE 8

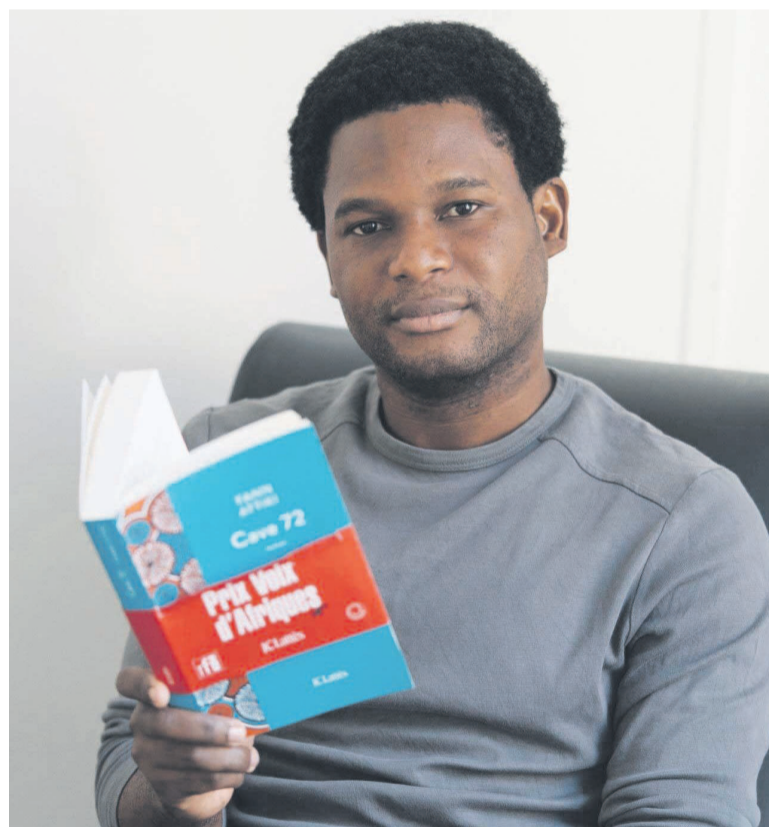


LITTÉRATURE

Fann Attiki remporte le prix « Voix d'Afriques » 2021

Le jeune auteur congolais vient d'être récompensé pour son premier roman intitulé « Cave 72 », une fiction qui se déroule dans un bar mythique au Congo-Brazzaville. Le manuscrit de Fann Attiki Mampouya a été sélectionné parmi trois cent cinquante textes. Initié par les éditions JC Lattès et RFI, en partenariat avec la Cité internationale des arts, «Voix d'Afriques» est un prix littéraire destiné à faire émerger les jeunes plumes de langue française du continent africain.

PAGE 8



PORTRAIT

Bill Kouelany, de l'art dans l'âme

Francesco De Sanctis, en son temps ministre italien, a dit : «La simplicité est la forme de la vraie grandeur ». Aussi vrai qu'il faut de peu pour faire un monde, il suffit en réalité d'être mué par une vocation, une réelle passion pour créer un monde là où il n'y a que désert et désespoir. Portrait d'une femme qui a pu bâtir un empire et susciter de l'espoir là où on ne s'y attendait plus, dans la plus pure des authenticités.

PAGE 3



CINÉMA

« Madame...Monsieur » à La Nuit de la Série Africaine

La série camerounaise en vogue sur la chaîne africaine A+ est en sélection officielle pour le festival « La Nuit de la Série Africaine », qui se tiendra le 24 septembre prochain à Paris en France. Retranscription de la vie quotidienne des ménages de ce pays, elle aborde les problèmes auxquels font face les couples, notamment l'infidélité, la gestion des biens, la jalousie et bien d'autres.

PAGE 4

CULTURE
AFRICAIN

Les rendez-
vous du mois
de septembre

PAGE 5

Éditorial

Audience

Le récent incident impliquant La Nouvelle chaîne ivoirienne (NCI) et l'animateur Yves De Mbella a porté bon nombre de gens à mesurer l'ampleur grandissante du déclin des valeurs humaines, véhiculé ces dernières années par diverses grandes chaînes de télévision.

Au nom de l'audience, des contenus obscènes, choquants en lien avec la sexualité et contraires aux bonnes mœurs transitent sans filtres sur ce canal, qui constitue l'un des principaux vecteurs de la culture et de la communication dans nos sociétés. Pour être suivi, il faut séduire. Aujourd'hui, ce charme ne semble passer que par le prisme de l'obsécénité comme s'il était la seule source de captation d'attention. On s'habitue à ces images qui paraissent socialement acceptées.

Ces programmes qui alimentent des débats donneraient une légitimité à l'exhibition sexuelle, au harcèlement sexuel, ou à toute infraction qui porte atteinte aux bonnes mœurs ou à la moralité. L'on se demande jusqu'où ces chaînes peuvent aller au nom de l'audience ? N'y a-t-il pas de limites ?

En tout état de cause, le véritable débat face à la prolifération de ces programmes, en l'occurrence télé-réalités, vidéo-clips, films sexistes, publicités incitatives pour les produits de la vie courante les plus anodins, est celui de la responsabilité des différents acteurs de cet écosystème. Comme nous le rapportons dans ce numéro, des sanctions appliquées à la chaîne NCI et à l'animateur Yves De Mbella sont, une alerte, aux médias de mieux jauger la hauteur de leur responsabilité sociale.

Les Dépêches du Bassin Congo

LE CHIFFRE

38 000 000

C'est environ le nombre de millions de FCFA encaissés lors de la deuxième édition du Salon des métiers du bois.

PROVERBE AFRICAIN

« Toute mère est un fleuve ».

LE MOT TRUISME

□ *De l'anglais « truism », ce mot désigne une vérité manifeste et qui ne vaut même pas la peine d'être énoncée.*

IDENTITÉ CAMILA

Camila tire son origine de la langue arabe dans laquelle il signifie « accomplie » ou « parfaite ». Camila est aussi la variante hispanique, portugaise et néerlandaise de « Camille », prénom tiré du latin camilius qui signifie « serviteur de l'autel ». Les Camila font preuve d'une féminité et d'une tendresse exquis. Avec une détermination farouche à servir ses idéaux personnels, Camila est vraiment un requin en affaires. Son imagination et sa créativité sont ses plus grands atouts. Elle possède aussi un sens de l'humour appréciable, surtout avec ses proches.

LA PHRASE DU WEEK-END

« La vie t'apporte les difficultés, les échecs, les trahisons et les humiliations dont tu as besoin pour grandir ».

- Divin Godlike Koueba -



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 Ingamout

Secrétaire général des rédactions :

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédacteur en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués : Roger Ngombé, Christian Brice Elion
Grand-reporter : Nestor N'Gampoula,
Service Société : Rominique Nerplat Makaya (chef de service) Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko
Service Politique : Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Firmin Oyé
Service Économie : Fiacre Kombo (chef de

service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Lossedé

Service Afrique/Monde : Yvette Reine Nzaba (chefe de service), Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys

Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo

Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

Rédacteur en chef délégué : Quentin Loubou Durlly Emilia Gankama (Cheffe de service)

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

Directeur de l'Agence : Ange Pongault
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe ItagaliCoor-donnateur : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa,
Société : Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi
Culture : Nioni Masela
Sports : Martin Enyimo
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)

PAO

Cyriaque Brice Zoba (Chef de service)
Mesmin Boussa, Stanislas Okassou, Jeff Tamaff, Toussaint Edgard Ibara.

INTERNATIONAL

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

ADMINISTRATION ET FINANCES

Directrice : Lydie Pongault
Secrétariat : Armelle Mounzeo
Adjoint à la directrice : 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

Coordinatrice, Relations publiques : Mildred Moukenga
Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré

Administration des ventes: Marina Zodialho, Sylvie Addhas

Commercial Brazzaville :

Erhiade Gankama

Commercial Pointe-Noire :

Mélaïne Eta Anto

Chef de service diffusion de Brazzaville :

Guylin Ngossima

Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,

Irin Maouakani, Christian Nzoulani

Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubelélé

Ngono /Tél. : (+242) 06 895 06 64

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 préresse : 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 Ofoulou 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, Epiphany 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 Nzongi B.

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepêchesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville, République du Congo
Tél.: 06 700 09 00
Email : regie@lesdepêchesdebrazzaville.fr
Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Portrait

Bill Kouelany, une âme pleinement consacrée à l'art...



Francesco De Sanctis, en son temps ministre italien, a dit : «La simplicité est la forme de la vraie grandeur ». Aussi vrai qu'il faut de peu pour faire un monde, il suffit en réalité d'être mué par une vocation, une réelle passion pour créer un monde là où il n'y a que désert et désespoir. Portrait d'une femme qui a pu bâtir un empire et susciter de l'espoir là où on ne s'y attendait plus, dans la plus pure des authenticités.

Née en 1965 à Brazzaville, au Congo, Bill, ressentant tôt dans son ADN la fibre artistique qu'elle se projette de concrétiser dans le cinéma, notamment dans la réalisation de films, se trouve attirée par la peinture à laquelle elle ne se prédestinait pas. Découvrant par pur hasard une exposition à l'ex-Centre culturel français de Brazzaville, actuel Institut français du Congo, elle tombe en plein dans la marmite de la peinture en participant aux ateliers qui y sont proposés.

Profondément influencée par l'écriture de Tchicaya U Tam'si, écrivain congolais qu'elle décrit du fait de la sensibilité qu'il rend dans ses oeuvres comme un écorché vif, elle retranscrit cette même sensibilité mêlée comme en union sacrée à son âme. Cette sensibilité, elle l'exprimera sur ses peintures qui représentent la douleur et la torture d'une existence dans un corps dont elle va explorer les souffrances muettes ; si profondément ancrées et voilées par les mots, que seul son art parvient à porter et à retransmettre, douleurs et tortures que porteront aussi son pays lacéré par la guerre civile en 1997.

Son art, si intime, faisant écho aux ténèbres que chaque être humain peut ressentir et ne jamais exprimer, va lui valoir une reconnaissance internationale. Elle sera primée en 2006 du Prix de la Francophonie en France et du Montalvo Arts Center aux Etats-Unis ; élevée au rang d'officier

d'arts et des lettres par le ministre français de la Culture et recevra en 2019 le Prix Prince Claus aux Pays-Bas.

Elevée en dignité par ces différentes reconnaissances et enrichie d'innombrables expériences et échanges artistiques, Bill reste attachée à ses racines. La découverte de la peinture qui fût pour elle tout à fait fortuite a pourtant permis sa révélation à elle-même et aux autres et ce, grâce aux ateliers de peinture pour lesquels elle a ressenti une attraction viscérale. A son tour, elle a souhaité transmettre le flambeau, offrir l'opportunité aux jeunes artistes africains en général et congolais en particulier de se révéler eux aussi à eux-mêmes et au monde.

Elle crée alors Les Ateliers Sahm en 2006 à Brazzaville ; un centre d'arts qui sert à la fois d'espace d'exposition, d'échanges mais aussi de pépinière d'artistes et qui se veut avant tout convivial et calqué sur le mode de vie des Brazzavillois.

Depuis leur création, les Ateliers Sahm ne cessent de porter et de révéler aux Brazzavillois des artistes qui n'étaient jusque-là que très peu promus, leur donnant l'occasion d'échanges continentaux et internationaux pour une large diffusion de leurs oeuvres, contribuant à l'exportation du cru congolais vers le monde.

Dans un pays qui a été saigné par la guerre et différents évènements tragiques, dans lequel les artistes et leur art se font par eux-mêmes et échouent pour la majorité désespérément sur le rivage de leurs rêves et de leurs espoirs, voir une femme qui a consacré sa vie et aujourd'hui consacre sa reconnaissance à la promotion des arts congolais suscite de l'admiration. Que son authenticité soit encore la meilleure des valeurs qu'elle pourra de façon tacite transmettre à ses poulains.

Princilia Pérès

Interview

James Gassongo : « L'ascension sociale des autres est difficile à accepter »

Natif de Brazzaville, James Gassongo est financier comptable de profession, évoluant actuellement dans une société pétrolière au Congo. « Tuez-le-nous ! Le couloir de la mort », tel est l'intitulé du tout premier ouvrage de l'auteur qui à travers diverses scènes dénonce le complot, la haine, la violence au sein de la société. Dans cet entretien, il nous dévoile son contenu.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : James Gassongo, qu'est-ce qui vous a motivé à devenir écrivain ?

James Gassongo (J.G.) : J'ai beaucoup aimé la littérature depuis mon jeune âge. Si ma mère me parlait des classiques, mon oncle avait l'habitude de me présenter les livres dédicacés, parmi lesquels ceux de Sony Labou Tansi, Emmanuel Dongala, Tchikaya U Tam'si, Tati Loutard, Henri Lopes... La plupart de ces écrivains congolais, je les ai lus dans la riche bibliothèque de mon oncle. Ils m'ont beaucoup marqué, surtout Sony. Tout de suite je n'ai pas pensé à écrire, c'est à l'âge adulte que j'ai eu envie de le faire. C'est cette envie de faire valser les mots, de donner la voix aux sans-voix, de raconter ce qui vient de l'esprit, de l'imaginaire et parfois de raconter ce que l'on a vécu. C'est toujours cette envie de parler, de faire parler ou de raconter qui m'a motivé à écrire.

L.D.B.C. : Votre roman est intitulé « Tuez-le nous ! Le couloir de la mort », pourquoi un tel titre ? et quel est le message de fond de ce roman ?

J.G. : Il est vrai que ce titre interpelle, mais ce n'est pas une incitation au crime, c'est plutôt une dénonciation à travers une fiction. Le récit se déroule dans un pays imaginé. Le titre du roman dénonce cette envie de tuer, de détruire qui anime certaines personnes. Dans la société dans laquelle nous vivons, les gens, au lieu de cultiver l'amour, malheureusement ils sont là à aller vers la haine. Malgré la prolifération des églises, le message de l'évangile, curieusement on constate qu'il y a trop de haine, la haine dans les familles, la haine dans tous les milieux. Aujourd'hui, il est difficile d'accepter l'ascension sociale des autres. Dès que quelqu'un réussit dans la vie, dans une famille ou dans un milieu quelconque, il devient l'homme à abattre. Soit

il est accusé de sorcier, soit il est accusé d'occultiste, et il y a plus de haine que d'encouragement. Et ce roman dénonce à travers diverses scènes le complot, la haine, la violence qui sont en train de prendre des proportions alarmantes dans notre société.

L.D.B.C. : A quel type de lecteurs voulez-vous vous adresser ?

J.G. : En réalité je n'ai pas ciblé une catégorie de lecteurs. Ce livre est un message universel. Il peut être lu par des personnes de tous les continents, de tous les âges, et de tous les milieux socioprofessionnels, de toutes races.

L.D.B.C. : Où peut-on trouver cet ouvrage ?

J.G. : Pour l'instant l'ouvrage se vend en France, sur tous les sites internet, ou dans certaines librairies de la place de Paris ou des autres villes d'Europe. On peut donc le commander en France et partout dans le monde. Malheureusement chez nous au Congo,



les librairies ne commandent plus de livres, c'est à l'auteur de commander des exemplaires et de faire des dépôts dans les librairies. Je pense qu'avant la fin du mois de septembre, le livre sera

disponible à Brazzaville, notamment à la Fnac au Casino et à la librairie Le Manguier au siège des Dépêches de Brazzaville.

Propos recueillis par Aubin Banzouzi

Journée du manuscrit francophone

Trois auteurs congolais sélectionnés

Etienne Mutabazi, Zephy Milandou et Gilmar Miere sont les trois Congolais parmi les vingt auteurs des dix-neuf pays sélectionnés pour la 9e édition de la Journée du manuscrit francophone, prévue le 24 octobre prochain, en France.

Inspirée par la fête de la musique qui permet à tous les musiciens de jouer, la Journée du manuscrit francophone permet à tous les auteurs francophones de publier gratuitement leur livre, de décrocher un contrat d'édition, d'une diffusion gratuite de leur livre en librairie et, de tenter de remporter le grand prix du jury ou l'un des sept prix littéraires. Sur le plan international, cette journée du manuscrit francophone compte

désormais sur son compte Facebook avec près d'un million d'abonnés et reçoit aussi le soutien de l'Unesco ainsi que du Syndicat national de l'édition. Fondé en 2013 par les Editions du Net et Actualité en France, l'évènement a permis de publier, en huit ans, plus de trois mille livres des auteurs de trente-cinq nationalités différentes, avec plus de quarante-cinq mille exemplaires vendus. Selon le communiqué des organisateurs, depuis l'ouver-

ture des candidatures en mai pour cette édition, un engouement est constaté dans le dépôt des manuscrits, contrairement aux années précédentes. Près de trois cents livres ont été acceptés par le comité, dont les premiers sont déjà présentés sur le site actualité avec un extrait diffusé sur les réseaux sociaux. « *A travers les échanges que nous avons eus avec les milliers d'auteurs ces deux dernières années, nous constatons que l'écriture est devenue un loisir à part entière. En 2013, la motivation des participants était de trouver un éditeur et d'avoir du succès, aujourd'hui il*

s'agit de publier le livre que l'on écrit pour le plaisir », a expliqué Henri Majon, fondateur de la journée, sur le site Actualité.Le communiqué précise que les auteurs ont encore jusqu'au 30 septembre pour déposer leurs manuscrits, uniquement sur le site www.la.journeedumanuscrit.com. Chaque auteur présent à la soirée recevra deux exemplaires imprimés de son livre qui sera par la suite vendu en impression à la demande des Editions du Net. A ce titre, les auteurs vont percevoir 40% de leurs droits sur les ventes directes et 10% sur celles opérées en librairie. Par ailleurs, tous les livres seront publiés le 24 oc-

tobre 2021, lors de la Journée du manuscrit francophone, où le jury attribuera aux lauréats sept prix littéraires dans différentes catégories, à savoir nouvelles, roman, essai, témoignage, poésie, science-fiction et savoir. Les sept lauréats recevront vingt exemplaires de leurs livres destinés à la presse, avec une publication d'un extrait de chaque livre sur le site actualité et d'une promotion sur les réseaux sociaux. Le lauréat du Grand prix du jury bénéficiera par contre d'un contrat d'édition de dix mille euros ou d'un chèque de trois mille cinq cents euros.

Cissé Dimi

Cinéma

« Afrofuturistik » se projette sur l'avenir de l'Afrique

Cinq cinéastes de cinq pays africains, notamment Maroc, Nigeria, République démocratique du Congo, Rwanda et Kenya, se sont réunis autour du projet itinérant de courts métrages « Quartiers lointains », pour donner vie à un film épisodique intitulé « Afrofuturistik ».

Le film rassemble cinq courts métrages qui explorent l'avenir de l'Afrique et s'interrogent sur la capacité du continent à se projeter dans le futur et à narrer sa propre histoire, au-delà des images humanitaires ou de désespoir longtemps véhiculées sur les écrans et par les reportages télévisés.

Dans ce film à sketches, chacun y répond à sa manière. La Rwandaise Kantarama Gahigiri imagine le retour sur terre d'un cosmonaute resté trente ans dans l'espace. Avec humour, le Kényan Jim Chuchu scrute l'ascension fulgurante d'une jeune artiste contemporaine au cynisme



bien arrêté. Entre fétichisme et science-fiction, la Nigériane CJ Obasi filme les aventures de trois sorcières.

En salles depuis le 1er septembre, ce recueil de courts métrages donne la voix à de jeunes cinéastes du continent, qui s'emploient à libérer l'Afrique des clichés qui collent à la peau de ses habitants depuis des décennies.

Durly Emilia Gankama

Nuit de la série africaine

« Madame...Monsieur » sélectionnée au festival

La série camerounaise du réalisateur Ebenezer Kepombia, suscitant beaucoup d'engouement en Afrique et en Europe, a officiellement été sélectionnée pour une projection à la « Nuit de la série africaine » qui se tiendra le 24 septembre à Paris, en France.



Lancée en février dernier, la série camerounaise « Madame... Monsieur » est un chef d'œuvre qui laisse bon nombre de téléspectateurs, amoureux ou non du cinéma. Retranscription de la vie quotidienne des ménages de ce pays, elle aborde les problèmes auxquels font face les couples, notamment l'infidélité, la gestion des biens, la jalousie et bien d'autres. Mêlant à la fois amour et humour, elle est, si l'on peut le dire, la série camerounaise la plus appréciée et suivie. La fin, il y a quelques jours de la deuxième saison, a laissé les téléspectateurs sur une soif de connaître la suite. En effet, la projection de cette série à la « Nuit de la série africaine » s'inscrit dans le cadre

de la saison Africa 2020; grande plateforme culturelle ayant pour objectif la promotion et la valorisation des acteurs locaux du cinéma continental tout en donnant au public un aperçu du secteur audiovisuel. Soutenue par A+, Canal+, Nollywood Tv et en partenariat avec Patou films international, la «Nuit de la série africaine» accompagne la percée des acteurs africains, désormais dominant qui participent au succès d'audience, d'image et d'identité des chaînes de TV. Grâce aux séries, les téléspectateurs découvrent des fictions capables de tutoyer les meilleures productions cinématographiques, notamment en termes d'écriture scénaristique.

A cet effet, une programmation exceptionnelle des séries est proposée et à découvrir en avant-première ou en exclusivité durant toute une nuit.

Emma Lohoues, marraine de l'évènement

L'actrice et influenceuse web ivoirienne, Emma Lohoues, sera une fois de plus présente à ce beau rendez-vous de grande envergure dédié au secteur culturel en qualité de marraine. Elle n'a pas hésité d'exprimer sa joie face à cette invite tout en la partageant sur sa page Facebook. « *J'ai le plaisir de vous annoncer que je suis la marraine de la «Nuit de la série africaine» qui aura lieu de 18h à minuit, le 24 septembre 2021 à Paris, au cinéma L'Arlequin. Venez nombreux célébrer le cinéma africain* », a-t-elle posté le 23 août dernier.

Gloria Lossele

Série-documentaire

Jada Pinkett-Smith annonce une production sur les reines africaines

L'actrice, parolière, productrice et chanteuse américaine va produire, pour Netflix, une série-documentaire sur les reines africaines.

La série-documentaire mettra en exergue quelques reines africaines dans le but d'éclaircir les histoires et les leçons de ces femmes puissantes, ainsi que leur force, leur leadership et leur influence indéniable dans l'histoire du continent. Chaque saison de cette production s'appuiera sur l'histoire d'une des différentes reines sélectionnées dans le cadre de la réalisation de cette série-documentaire. Dans la première saison, la réalisatrice se penchera sur l'histoire de la reine égyptienne Cléopâtre, l'une des femmes les plus puissantes et les plus incomprises de l'histoire. Tandis que dans la deuxième saison, Jada Pinkett-Smith racontera les péripéties de la reine angolaise Njinga Mbandi, reine guerrière du 17e siècle des royaumes Matamba et Ndon-

go. La série-documentaire fera également l'objet d'un mélange d'interviews d'experts et d'autres contenus documentaires avec des documentaires pour une reconstitution scénarisée haut de gamme.

Excitée à l'idée de ce projet, la réalisatrice américaine estime que cette série-documentaire sera en quelque sorte un moyen pour elle de mettre en lumière les récits peu connus mais très inspirants. « *En tant que mère d'une jeune femme noire, il est extrêmement important pour moi que ma fille apprenne les leçons des reines africaines qui ont ouvert la voie à notre succès et au succès de générations de femmes noires* », a indiqué Jada Pinkett-Smith.

Pour ce faire, ce projet, dont les dates de tournage et de



Jada Pinkett-Smith/DR

sortie restent à découvrir, connaîtra la participation de plusieurs scénaristes et producteurs exécutifs, entre autres, Peres Owino ; NneNne Iwuji ; Westbrook ; Miguel Melendez ; Terence Carter ; Sahara Bushue ; David Boorstein. En rappel, Njinga

Mbandi, reine du royaume Ndongo et Matamba, a marqué l'histoire de l'Angola du 17e siècle. Fine diplomate, habile négociatrice et redoutable stratège, Njinga opposa une résistance tenace aux projets coloniaux portugais et ce jusqu'à sa mort, en 1663.

Cléopâtre, quant à elle, régna sur l'Égypte entre les années 30 et 51, avant Jésus-Christ. Elle est célèbre pour avoir été la compagne de Jules César puis de Marc Antoine avec lesquels elle a eu plusieurs enfants.

Gloria Lossele

Culture africaine

Les rendez-vous du mois de septembre

Retrouvez quelques rendez-vous phares de la culture africaine prévus courant ce mois en format hybride, notamment en mode virtuel ou en présentiel.

Festival international des films de la diaspora africaine

Du 3 au 9 septembre, le Festival international des films

de la diaspora africaine (FIFDA Paris 2021) proposera sa onzième édition 100% en ligne du fait de la situation sanitaire. Au programme, des productions de onze pays, dont Haïti, Rwanda, Namibie, Cameroun, Maroc... pour explorer l'Histoire de l'Afrique et de sa diaspora.

Exposition des œuvres de l'Angolaise Ana Silva

À partir du 4 septembre, la galerie parisienne A-Magnin met en lumière la première exposition jamais organisée en France d'Ana Silva. Une trentaine d'œuvres où l'artiste angolaise interroge sa propre histoire et celle de sa famille.

«La nuit des rois» en salles en France

Le 8 septembre sort en salles, en France, le film «La nuit

des rois» (Côte d'Ivoire), de Philippe Lacôte, une mise en scène époustouflante dotée d'une écriture cinématographique novatrice et ambitieuse pour raconter une histoire insensée se déroulant dans l'une des prisons les plus surpeuplées d'Afrique de l'ouest, la Maca.

Salon d'art moderne et contemporain

Du 9 au 12 septembre, Art Paris sera le premier salon d'art moderne et contemporain à intégrer le Grand Palais Éphémère. La 23e édition réunit 140 galeries d'une vingtaine de pays, dont la Côte d'Ivoire, mais aussi d'œuvres d'artistes africains, comme le Marocain Hicham Berrada ou le Burkinabè Adjaratou Ouedraogo.

Le Nigérian Joseph Obanubi à l'exposition Liberté masquée

L'exposition Liberté masquée propose, à partir du 15 septembre à l'Espace Christiane Peugeot, à Paris, de découvrir quatre artistes de quatre continents, dont Joseph Obanubi, né en 1994 à Lagos. L'artiste nigérian aborde la difficulté d'accès à l'eau potable au Nigéria et les dangers encourus par les femmes en charge de sa collecte. Dans son travail artistique, il explore aussi les questions identitaires en les transformant dans une esthétique afro-futuriste.

G.L. et RFI

FIFDA PARIS 2021
11e FESTIVAL INTERNATIONAL DE FILMS DE LA DIASPORA AFRICAINE
Du 3 au 9 septembre 2021
FESTIVAL 100% EN LIGNE
FRANCE, SUISSE, BELGIQUE, LUXEMBOURG, GUADELOUPE, MARTINIQUE, GUYANE, REUNION
FIFDA.ORG

Achetez Votre Pass



Littérature

Wilfried N'Sondé revient avec un nouveau roman

Paru le mois dernier aux éditions Actes Sud, le nouvel ouvrage de l'écrivain congolais est intitulé « Femme du ciel et des tempêtes ».

L'écrivain franco-congolais a réuni autour d'un récit une étonnante galerie de personnages dont un anthropologue d'origine congolaise, une médecin-légiste germano-japonaise, un shaman Nenets, un zoologue français, un cruel mafieux russe et son homme de main, ou encore trois chiens nommés Staline, Castro et Mao.

Son roman aux allures de thèse sur le rapport de l'humain au monde et à la nature embarque son lecteur dans la sépulture d'une reine à la peau noire endormie sous le permafrost depuis plus de dix mille ans, avant de se révéler à un chaman de la tribu des Nenets, dans la péninsule de Yamal. Un dialogue inédit s'amorça alors entre la femme surgie des ténèbres gelées et le chaman. Ravi, il ouvrit son cœur à celle qui avait transcendé les frontières du temps. Mais, derrière l'allégresse, la reine à la peau noire discerna la douloureuse épreuve que le chaman endurait. L'homme était aux abois, torturé par des questions qui demeuraient sans réponse.

Il souffrait, seul face à des dangers qui menaçaient de détruire totalement ce qu'il chérissait le plus : cet endroit merveilleux au bord de l'océan Arctique où il s'était retiré pour échapper à la folie prédatrice des hommes. Très ému de se trouver en présence d'une interlocutrice originaire du pays des ancêtres défunts, le chaman entendait ne rien lui dissimuler et l'infor-

ma des périls qui assombrissaient aujourd'hui le ciel de leur terre bien-aimée. Il lui révéla la fragilité de son lieu de retraite : son équilibre vacillait depuis que des satellites avaient repéré la présence de gaz en grande quantité dans le sous-sol. La nouvelle avait suscité un immense intérêt pour ce territoire oublié, dont les ressources naturelles promettaient un formidable essor économique.

La terre allait être torturée, éventrée, la pollution arriverait et contaminerait bientôt les centaines de rennes qui y transitaient. Les familles des derniers éleveurs nomades qui fréquentaient la zone peineraient davantage à survivre et finiraient peut-être par disparaître. L'industrie confisquerait leur habitat naturel à de nombreuses espèces, des plus petites aux plus grandes. Face à ces périls, un sursaut était nécessaire. L'urgence s'imposait au chaman, il se trouvait dans l'obligation d'agir avec empressement.

Décidé à protéger un territoire naturel menacé par l'exploitation gazière, le chaman demande de l'aide à un scientifique français et ami, dans l'espoir que celui-ci saura mobiliser les écologistes du monde entier.

Sur 272 pages, Wilfried N'Sondé étale des aventures palpitantes qui abordent des thématiques essentielles telles que le respect de la nature, le partage et la transmission entre les peuples ainsi que la communication entre mondes visible et invisible.

Durly Emilia Gankama

Les immortelles chansons d'Afrique

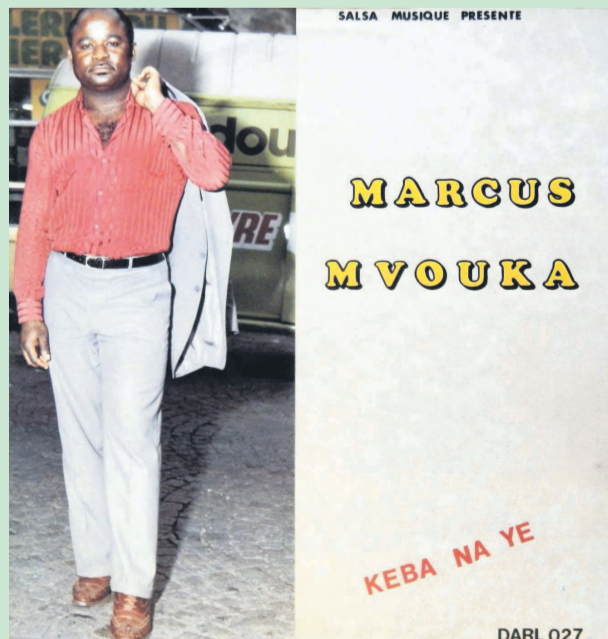
« Keba na ye » de Marcus Mvouka

Marcus Mvouka a surfé sur la vague du succès avec « Keba na ye », chanson qui incite à la vigilance et à la prudence dans un monde où nos véritables ennemis ne sont que ceux qui nous entourent.

A l'origine de l'album, deux hommes, Marcus Mvouka et le guitariste Pablo Lubadika Porthos. A Paris, où ils se sont rencontrés, le second a ouvert la porte des Editions « International Salsa Musique » au premier. Un disque microsillon 33 tours, référencé DAR. 027, naîtra par la suite. Il scelle alors la carrière de Marcus.

« Keba na ye » signifie « Fais attention à lui ». Cette expression est une mise en garde. Selon l'auteur, tous ceux que nous appelons amis, pour la plupart des cas, finissent par nous trahir. « *Akoboma yo ndeko, moninga boliaka, botambolaka na ye mama azali songeur. Akobomayo sala keba, moninga bovandaka, bofutela ndako elongo nde mauvais témoin. Akoboma yo keba na ngue, moninga boliaka, bolatana bilamba mama azali yuda* ». « *Il va te tuer, mon frère, l'ami avec lequel vous mangez, vous marchez, c'est lui le médiant. Il te tuera, fais attention, l'ami avec lequel vous êtes ensemble, vous louez la même maison, c'est lui le faux témoin. Il te tuera, fais gaffe, l'ami avec lequel vous mangez, vous vous échangez les habits n'est en réalité*

qu'un Judas ». Enregistré au studio Laguna, cet album, dont la prise de son et le mixage ont été effectués par Dominique Urruty, assisté de Richard Dick, a connu la participation aux chœurs de Léa Lignanzi, Bhy Gao, Fidèle Zizi, André Pammoniel. Il est à noter que Pamelou Mounk'A et Ballou Canta interviennent dans le titre « Nzo-to eza mabele » qui figure dans la deuxième piste



de la face B. Dans ce vinyle, le travail abattu par l'artiste Pablo Lubadika mérite d'être signalé. Il y joue toutes les guitares. Domingo Salsero exécute la batterie et les percussions. La trompette, le saxo alto, le saxo ténor et le trombone sont respectivement assurés par Manga Jerry, Priso, Ben's et Roger Kom.

Né en 1946, en République du Congo, Marcus Mvouka fait ses débuts dans la musique dans la fanfare nationale comme trompettiste. Vers les débuts des années 1970, il va s'intéresser au chant et va côtoyer plusieurs artistes chanteurs, dont Ballou Canta. Dès lors, il troquera la trompette contre le micro. C'est à partir de 1980 qu'il s'imposera comme chanteur. La consécration se fera avec l'album « Keba na ye », en 1982 alors qu'il est âgé de 36 ans. Après cela, il enregistrera avec l'artiste Emmanuel Bouétoumoussa, l'un des héros dans l'ombre de la musique congolaise moderne, un deuxième 33 tours, titré « Cri d'alarme ». Marcus est mort dans l'anonymat. Il nous a laissé un héritage culturel fait des chansons dont les contenus restent toujours d'actualité.

Frédéric Mafina

Lire ou relire

« Congo couleur nuit » de Osvalde Lewat

Publié aux éditions Phénix en 2015, en France, l'ouvrage met en lumière les habitants de Kinshasa et de Lubumbashi vivant et travaillant en dehors du schéma classique de la société.

Le livre a été écrit à la suite de la rencontre de l'auteure avec une fille qui vit dans la rue, au gré du destin. A travers elle, l'auteure a fait de nombreuses rencontres où elle a eu la chance de pouvoir capturer les instants de femmes commerçantes qui travaillent de nuit, très tard; des hommes qui regardent la vie en face et acceptent de relever le défi qu'elle leur lance; des enfants qui, malgré la précarité de leur condition, sont les princes de leur territoire, de leur univers; des jeunes filles et garçons qui acceptent de mettre une pause à la frénésie de leur vie nocturne le temps d'une photo.

Tout commence au Katanga pour Osvalde Lewat, lors d'une soirée dans une concession minière avec les ouvriers, dans un parcours au marché de Lubumbashi à travers quelques rencontres fortuites, enrichissantes à Kamalondo. Lumière, décor, atmosphère,

énergie ont nourri son désir de raconter le monde en images. Dans sa démarche, elle a su s'armer de patience pour établir une relation de confiance avec ces personnages. Pour intégrer la communauté, Osvalde Lewat est d'abord passée par les enfants, en leur confiant des objets afin de leur prendre des photos. « Dans le silence on se dit beaucoup de choses. C'est ce niveau de proximité et de confiance que j'ai pu atteindre avec ces personnes rencontrées au Congo et qui m'a permis de réaliser ce travail. J'ai mis deux à trois ans pour les photographier car je ne voulais pas être celle qui venait leur prendre quelque chose, je voulais être celle à qui on donne », a expliqué Osvalde Lewat.

Pas de mise en scène ni de lumière artificielle. Ces images poussent à regarder l'essentiel. Comme un miroir, le plus important à travers

les photographies est que chacun raconte sa propre histoire. En appréhendant ses sujets dans le respect de ce qu'ils sont, l'auteure a réussi à capturer, dans une authenticité unique, une part d'eux qu'ils n'auraient partagé avec personne d'autre. « Ce sont des personnes exceptionnelles qui vivent dans la fragilité, dans la précarité, mais qui ont une force de caractère incroyable. Ces personnes qui se tiennent debout alors qu'elles sont dans un endroit où il n'est plus toujours très simple de vivre », indique l'auteure.

Diplômée de sciences po Paris et de journalisme à Yaoundé, Osvalde Lewat est réalisatrice et écrivaine, originaire du Cameroun. Elle a été plusieurs fois primée à travers le monde, avec la réalisation de plusieurs documentaires, notamment « Le calumet de l'espoir », « Au-delà de la peine » tourné en 2003, « Une affaire de nègres », l'un de ses films qui a reçu plusieurs distinctions.

Cissé Dimi



Voir ou revoir

« Le neveu de l'homme fort » d'Adama Roamba

D'une durée d'environ 1h 38 mn, le film est une véritable satire contre l'abus de pouvoir et le népotisme qui gangrènent la plupart des sociétés africaines.

Comme les précédents films du réalisateur burkinabé Adama Roamba, «Le neveu de l'homme fort» s'inscrit dans le sillon des comédies dramatiques douces-amères qui emmènent à s'interroger sur les maux qui minent l'Afrique. Avec humour et gaieté, le film se veut une réflexion ambitieuse, une prise de conscience ainsi qu'une transmission de valeurs, surtout à l'endroit de la jeunesse qui est l'avenir de demain.

Après avoir passé vingt-cinq ans à la tête d'un pays, un parti politique se voit décrié à cause des abus de ses dignitaires. Parmi eux, le neveu direct du président est le plus critiqué pour ses agissements. Le trafic de la Constitution par voie référendaire est la goutte d'eau qui fait déborder le vase qui fera sombrer le pays dans un bras de fer opposant le peuple aux dignitaires du pouvoir. Des hommes et femmes bien décidés à user de tous les moyens pour se maintenir en place. Cependant, la fièvre des événements révélera une suite inattendue.

Ce film peint la réalité politique de nombreux Etats africains où tensions politiques riment souvent avec le non-respect et la manipulation des textes juri-



diques. Dans cette fiction, Adama Roamba a tenu à se rapprocher de la réalité en posant un regard juste sur des faits de société qui ne cessent de profiter à une catégorie de population, au détriment d'une autre : corruption, népotisme, intimidation, prostitution, débauche, pauvreté, violence policière, meurtre, etc.

Réalisateur aguerri qui aime autant divertir que sensibiliser dans ses fictions, Adama Roamba a su rester particulièrement synchrone dans le déploiement du scénario afin de proposer au grand public une œuvre qui, tout en s'enracinant localement, relève tout autant de l'universel.

«Le neveu de l'homme fort» est sans nul doute un film très instructif. Avec une histoire à la fois simple et intéressante devant permettre de tirer des leçons sur l'avenir du continent, l'œuvre doit notamment son charme à un ensemble d'acteurs très convaincants à l'écran, au premier rang desquels Saturnin Milla interprétant le PDG, Joseph Tapsoba incarnant le protocole VIP, Stéphanie Barbara jouant le rôle de Mimi, Ollilia Yonli dans le rôle de la secrétaire, Augusta Palenfo dans le rôle de la dame d'affaires du parti, et biens d'autres.

Merveille Jessica Atipo

Vient de paraître

« Mi-figue, mi-raisin ? il ne faut jurer de rien » de Benoît Moundélé-Ngollo

L'auteur congolais vient de signer un nouveau recueil de seize textes publié le premier septembre aux éditions Hemar à Brazzaville.

La constance est la caractéristique principale que le lecteur attentif peut chérir dans la plume atypique de Benoît Moundélé-Ngollo. L'auteur est resté fidèle à sa manière d'écrire qui dénote une certaine originalité, avec des vers en prose centrés, dont la ponctuation suit le rythme de l'oralité d'un sage chef coutumier, d'un chef de troupes, ou d'une élite politique habituée à donner des instructions claires et adaptées au contexte. Ces trois facettes de la personnalité de l'écrivain transparaissent visiblement dans son écriture anticonformiste qui vise avant tout de transmettre un message utile pour l'éveil des consciences de ses contemporains et de la postérité, face aux maux universels qui déboussolent la planète Terre.

Benoît Moundélé-Ngollo, toujours critique surtout envers lui-même puis envers la société, s'adresse, en observateur objectif et lucide et par un jeu de dialogue-monologue, à Dieu son Créateur, à Jésus son unique Maître et sauveur, à ses potentiels lecteurs, aux hommes de lettres de sa patrie et aux gouvernants des nations africaines postcoloniales. Il s'agit des textes référentiels comme « Entretien avec mon père céleste » (page 145), « Le port de la croix » (page 19), « Arguments pour une plaidoirie » (page 39), « Hommage à Pierre Ntsemou de son vivant » (page 276), « Appel ou message à la femme et à l'homme de lettres congolais » (page 299), « Entretien avec mon père terrestre » (page 182).

A côté de ces titres, il y en a aussi



d'autres, tels que « Nous nous connaissons tous » (page 161), « Le policier et le dealer » (page 226) et « Les chocs de civilisation » (page 209) qui dénoncent, avec humour et dans une feinte littéraire, les contrevaleurs modernes et la destruction de l'environnement. L'hilarité du style de l'auteur et sa sagesse sont mises en évidence dans le reste des discours que le lecteur découvrira avec plaisir : « Jeux de mots avec des mots qui s'entrechoquent en zigzagant » (page 253), « Une avalanche de pensées du jour en vrac » (page 119) ... enfin « Comprenez-vous cela ? » le nœud gordien qui permet d'appréhender le sens du titre de ce recueil « Mi-figue, Mi-raisin ? Il ne faut jurer de rien ». Devant la persistance du mal, l'écrivain n'est pas censé battre en retraite en abandonnant l'arme de la plume qui peut encore stimuler la société à faire le bien. C'est dans cette perspective que Benoît Moundélé-Ngollo a repris son tablier d'écrivain. L'ouvrage sera présenté le 22 septembre à Brazzaville.

Aubin Banzouzi

Art contemporain

La Riac débute ce 3 septembre

La neuvième édition de Rencontre internationale d'art contemporain de Brazzaville (Riac) commence ce 3 septembre à Brazzaville, sur le thème « Habiter la terre ».

Organisé par les ateliers Sahm en partenariat avec l'Institut français du Congo (IFC), l'évènement réunira en biennale des artistes venant de plusieurs pays d'Afrique, du 3 au 25 septembre, dans la capitale congolaise. La Riac se poursuivra en itinérance avec les artistes nationaux jusqu'en décembre prochain, dans les différents quartiers de Brazzaville et différentes localités du pays à l'instar de NKayi, Dolisie, Owando, Oyo et Pointe-Noire.

La rencontre sera ponctuée par les workshops, les débats d'idées, les performances dans les rues de Brazzaville, les concerts, les spectacles de théâtre et de danse, les expositions d'œuvres d'art, des projections cinématographiques.

A travers son thème inspiré de l'ouvrage Nous habitons la terre de Christiane Taubira, l'ex-ministre française et Garde des sceaux, cette neuvième édition rappelle aux uns et autres que malgré les appartenances culturelles, raciales, religieuses et politiques, tout le monde partage les réalités de cette planète, de manière quasi instantanée, à quelques fuseaux horaires près. Initiée par Bill Kouelany, artiste, écrivaine et scénographe congolaise, la Riac est une plateforme qui a pour objectif de promouvoir l'art et le partage des savoirs. Elle offre plus de visibilité à la création artistique congolaise sur la scène internationale et promeut les différents domaines culturels du Congo en particulier et africain en général.

Durly Emilia Gankama



Littérature

Fann Attiki remporte le prix « Voix d'Afriques » 2021

Le jeune auteur congolais vient d'être récompensé pour son premier roman intitulé « Cave 72 », une fiction qui se déroule dans un bar mythique au Congo-Brazzaville.

Le manuscrit de Fann Attiki, sélectionné parmi cinq finalistes et trois cent cinquante textes, a remporté le prix «Voix d'Afrique» lors des délibérations du jury présidé par l'écrivain Abdourahman A. Waberi et un comité composé de journalistes, éditrices, blogueurs, libraires, auteurs et responsables culturels venant de France, de Côte d'Ivoire ou de Mauritanie, entre autres.

Publié chez JC Lattès, « Cave 72 » nous plonge dans l'univers de trois jeunes congolais, Verdass, Ferdinand et Didi, qui se retrouvent chaque jour à la Cave 72, un bar mythique de Brazzaville pour oublier, autour d'un verre de bière, leur quotidien rythmé par les tracassés administratifs, les aléas de la politique et les difficultés sociales du Congo.

Un jour, le secrétaire au Conseil

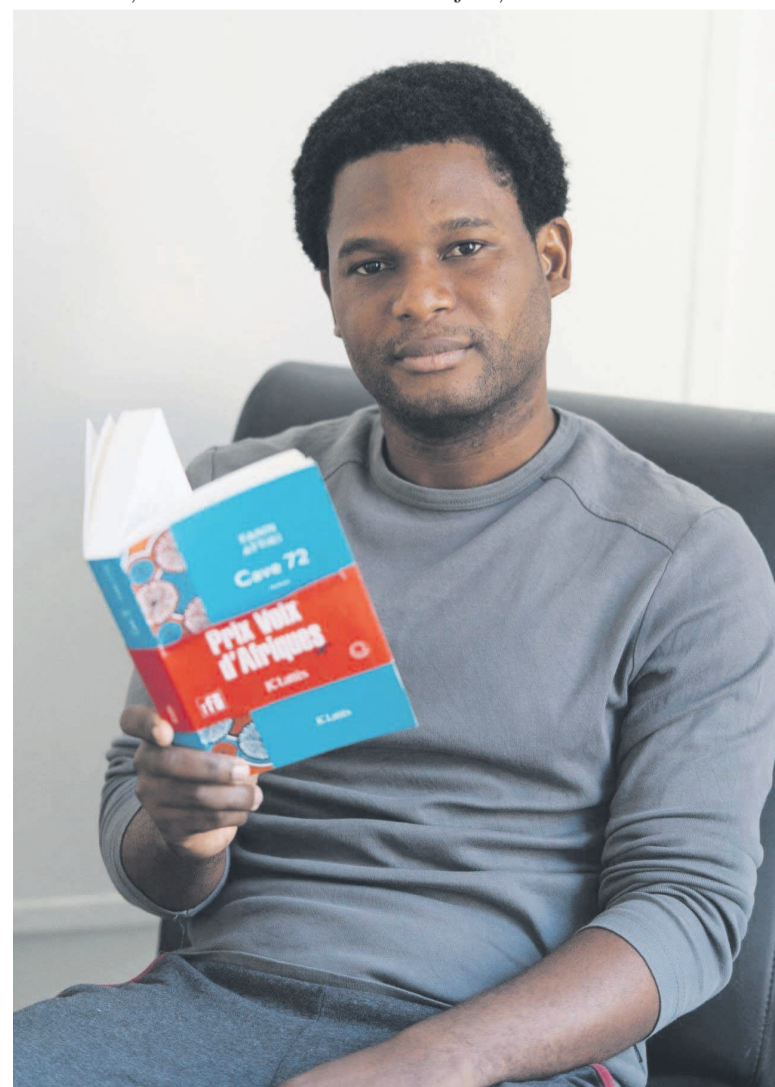
national de sécurité du pays désigne ces trois jeunes innocents comme les coupables d'un complot visant l'Etat et le président. Pris dans la nasse de ce complot, Verdass, Ferdinand et Didi se révoltent pour prouver leur innocence. Soutenus par un peuple qui se bat face à l'injustice, se soulève, brave l'armée et espère aux meilleurs lendemains, les trois jeunes deviennent des héros malgré eux.

Dans un discours multilinguistique, qui mêle le français au lingala, au kituba ou encore au lari, Fann Attiki Mampouya nous emmène à la croisée du roman policier, avec un meurtre à la clé; du roman politique, avec les coulisses peu reluisantes du pouvoir; et du roman satirique, avec un ton humoristique. Dans ce livre, les jeunes congolais refont le monde et pointent les failles du système à travers les thèmes abordés dans l'ouvrage : corruption, machination, désillusion d'une partie de la jeunesse.

Amoureux du slam et des livres, Fann Attiki a commencé par être slameur avant de devenir écrivain. Installé à Brazzaville depuis 2016, auteur de nouvelles à ses débuts avant de se lancer dans l'écriture de ce premier roman, aujourd'hui récompensé. Un coup de maître.

Initié par les éditions JC Lattès et RFI, en partenariat avec la Cité internationale des arts, « Voix d'Afriques » est un prix littéraire destiné à faire émerger les jeunes plumes de langue française du continent africain. Il s'adresse à toute personne majeure, de moins de 30 ans n'ayant jamais été publiée et résidant dans un pays d'Afrique.

D.E.G.



Fann Attiki tenant son roman «Cave 72»

Vient de paraître

« Rendez-vous à Matadi » de Sosthène Mova Kawen

Après une nouvelle puis un recueil de poèmes, c'est pour le genre romanesque que s'est penché le cœur de la jeune écrivaine, originaire de la République démocratique du Congo (RDC). «Rendez-vous à Matadi» raconte une histoire d'amour née au milieu du désespoir.

Comme dans ses deux premiers ouvrages, on retrouve la reproduction du

Sosthène Mova Kawen demeure dans le registre engagé pour parler d'amour et des réalités socio-politiques dans la société congolaise, sa terre natale.

L'histoire contée est précisément celle d'un soldat, un grand blessé de guerre qui arrive à l'hôpital de Matadi, après avoir vécu de plein fouet les combats meurtriers qui affligent

la RDC. La jeune infirmière qui le reçoit lui dispense des soins plus attentifs qu'aux autres. Entre les deux personnages naît un sentiment profond et subtil d'amour, empreint de délicatesse et de dignité.

La sobriété de la langue de Sosthène, la finesse de sa plume ont donné vie avec brio à cette histoire d'amour toute en nuances et pleine de retenue. Ce, sans occulter le paysage politique où s'inscrit ce récit à multiples voix.

Publié aux éditions Nzoï, le roman contient soixante-douze pages. A la couverture du livre,

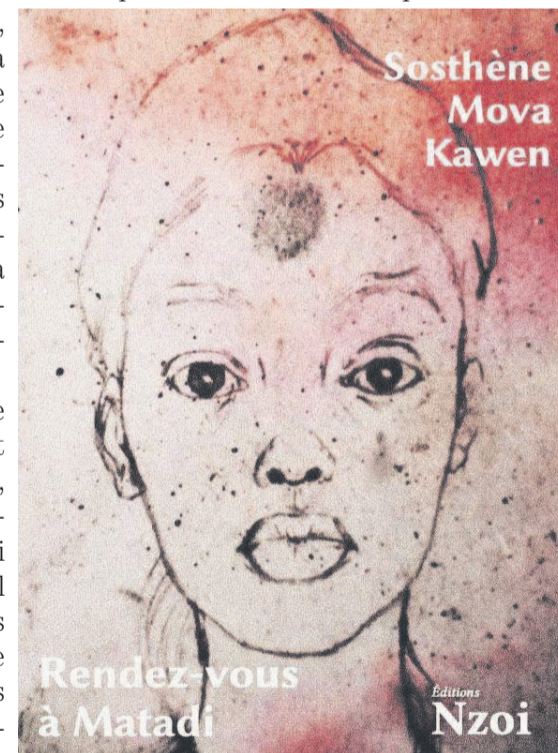


tableau de la peintre congolaise Sardoine Mia. Intitulé Myself, le tableau est un autoportrait de son autrice réalisé en 2017 à Brazzaville.

Juriste de formation, Sosthène Mova Kawen est née à Lubumbashi. bercée par les classiques francophones et passionnée par les romans, c'est en 2018 qu'elle a publié son premier livre aux éditions L'Harmattan, « Parcelles de vie », dans lequel elle soulève les problématiques sentimentales, juridiques, politiques, éducatives et bien d'autres.

Merveille Jessica Atipo

Tollé sur la toile

Le viol pour divertissement...

En pensant vouloir sensibiliser l'opinion publique à la question des violences fondées sur le genre, précisément le viol, une célèbre chaîne de télévision ivoirienne et un de ses animateurs tout autant célèbre ont commis l'irréparable...

Dans la nuit du 30 août 2021, se produisait en plein direct sur « La Nouvelle chaîne ivoirienne », une hécatombe en termes de valeurs humaines et de dignité de la personne.

L'animateur de l'émission « La Télé d'ici vacances », Yves De Mbella, fort de son assurance, recevait un ancien violeur, ayant agressé plusieurs femmes, fait la prison et récidivé ses crimes mais se disant repentant ; et venait raconter avec une légèreté déconcertante sa vie de criminel.

Si l'émission avait pu être passable jusque-là pour les téléspectateurs, est vite arrivé l'instant fatidique où le pire a été commis. L'ex-violeur a été conduit vers une estrade à montrer comment il procédait lors de ses viols. Comme s'il s'agissait d'un banal tutoriel, l'ancien violeur, encouragé par l'animateur vraisemblablement emporté par le moment,

reproduisait étape par étape, comment il abordait et neutralisait ses victimes. La scène paraissait tout droit sortie d'un monde parallèle où les antivaleurs seraient reines.

Dans un dialogue tout à fait improbable, le violeur et son accompagnateur l'animateur ont tenté de violer le mannequin expressément mis à disposition pour cette reconstitution, mannequin qui symbolisait là toutes les femmes abusées, violentées, un jour où tout a basculé pour elles ou de façon récurrente, traumatisées à vie, à en perdre leur confiance en elles, en la gent masculine et en la vie, à tout jamais angoissées par l'effleurement de la main d'un homme, incapables d'avoir une intimité normale même dans leurs mariages, exclues, bannies, voilées par la honte et la culpabilité et parfois, se donnant la mort. Dans une quête de divertisse-



Les manifestants devant NCI à Abidjan pour dénoncer la culture du viol/DR

ment à en perdre l'essence humaine qui différencie cette race qui se veut supérieure au bestial, cette chaîne a mis en lumière la dégradation des mœurs de la société africaine. Cet acte aussi répréhensible soit-il ne peut être le fruit d'un diabolin apparu subitement sur les épaules de l'animateur et de ses équipes.

De même, avant qu'un sujet ne soit validé, programmé et diffusé, aussi acclamé par le public en présentiel, la chaîne de production est longue et, quels que soient les besoins de divertisse-

ment, un pareil acte ne peut être ni approuvé ni applaudi.

Les habitués de l'émission qui se sont exprimés sur la toile reconnaissent à son animateur une certaine légèreté et une disposition à la provocation concernant les sujets liés au genre et à la sexualité, mettant parfois ses invités hors de leur aise.

S'il est vrai qu'Yves De Mbella s'est distingué par son talent, à en être élevé en dignité dans son pays d'origine et dans le monde, il n'en demeure qu'il n'est pas au-dessus des valeurs morales africaines et

simplement humaines, ni même au-dessus de la loi.

Après des réactions d'indignation dans le monde et sur la toile, des sanctions ont été prises contre les autorités compétentes, contre l'animateur et contre sa chaîne qui au passage lui a donné vacance définitive de ses services.

Sur un continent où la femme est considérée et traitée comme une sous-espèce, forcée à demeurer dans une position de servitude, et qui se voit souvent réduite à un objet sexuel, de tels actes doivent créer des déclics et occasionner un profond changement des mœurs et renouvellement de l'éducation donnée aux garçons et aux filles.

« Lutter contre les violences sexuelles, c'est emmener les hommes à comprendre que les femmes ne sont pas des objets, que les femmes sont aussi égales aux hommes et qu'elles sont créées aussi à l'image de Dieu », dit le Dr Denis Mukwege.

Princilia Pérès

Evocation

Mwana Okwèmet, le fétiche et le destin (22)

22- Le salaire de la peur

Ngaleyko'o n'avait pas fini de proférer ses menaces que déjà sa voix fut couverte par un brouhaha de vociférations. Comme une houle marine, indignation et colère montèrent des poitrines, s'infiltrèrent à travers des gorges et s'abattirent comme des rafales de gouttes de pluie sur les miliciens pris à partie par l'assistance. Les hommes étaient tout aussi furieux que les femmes, lesquelles, debout ou en mouvement, se désespérèrent sur le sort de Bèlet. Particulièrement visées, Lembo'o-la-Mbongo et Mwabouéré amba Djèli, la mère de Nia'ndinga poussèrent des cris de douleur comme si un métal tranchant les avait subitement transpercées. A présent, les deux femmes et leur compagnie poussaient des cris et couraient désespérées dans la cour du village. Lembo'o invoqua son défunt époux : O ! léopard tacheté aux crocs redoutables : Viens, o ! spectre, viens ! les assaillants sont de retour ; Viens, O ! spectre, viens nous délivrer de cette humiliation ; Comment ! le meurtrier du père se délecte de sa barbarie devant les enfants de sa victime ; Comment ! Le meurtrier exige comme épouse la fille de sa victime ! O ! spectre, o ! sacrilège. O ! Mboundjè-o-Bèlet, Viens, o ! spectre, viens, O ! Héros, viens et vois Le trou insondable de notre humiliation.

Entretemps, dès la fin de l'exposé de Ngaleyko'o, le patriarche E'Guendé, le visage sévère marqué par un rictus avait levé la séance. Selon la procédure des débats, il devait avant d'esquisser toute réponse consulter les siens derrière la maison et porter l'opinion retenue devant tout le monde.

Etumba Omba'ndza, encore appelé Etumba-la Ngoungou, neveu d'Obambé Mboundjè réputé pour sa ténacité resta égal à son tempérament :

Depuis la mort de Mboundjè-o-Bèlet, avons-nous été servi autrement que par ce qui nous arrive aujourd'hui ? Car, le vide laissé par le héros a révélé à toute la terre qu'il était seul au milieu des couards et des hypocrites. Il était l'arbre qui cache la forêt. Vous

êtes indignés, j'en conviens parce que nous sommes touchés de plein fouet mais, ces humiliations vous le savez ne datent pas d'aujourd'hui. Nous sommes toujours prompts, entre nous, aux pires excès, à l'agressivité sauvage, quand il ne s'agit que de peccadilles. Nous sommes amorphes et tétanisés quand il s'agit de nous défendre face à une agression extérieure. Montrez-moi le héros qui s'est jeté sur ces Chéchias rouges quand ils violent nos femmes, quand ils ravissent nos femmes, quand ils nous enchaînent et nous traînent nus, la corde au cou comme de vulgaires bêtes vers des lieux de travaux forcés et autres tortures. Quand ils nous passent à tabac devant femmes et enfants en pleurs alors que le village cloîtré dans la lâcheté regarde impuissant le martyr de ses enfants.

Il s'interrompt, scruta les visages aux mâchoires cadencées par la colère qui buvaient ses paroles. Il se sentit poussé des ailes.

En vérité, en vérité, les Gbakoyo, les Tabba, et tous les consorts savent que nous ne sommes qu'un tas de poltrons, de couards, de lâches incapables de faire le moindre mal à une mouche. Il y a quatorze ans, ils ont inoculé dans nos veines l'effroi, nous tremblons, nous sommes terrorisés maintenant par leur apparition. C'était écrit, tôt ou tard, nous devrions payer les conséquences de cette peur. Et, je vous le dis, et, je le jure par le pagnon inviolable de ma sœur, je le jure par Osséré-o-Ngwaka, l'humiliation est le salaire de la peur. Nous sommes devenus des esclaves parce que nous avons peur des Mbolos-Mbolos. Devrions-nous encore nous étonner si Ngalefourou l'Obambé et Nia'ndinga amba Okandzé sont en voie d'être enlevées à leurs légitimes fiancés alors qu'elles sont sous la garde des parents en attendant le jour de leurs noces !

Etumba-la-Ngoungou était le gardien de la maison d'Obambé Mboundjè et le père foncier de ses enfants. Si E'Guendé disposait de l'autorité patriarcale comme héritier du père, c'est le neveu utérin de ce dernier

qui détenait les clés du pouvoir foncier de son oncle et l'attribuait en cérémonie officielle au remplaçant du père. Etumba était connu et respecté pour sa bravoure. Il avait participé aux côtés du prince nga'Atsessé au maquis d'Assonni et, avait signé la capitulation à Pombo sans cesser d'être subversif. A la fin de son harangue, chacun avait compris : Bèlet devait vaincre la peur, et éviter une nouvelle humiliation. Si jadis, les pères furent tués et le village dispersé sans combat, des années après face à une nouvelle agression, Bèlet ne devait pas tolérer l'enlèvement de ses filles sans réagir.

Lorsqu'E'Guendé reprit la parole, ce fut pour appuyer son cousin. Il fallait se saisir des douze miliciens, les garder en otages et exiger de les échanger contre le renoncement de Gbakoyo et Tabba de mêler leur sang avec celui des filles de leurs victimes.

Ce plan avorta et ne connut pas un début de commencement. Ngaleyko'o et ses hommes n'attendirent pas le retour d'E'Guendé et les siens. Alertés par les cris et les pleurs des femmes, des habitants d'autres quartiers accoururent et menacèrent de s'en prendre aux miliciens. Ngaleyko'o réagit avec fermeté. Ayant regroupé ses hommes, il menaça de tirer dans la foule si elle ne se dispersait pas. Quand E'Guendé, Etumba-la-Ngoungou, Dimi Lemboffo et les autres revinrent au lieu de la palabre, la tension était déjà vive. Les miliciens regroupés dans la cour, le doigt sur la gâchette étaient en position de combat. Sans débânder sa troupe, Ngaleyko'o interpella vivement le patriarche :

Ibara E'Guendé, je vous rappelle que nous ne sommes pas venus négocier. Nous sommes venus prendre les femmes de nos chefs, nous avons apporté la dot. Or, j'apprends qu'à la place de notre pacifique démarche, vous voulez nous opposer la violence. Je ne discute plus avec vous. Je vous laisse, maintenant, le choix de la paix ou de la guerre. (à suivre).

Ikkia Ondai Akiera

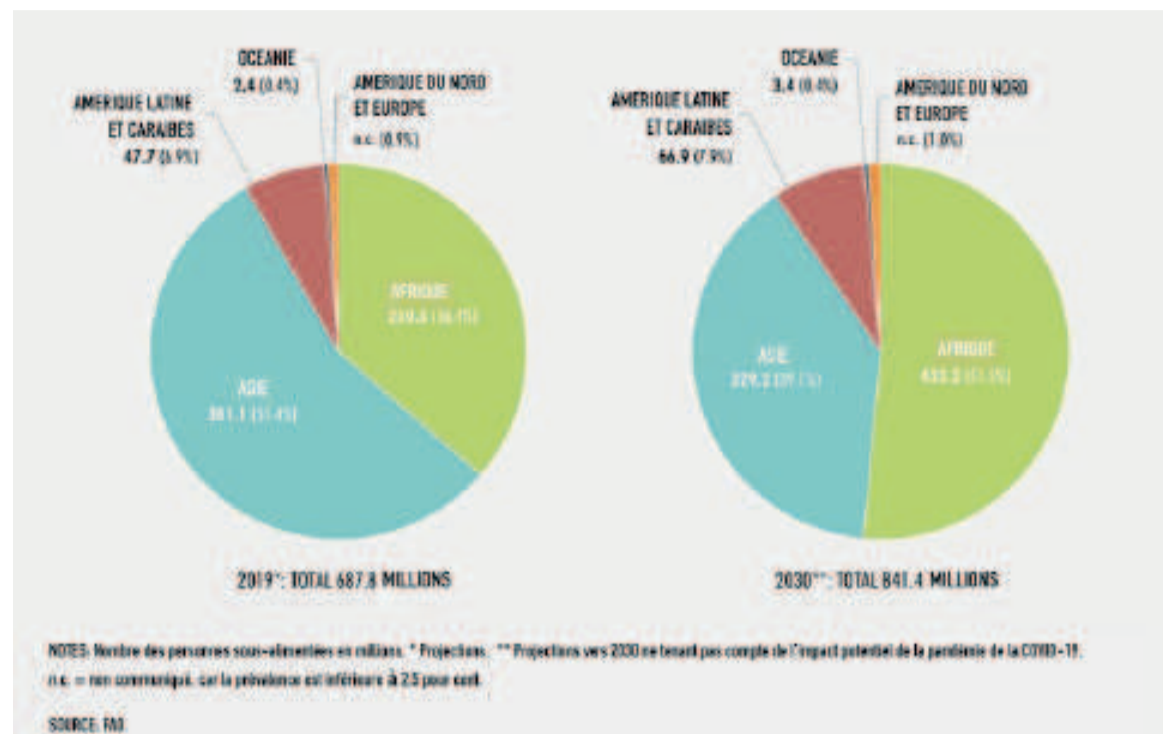
Alimentation

Alerte sur les chiffres de la faim dans le monde

Un rapport de l'ONU alerte sur les chiffres de la faim dans le monde qui repartent à la hausse. Dans son rapport intitulé : « Créer un avenir alimentaire durable », le World Resources Institute (WRI) dresse un tableau global de la situation de la faim dans le monde. En effet, ce rapport de plus de 500 pages, réalisé en partenariat avec la Banque mondiale, le Programme des Nations unies pour l'environnement et le PNUD, propose des solutions pour nourrir la planète en 2050 sans la détruire.

On estime que la population mondiale atteindra près de 10 milliards d'habitants d'ici 2050. Ce nouveau rapport phare montre que le système alimentaire mondial doit subir des changements urgents afin de garantir à tous une alimentation suffisante. Pour cela il faudrait être capable de faire les choses suivantes : - produire 56 % d'aliments en plus, par rapport à 2010 en évitant d'utiliser 600 millions d'hectares de terres agricoles supplémentaires ; - Réduire de 11 gigatonnes les émissions de gaz à effet de serre pour respecter l'Accord de Paris.

Pour parvenir à relever ce défi, le rapport propose un « menu » en 5 solutions : - Réduire la croissance de la demande alimentaire, en réduisant les pertes et les gaspillages, en adoptant des ré-



gimes alimentaires plus sains ; - Accroître la production alimentaire sans élargir la superficie des terres agricoles en augmentant la productivité en agriculture et élevage

; - Protéger et restaurer les écosystèmes naturels en réduisant la déforestation, en restaurant les tourbières et en liant les gains de rendement à la conservation des écosystèmes ; - Augmenter

de serre provenant de la production agricole grâce aux technologies et à des méthodes agricoles innovantes. Le rapport crée un avenir alimentaire durable, identifie également une série de

des conclusions du rapport utilisent le nouveau modèle GlobAgri-WRR, qui mesure comment chaque « élément de menu » peut contribuer à accroître la disponibilité des aliments, tout en évitant la déforestation et en réduisant les émissions de gaz à effet de serre.

« A tous les niveaux, le système alimentaire doit être lié aux stratégies climatiques, à la protection des écosystèmes et à la prospérité économique », a souligné Andrew Steer, PDG du World Resources Institute. Quant à Laura Tuck, vice-présidente pour le développement durable à la Banque mondiale, elle a précisé lors du lancement du rapport : « les financements publics devront si nécessaire être repensés pour soutenir une utilisation plus durable des ressources naturelles et mieux aligner la production alimentaire sur les Objectifs de développement durable ».

Boris Khari Ebaka

Chronique

promouvoir l'économie verte

La diversification de l'économie devient au fil des années une nécessité à laquelle les Etats africains ne peuvent plus échapper. Et celle-ci passe forcément en cette époque que nous vivons, par l'application des mesures qui doivent encourager les Africains à s'orienter vers le développement d'une économie verte.

Le concept d'économie verte se caractérise par l'utilisation rationnelle des ressources, un faible taux d'émissions de carbone et l'inclusion sociale. Ces caractéristiques, difficiles à évaluer, représentent un défi pour son développement quoique de réelles opportunités existent sur le continent africain pour l'éclosion d'une réelle économie verte.

En Afrique les activités économiques sont principalement fondées sur l'exploitation des ressources naturelles. Mais avec l'ampleur des problèmes liés au dérèglement climatique, la question de la pérennité de ces ressources se pose avec acuité. C'est pour essayer de trouver des réponses à cette problématique qu'il est important d'orienter les stratégies économiques vers le concept d'économie verte.

L'économie verte englobe des activités dans des domaines variés allant de l'agro-alimentaire aux énergies en passant par la gestion des déchets, l'eau, la santé et le tourisme. Pour répondre au triple objectif social, environnemental et de rentabilité économique, les activités vertes nécessitent de gros investissements ou engendrent des coûts de production significatifs. Par exemple, les énergies renouvelables nécessitent des investissements initiaux importants bien que leurs coûts d'exploitation soient faibles contrairement aux énergies fossiles.

Les activités vertes créent de nouveaux marchés et permettent la création d'emplois. La transition vers une économie verte ne pourrait qu'améliorer la croissance économique des pays africains. Les besoins de financement de cette transition sont certes importants mais, selon le Programme des Nations unies pour l'environnement, à l'échelle globale, investir 2% du PIB mondial d'ici à 2050 dans des secteurs cibles comme l'agriculture et l'énergie permettrait d'accélérer la croissance économique sur le continent. C'est ainsi que les dirigeants africains ont lié le finan-

cement de la lutte contre le dérèglement climatique à celui de la transition verte.

Dans le cadre de la lutte contre le dérèglement climatique, plusieurs instruments économiques ont vu le jour, notamment le mécanisme de développement propre et le marché carbone découlant du protocole de Kyoto. Des institutions financières publiques, des fonds souverains et des banques de développement ont également commencé à orienter une partie de leurs investissements dans l'économie verte, favorisant son développement bien qu'il soit encore modeste. Cependant, les Etats africains n'ont pas encore réussi à capter la majorité de ces investissements. Pour l'heure, ils développent différentes stratégies pour accroître leur soutien à l'économie verte. Ils se sont engagés sur des objectifs chiffrés de réduction d'émissions de carbone. La réalisation de ces objectifs traduisant une économie sobre en carbone reste conditionnée en grande partie par des apports financiers extérieurs.

Or, on sait que les difficultés soulevées par les entrepreneurs de l'économie verte sont liées à l'accès aux financements ou à des pratiques de taux d'intérêt élevés à cause des réticences des investisseurs face à des risques élevés. Les politiques publiques rechignant encore à créer des cadres favorables de nature à atténuer ces risques.

L'économie verte s'inscrit dans la logique des réflexions en cours sur les modèles d'économies durables qui se proposent de conjuguer à la fois croissance, développement et protection des ressources naturelles. En ce sens, elle est affichée comme une solution pertinente pour mobiliser le secteur privé dans l'atteinte des Objectifs de développement durable sur le continent africain.

Pour autant, le manque de financement pourrait être un frein dans la mesure où il représente un véritable défi. C'est pourquoi

les dirigeants africains qui en ont fait leur cheval de bataille lors de la COP22 qui s'était tenue du 7 au 18 novembre 2016 à Marrakech (Maroc), dont le thème principal était « Le financement de la lutte contre le dérèglement climatique », doivent redoubler de volonté politique. Des institutions financières publiques, des fonds souverains et des banques de développement ont également commencé à orienter une partie de leurs investissements dans l'économie verte favorisant son développement.

Il faut le dire aussi, ces fonds en faveur de l'économie verte sont encore insuffisants pour entamer une véritable transition verte et s'adapter au changement climatique. Selon les chiffres publiés par l'ONU, les pays africains ont besoin de quarante-cinq milliards d'euros par an. Une facture qui pourrait être renforcée par le recours à des sources complémentaires de financements telles que des taxes sur le transport et les transactions financières dans les pays développés. Rien de plus naturel quand on sait que l'Afrique ne contribue qu'à 4% des émissions de gaz à effet de serre au niveau mondial.

En somme, il existe des opportunités pour un développement plus durable en Afrique qui viendrait pallier la dégradation de l'écosystème. Les efforts pour développer une économie verte portent autant sur les secteurs traditionnels que sur de nouveaux secteurs. Il s'agit, entre autres, des transports, de l'agriculture, du bâtiment, de l'assainissement et du tourisme, secteurs dans lesquels sont développées des activités destinées à créer les dommages environnementaux. La réelle prise de conscience de l'Afrique sur l'environnement est la mise en œuvre effective de projets transversaux qui adressent les questions environnementales les plus pressantes dans chaque pays. Les pays africains doivent prendre les devants lors des négociations, de la conception et du financement de la stratégie sur l'économie verte afin d'assurer la pérennité des ressources et le bien-être de la population.

Boris Khari Ebaka

Le saviez-vous ?

Des choses à faire pour une rentrée scolaire zen !

Que vous soyez en solo ou en duo, avec ou sans enfants, la rentrée constitue parfois une source de stress. Pour que vous puissiez garder le sourire mais surtout le moral, mieux vaut anticiper en s'organisant en amont.

En effet, la rentrée comme la nouvelle année, c'est aussi le moment des résolutions parce qu'elle constitue un nouveau départ. Voici pour vous des choses à faire pour mieux se lancer dans l'aventure de la rentrée des classes et professionnelle

Retrouver un bon sommeil

Les vacances constituent souvent une période de relâchement. On se couche plus tard et si les enfants nous le permettent, on se lève aussi plus tard. Ainsi, le premier bon geste à adopter est de réguler son sommeil. Pour ce faire, essayez de vous lever et de vous coucher plus tôt. Si vous avez des enfants, commencez par les coucher (et les réveiller) 15 minutes plus tôt pour que la veille de la rentrée, ils puissent avoir leur quota de sommeil en ayant adopté le bon rythme.

Rester zen et positive

La rentrée peut représenter une période de stress pour plusieurs raisons. Tout d'abord, faites-vous confiance et dites-vous que tout va bien se passer. Ensuite, si vous angoissez à l'idée de retourner au travail, n'hésitez pas à faire un bilan. L'idée est de comprendre les raisons de votre angoisse. Peut-être que l'environnement professionnel dans lequel vous

évoluez ne vous convient plus/pas. Demandez-vous alors si vous ne seriez pas plus à l'aise dans une autre entreprise. Enfin, vous avez peut-être tout simplement besoin d'un réel changement. C'est peut-être le moment de songer à une réorientation professionnelle.

Anticiper ses achats

Bien souvent, la rentrée bouscule notre porte-monnaie. Outre le nouvel agenda, c'est l'une des périodes de l'année où il convient d'être plus flexible dans la gestion de son budget. Cela d'autant plus si vous êtes parents. Dans tous les cas, anticiper les diverses dépenses tel que le renouvellement de la garde-robe ou l'achat des fournitures scolaires. Le fameux cahier réglures Seyès, le crayon HB, une nouvelle paire de baskets, un nouveau cartable... Faites le point et vérifiez ce que vos enfants ont déjà et ce dont ils ont réellement besoin. Enfin, hiérarchisez et priorisez les dépenses.

Investir dans un grand calendrier

La rentrée, c'est aussi une avalanche de dates, de rendez-vous ou encore de réunions. Afin d'avoir une vue d'ensemble sur les événements importants de la rentrée, il peut être intéressant d'investir dans un grand calendrier cartonné. Choisissez-en un qui

vous plaise et mettez-le dans un endroit stratégique. Si vous avez des enfants, vous pouvez le placer à leur hauteur afin de les responsabiliser d'une part et, d'autre part, pour aider les plus petits à se situer dans le temps.

Si vous êtes parents, pensez aux calendriers partagés disponibles sur diverses applications. Il en existe plusieurs versions dont certaines sont gratuites. Cela vous évitera d'accepter un rendez-vous sans vous rendre compte que votre conjointe est indisponible pour garder les enfants.

Relooquez votre chez-vous

Vous l'aurez compris, il est important de soigner votre intérieur pour vous sentir bien chez-vous. Ainsi, après avoir rangé, vous pouvez changer la décoration d'une ou plusieurs pièces. Faites en sorte de créer un espace à votre image, qui soit chaleureux. Inutile de vous lancer dans de grands travaux : un tapis, des bougies, un nouveau cadre... Inspirez-vous des tendances venues des pays étrangers.

Enfin, n'oubliez pas de lire. Si votre fils ou fille rentre à l'école, proposez-lui des livres qui évoquent la thématique de la rentrée scolaire. Il existe des collections intéressantes présentant la classe dans laquelle l'enfant va rentrer.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourses d'études des Nations unies pour les entrepreneurs africains

La Commission économique des Nations unies pour l'Afrique Subvention BIS (Business. Idea. Startup) décerne 25 000 \$ aux Africains ayant des idées innovantes, des startups brillantes et des entreprises en croissance.

Ce programme vise à donner aux Africains les moyens de prospérer dans une économie décourageante en les dotant d'un financement, d'une formation et d'un mentorat.

RÉPARTITION DU PROGRAMME

Subvention Uneca pour les entreprises, les idées et les startups. Qu'il s'agisse simplement d'une idée ou d'une entreprise établie, notre programme est structuré pour vous aider à accéder à des fonds.

Public cible : citoyens de 54 pays membres de l'Union africaine. Prix de la subvention : 5 000 participants seraient sélectionnés pour recevoir une subvention de 25 000 \$ en espèces et 10 000 \$ en formation. Admissibilité : les participants doivent être âgés de 16 à 65 ans et doivent disposer d'un moyen d'identification national valide.

COMMENT POSTULER

Le processus d'obtention de la subvention est divisé en trois étapes.

Étape de candidature ; les candidats doivent postuler via le formulaire en ligne ci-dessous. Dans les 4 à 5 jours ouvrables, un candidat doit

recevoir un retour positif ou négatif de l'équipe d'évaluation. Étape de l'entretien ; les candidats qui reçoivent des commentaires positifs auront un entretien virtuel avec un représentant de l'évaluation des Nations Unies. Dans les 48 à 72 heures, le résultat de l'entretien doit être divulgué. Étape de vérification Le finaliste doit passer par un processus de vérification approfondie avant qu'un décaissement puisse être initié.

Subvention BIS des Nations unies pour l'Afrique – **Critères de sélection.** Ce que nous recherchons.

Les critères utilisés dans l'évaluation des demandes et l'attribution des subventions comprennent :

Financiers : comment nos fonds de subvention contribueraient vraiment à la croissance de votre idée, startup ou entreprise. Intégrité : votre demande doit être remplie avec des informations précises car nous vérifions souvent les demandes des candidats. Équipe : expliquez pourquoi vous ou votre équipe (le cas échéant) êtes les mieux équipés pour exécuter votre idée, votre startup ou votre entreprise. Impact plus large : au cours de l'entretien, partagez l'impact de nos subventions sur votre société dans son ensemble.

CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ. EXIGENCES INDISPENSABLES

Âge : le candidat doit être âgé de plus de 16 ans et de moins de 65 ans. Citoyenneté : le candidat doit être un citoyen de bonne foi d'un pays africain. Éducation : le candidat doit avoir au moins terminé ses études secondaires. Outil de conférence : le candidat doit disposer d'un appareil à proximité pour lancer un appel de visioconférence.

MÉTHODE DE DEMANDE. PROCESSUS DE DEMANDE

Les activités concernant le BIS doivent être soumises en ligne via le portail de candidature. Cliquez le 'appliquer maintenant' bouton ci-dessous. Choisir entre 'Débutant' et 'Gardien'. Remplissez le formulaire avec précision et attendez-vous à un retour dans les 4 à 5 jours ouvrables. Les participants ayant des commentaires positifs doivent se préparer adéquatement pour un entretien en ligne.

La date de clôture pour cette candidature à un prix est le 24 septembre 2021.

Plus d'information sur : <http://worldscholarshipforum.com>

Par Concoursn

Médicaments

Qu'est-ce qu'un anti-inflammatoire ?

Comme son nom l'indique, l'anti-inflammatoire lutte... contre l'inflammation. Mais ce médicament est-il adapté à tout le monde ? Et quel est son mécanisme d'action ?

Les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) font partie de ces médicaments que beaucoup d'entre nous utilisent en automédication. Certains d'entre eux sont en vente libre. Pour autant, ils ne sont pas inoffensifs : si certains AINS comme l'ibuprofène ou l'aspirine peuvent être achetés sans ordonnance, d'autres font l'objet d'une prescription médicale en raison notamment de leurs potentiels effets secondaires sévères. Pour les deux catégories, la prudence est de mise.

A la différence des antalgiques comme le paracétamol qui agit sur les récepteurs de la douleur, les AINS permettent de réduire ou de supprimer les symptômes liés à un phénomène inflammatoire. Ils combinent quatre caractéristiques : ces médicaments ont à la fois des propriétés anti-inflammatoires (ils agissent contre la réaction de l'organisme face à une agression ou un dysfonctionnement),

antalgiques (contre la douleur) et antipyrétiques (contre la fièvre). Ils permettent enfin de fluidifier le sang.

AINS en deuxième intention

Pour le traitement de la fièvre, du rhume ou des douleurs légères à modérer, chez l'adulte comme chez l'enfant, mieux vaut privilégier le paracétamol. Contrairement aux AINS, il peut être utilisé durant toute la grossesse. Il est toutefois contre-indiqué en cas de maladie grave du foie (il peut avoir un effet toxique en cas de surdosage) et ne fait pas bon ménage avec l'alcool.

Vous l'aurez compris, pour le traitement des petits maux du quotidien, mieux vaut éviter d'utiliser les AINS en première intention. Les contre-indications sont nombreuses. Ainsi, il n'est pas recommandé d'avoir recours aux AINS :

– pour l'enfant de moins de 15 ans et l'adulte de plus de 65

ans ;

– pour les femmes enceintes à partir du 6^e mois de grossesse (voire pendant toute la grossesse pour certains AINS) et pour les femmes qui allaitent ;

– pendant les règles (c'est surtout le cas pour l'aspirine) ;

– en cas d'antécédents connus d'allergie aux AINS ;

– en cas d'ulcère de l'estomac ou du duodénum et de maladies inflammatoires chroniques de l'intestin ;

– en cas de problèmes hémorragiques, d'insuffisance hépatique, de maladie rénale chronique et d'insuffisance cardiaque.

En cas de mésusage des AINS, les effets indésirables sont essentiellement d'ordre digestif (douleurs ou brûlures, voire des ulcères de l'estomac, nausées, diarrhée...), cardiaques (hypertension artérielle, problèmes cardiaques...) ou allergiques (éruptions cutanées, asthme).

Mais alors, quand les utiliser ?



Pour ce qui est des AINS en vente libre, la prise d'aspirine est indiquée ponctuellement en cas de fièvre ou pour soulager la douleur, et dans le traitement au long cours des maladies cardio-vasculaires grâce à ses effets anticoagulants. Libuprofène est efficace pour traiter la « vraie » migraine (et non pas le simple mal de tête), les règles douloureuses, les tendinites, sciatiques et lombalgies, ainsi que certaines formes d'arthrite

et d'arthrose.

Les AINS pouvant interagir avec de nombreux médicaments, la plus grande prudence est recommandée si vous êtes déjà sous traitement. N'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou votre pharmacien.

A noter : Outre les AINS, il existe aussi les AIS, les anti-inflammatoires stéroïdiens. Ceux-ci sont dérivés de la cortisone.

Destination Santé

Bien-être

L'activité physique, jamais trop tard pour commencer !

Marcher, courir, pédaler, nager... Qu'importe. Une nouvelle étude confirme l'importance de la pratique régulière d'une activité physique, pour la santé. Y compris si vous souffrez d'une affection cardiaque. Et sachez qu'il n'est jamais trop tard pour s'y mettre et en ressentir des bénéfices.

Depuis l'Université de Berne (Suisse), le Dr Nathalia Gonzalez et son équipe ont compilé les travaux de neuf études. De quoi obtenir des données relatives à la pratique d'une activité physique, concernant 33 500 patients atteints d'une maladie coronaire. Les deux tiers étaient des hommes dont l'âge médian se situait à 62,5 ans. Chacune des personnes a été suivie durant sept ans en moyenne.

« Les résultats confirment combien les patients coronariens peuvent tirer profit de la préservation ou de l'adoption d'un mode de vie actif sur le plan physique », souligne l'auteure. De façon concrète, les patients physiquement actifs – et qui l'ont toujours été – présentent un risque de décès prématuré diminué de 50% par rapport aux inactifs. Quant à ceux qui sont devenus « actifs » au cours de la période, leur risque est abaissé de 45% ! Et seulement de 20% parmi les patients actifs, devenus inactifs. Ce qui tend à confirmer que



les bénéfices de l'activité physique peuvent diminuer si celle-ci n'est pas maintenue.

Se caler avec le médecin

D'une manière générale, l'activité physique « permet de rendre plus performant le cœur, de le protéger plus longtemps et de prévenir un nouvel accident cardiaque », souligne la Fédération française de cardiologie. Laquelle prévient toutefois : « il est

indispensable de consulter un cardiologue ou un professionnel de santé avant de se lancer dans la pratique sportive. Le malade cardiaque doit pas-

ser en amont toute une série d'examens comme l'électrocardiogramme et des tests d'effort afin que le cardiologue puisse établir un diagnostic et préconiser les activités physiques les plus adaptées à sa cardiopathie, aux aptitudes et à l'état de santé général du patient ».

De quoi déterminer également la fréquence, la durée et l'intensité des sessions de sport.

D.S.

Produits ménagers

Pourquoi éviter les désinfectants ?

Depuis le début de la pandémie, l'usage de produits désinfectants pour les mains mais aussi pour le ménage est en hausse. Or, pour nettoyer la maison, nul besoin de désinfection systématique. L'association 60 millions de consommateurs explique pourquoi.

De nombreux produits ménagers affichent des pouvoirs désinfectants via des allégations telles que « antibactérien », « tue 99 % des germes domestiques » ou encore « élimine les germes ». Des effets attractifs alors que la pandémie de covid-19 est loin d'être finie et que la désinfection des mains est encore largement de rigueur. Pourtant, d'après 60 millions de consommateurs, ces produits ne sont pas nécessaires.

L'effet dégraissant inactif

L'action désinfectante peut inactiver l'action nettoyante. Comment ? « La nature chimique des tensioactifs (dont dépend l'efficacité nettoyante) et des biocides (dont dépend l'activité désinfectante) peut les amener à interagir d'une façon qui limite leurs performances respectives », explique l'association. Notamment en termes de pouvoir dégraissant.

60 millions a fait la preuve de cette interaction via des

tests en laboratoire. Elle a notamment testé l'efficacité de quatre produits ménagers : Maison verte Bi-Active sols et surfaces, désinfectant et nettoyant sols, Sanytol Nettoyant désinfectant sols et surfaces eucalyptus, Cillit Bang Javel super nettoyante, Carolin Huiles essentielles, antibactérien eucalyptus et arbre à thé. Résultat, « la présence de substances biocides est corrélée à de moins bonnes performances nettoyantes. Seul le Carolin présente des performances de nettoyage correctes ». Pour faire le ménage efficacement, privilégiez donc les produits nettoyants seuls car ils « permettent de nettoyer les surfaces potentiellement contaminées par un virus comme le coronavirus ».

A noter : l'utilisation d'un désinfectant n'est préconisée, en complément d'un détergent classique, que si une personne atteinte de covid-19 habite sous le même toit. En respectant les conditions d'utilisation.

D.S.

Transfert

Eduardo Camavinga signe au Real Madrid

Libre de tout contrat en juin prochain, l'ex-Rennais s'est engagé jusqu'en 2027 avec le club espagnol. L'opération pourrait rapporter jusqu'à quarante-cinq millions d'euros à Rennes.

Après des premières apparitions lors de la saison 2018-2019 et même une victoire en Coupe de France contre le Paris Saint-Germain, le très jeune Camavinga s'est révélé au tout début de la saison suivante, notamment lors d'un succès contre ces mêmes Parisiens. Il avait enchaîné des performances par la suite, étant sollicité par tous les observateurs. Forcément, son profil a rapidement tapé dans l'œil des meilleurs clubs du monde.

Joueur aussi performant dans les phases offensives que défensives, Eduardo Camavinga a eu un parcours éclectique au cours de sa formation : ayant commencé à jouer en pointe de l'attaque, il est ensuite replacé en défense centrale, avant d'arriver au milieu de terrain, poste où il débutera son parcours professionnel.

Milieu polyvalent, Eduardo Camavinga a évolué au

poste de relayer à ses débuts rennais, mais est aussi capable de jouer dans un registre plus défensif ou de tirer au but, avec des qualités techniques et une vivacité qui ont permis son arrivée précoce dans le football professionnel.

Pour la saison 2020-2021, à la suite du prêt de Rafik Guitan au CS Maritimo, Eduardo Camavinga hérite du maillot n° 10 du Stade Rennais FC, après avoir porté le n° 18. Lors de la 2e journée du championnat, il a inscrit son premier but de la saison face au Montpellier HSC, permettant à son club de l'emporter 2-1 au Roazhon Park.

En octobre 2020, il figure parmi les vingt finalistes du Golden Boy 2020 par le quotidien sportif italien «Tuttosport». En novembre 2020, il est inclus par Transfermarkt, dans les onze joueurs de moins de 20 ans ayant le potentiel le plus élevé sur le marché des transferts.

Le milieu de terrain s'est engagé ce mercato pour un montant estimé aux alentours de trente millions d'euros.

Durly Emilia Gankama



4^e journée de Ligue 1

François M'pelé aux premières loges

Le champion d'Afrique 1972 avec le Congo Brazzaville, François M'Pelé, était l'invité d'honneur du Paris Saint-Germain pour la rencontre de la 4e journée de Ligue 1, qui a eu lieu à Reims en France le 28 août dernier.



François M'pele et Nasser Al-Khelaifi, président du PSG

Ancien buteur des Rouge et Bleu (217 matchs, 95 buts inscrits de 1973 à 1979), le franco-congolais fait partie des meilleurs attaquants de sa génération.

71 buts en 149 matchs de l'AC Ajaccio, du PSG, 95 buts en 217 matchs, de Lens, 16 buts en 65 matchs et du Stade Rennais 16 buts en 34 matchs, l'avant-centre congolais a fait vibrer les amoureux du ballon rond par son talent.

Il a participé à la montée du PSG en D1 en 1973 en marquant lors du barrage contre Valenciennes. M'Pelé est d'ailleurs le 7^e meilleur buteur de l'histoire du PSG. Il est le recordman des buteurs Rouge et Bleu en Coupe de France (28 buts inscrits) et le premier buteur parisien au Parc des Princes en première division, le 13 août 1974, face à Metz (score final 2-2).

Né à Brazzaville le 13 juillet 1947 et après avoir démarré sa carrière de footballeur au Standard de Brazzaville (1966), il arrive en France en 1968. François M'Pelé y jouera jusqu'à la fin de sa carrière en 1982.

Durly Emilia Gankama

LIBRAIRIE LES MANGUIERS



**LIBRAIRIE
LES MANGUIERS**

Un Espace de Vente
Une sélection unique de la
LITTÉRATURE CLASSIQUE
(africaine, française et italienne)
Essais, Romans, Bandes dessinées,
Philosophie, etc.












Un Espace culturel pour vos **Manifestations**
Présentation des ouvrages, Conférences-débats, Dédicaces
Emissions Télévisées, Ateliers de lecture et d'écriture.

Horaires d'ouverture:
Du lundi au vendredi (9h-17h)
Samedi (9h-13h)





Brazzaville : 84 bd Denis Sassou N'Guesso
immeuble les Manguiers (Mpila), Brazzaville
République du Congo

Plaisirs de la table

Vous avez dit riz cassé ?

Facile et rapide à cuire, l'ingrédient de cette semaine est composé essentiellement de grains de riz brisés lors de la récolte ou pendant le nettoyage avant la cuisson. Découvrons-le ensemble.

Comme l'indique bien son appellation, le riz cassé a en effet des grains qui ne sont pas entiers. De différentes qualités, les riz présentés dans les grandes et petites surfaces peuvent être parfumés, de forme ronde ou encore allongée.

Commercialisé dans des emballages d'un kilo ou plus, où selon certaines mesures locales comme le célèbre « quaker » (qui correspondrait à moins d'un kilo) le riz cassé est vendu plus cher que la plupart des autres riz mais il ne détrône pas pour autant le riz basmati ou celui parfumé.

Avec sa texture et sa saveur uniques, ce riz a tout pour épater tous les palais, des plus petits aux plus grands. Qu'il provienne du Cambodge ou du Sénégal, le riz cassé est idéal dans la préparation du célèbre Tiéboudiène, spécialité sénégalaise de riz au poisson ou encore pour le poulet yassa.

Riz cassé une fois, riz cassé deux fois ce sont des termes souvent repris dans les modes d'emploi des confectations des emballages pour suggérer de laver le riz une ou plusieurs fois à l'eau froide avec la cuisson.

Quant à la préparation, le plus souvent l'on fait revenir le riz dans de l'huile jusqu'à ce que les grains de riz changent de couleur, c'est aussi dans cette étape que souvent l'on ajoute des épices qui donneront une autre teinte au riz blanc par exemple.

Ensuite, verser de l'eau bouillante dans la préparation qui correspondrait généralement au double du volume de riz dans la marmite. Le riz est prêt alors à la dégustation après une quinzaine de minutes à feu moyen.

Pendant la cuisson, on peut également incorporer des ingrédients comme de la viande ou du poisson, des légumes ou même de la patate douce ! le riz est présenté en association avec d'autres éléments piquants par exemple, ou riches en matières grasses. De ce fait, il constitue un véritable repas complet.

Préparé à l'aide d'un cuiseur ou tout en suivant les justes proportions d'eau et de riz à l'aide d'une simple marmite, le riz cassé maison, africain ou made in China peut être savouré également lors de grandes ou de petites manifestations.



Si les brisures de riz forment une catégorie à part entière de riz, les modes de préparations sont autant différents les uns des autres. Les consommateurs pour certains préfèrent ce qui piquent extrême-

ment dans la bouche et d'autres se limitent à la bonne saveur d'un bon poivre noir en bouche. A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons !

Samuelle Alba

RECETTE

Emincés de viande de boeuf aux poivrons

Temps de cuisson: 30 minutes

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

500g de viande de bœuf
2 gousses d'ail
½ citron
1 cuill. à café de mélange d'épices
1 poivron vert
1 poivron rouge
2 oignons
huile d'arachide
sel

PRÉPARATION

Commencer par laver la viande de bœuf puis la couper en lamelles. Ajouter le jus de citron au-dessus de la viande et bien malaxer. Laver les poivrons puis retirer les pépins de l'intérieur puis couper les légumes en lamelles fines. Séparément, peler l'ail ainsi que les oignons les émincer finement.

Faire chauffer 2 cuillères à soupe d'huile dans une sauteuse et mettez-y les oignons émincés à revenir en mélangeant bien. Ajoutez les lamelles de poivrons, l'ail émincé ain-



si qu'un peu d'épices.

Laisser cuire pendant 10 mn en mélangeant régulièrement.

Retirer les légumes de la sauteuse. Incorporer de l'huile à nouveau 3 cuillères et faire revenir la viande.

Ensuite, laisser chauffer à feu vif tout en retournant souvent les tranches de viande. Saupoudrer de mélange d'épices puis laisser

mijoter environ 3 à 4 mn.

Enfin, remettre les légumes dans la sauteuse avec un peu d'eau (juste ce qu'il faut) et laisser chauffer pendant quelques minutes tout en mélangeant.

Servir aussitôt accompagné de riz cassé.

Bon appétit !

S.A.

FLÉCHÉS 12x15 • N°12 • © FORTISSIMOTS 2007

SOUVERAIN REPRÉSEN- TANTE	ENGUEU- LADE LUNETTEUX	BRILLE DE LOIN BICHONNE	PLANCHES À DESSIN BAT LE ROI	OISEAU MIGRATEUR TRANSPORT PARISIEN	PLAN D'ÉPARGNE BOISSON DU MATIN
JOUEURS DE BASKET PEINTRE FRANÇAIS			PAREIL RÉCOLTE		
RAT OU SOURIS UN GARS			MÂCHOIRE FATIGUÉE	JOYEUX COUP DE PIED	PLONGÉ
MAL À L'ESTOMAC AUTHEN- TIQUE	CHANDELLE		DIMINUTIF VALLÉE INONDÉE	SIGLE EUROPÉEN FÉTARD	EXIGIBLE
ULTIMATUM	SONGEA EXTORSION DE FONDS		VICTOIRE DE NAPOLEON AVANT LES POISSONS	ARÔME COURSES	PARTICULE CROCHET DE BOUCHER
PASSAGE LIBRE	PAYS ENSOLEILLÉ TRIBUNAL		SERVICES NON RENDUS	ÉLIMINE MALADIE HONTEUSE	DÉCHET HUMAIN
SUR LE TAPIS FAISAIT UNE DIÈTE		DISPERSÉ DRAME JAPONAIS	SENTIR MAMELLE	CONIFÈRE DANS	TONNEAU
BOÎTE À CRAYONS			FIXÉ	SANS TRACE	

MOTS MÊLÉS N°12

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

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| ABSOLUE | ECORCE | NEROLI |
| AGRUME | ENCENS | ODEUR |
| ALAMBIC | FLORAL | OLFACTIF |
| AMBRE | FLUIDE | ORIENTAL |
| BENJOIN | FOUGERE | PARFUM |
| BERGAMOTE | FRAGRANCE | PATCHOULI |
| CARDAMOME | FRAIS | PETALES |
| CEDRE | GOMME | RESINE |
| CIVETTE | HERBE | ROMARIN |
| COLOGNE | HUILE | SANTAL |
| CORNUE | JASMIN | SENTEUR |
| DIFFUSE | LAVANDE | VANILLE |
| DISTILLER | MIMOSA | VERVEINE |
| DOMINANTE | MUSQUE | VETIVER |

• SUDOKU • GRILLE N°13 • MOYEN •

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

• SUDOKU • GRILLE N°14 • DIFFICILE •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°14 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°13 •

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

• SOLUTION DES MOTS CROISÉS N°12

1	2	3	4	5	6	7	8	9		
I	R	O	S	S	I	G	N	O	L	
II	O	U	I		N	A	I	V	E	
III	T			T	R	O	U		I	N
IV	U	S	E	E		L	E	N	T	
V	R	O			C	L	E	S		I
VI	I	N	O	U	I		S	I	L	
VII	E	N		S		T	E	L	L	
VIII	R	E	V	E	N	U		L	E	
IX	S	T	A	R	O	S	T	E	S	

FLECHES 12x15 SOLUTION • N°12 • © FORTISSIMOTS 2007

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

SOLUTION DES MOTS MÊLÉS N°12 :
 Le mot-mystère est :
YLANG-YLANG

• MOTS CROISÉS • N°12 •

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
I									
II									
III									
IV									
V									
VI									
VII									
VIII									
IX									

HORIZONTALEMENT
 I. Bon chanteur et spécialiste du crochet. II. Réponse à référendum. Elle ne se méfie pas. III. Coin perdu. Dans le coup. IV. Décrépite. Traînard. V. Rose coupée en deux. Ouvrent les portées. VI. Jamais entendu parler. Terre du potier. VII. Préposition. Héros suisse. VIII. Salaire ou dividende. Largeur de tapisserie. IX. Dignitaires polonais.

VERTICALEMENT
 1. Ne sont pas forcément dépourvus de nobles sentiments quand ils s'allient à l'aristocratie. 2. Alternative. Paquet de vers. 3. Endroit signalé. Part. 4. Rejeter. 5. Donna le sein à Dionysos. 576 mètres. Opéra à l'est. 6. Chevelue, au grand dam de Jules César. Celés. 7. Pour faire court, c'est vraiment nickel. Pour suspendre les carcasses. 8. Du genre à se laisser tondre la laine sur le dos. Passe à Rennes. 9. Invisibles, elles permettent de garder l'oeil nu.

L'art et la manière

Une question d'hygiène

Si l'hygiène est garante d'un bon état de santé, elle est aussi une question de savoir-vivre. En effet, elle implique un bon rapport à soi-même et aux autres. Bien plus qu'une nécessité sanitaire, elle est une source de bien-être, d'où la fameuse expression « Etre bien dans sa peau ».

Il faut entourer son corps de tous les soins élémentaires: Laver, savonner, frotter sa peau, surtout dans les replis ; Utiliser des crèmes, pommades et déodorants ; Se laver régulièrement, surtout avant la préparation des repas et avant de manger ; Certains métiers physiques ou la pratique du sport nécessitent des douches fréquentes et régulières ; Les bains, le hammam ou le sauna participent au bien-être qui complète la douche.

Au soin quotidien de la peau, s'ajoute celui de la bouche. La brosse à dents, invention chinoise qui remonte au XVe siècle, permet de l'assainir et de rafraîchir l'haleine en utilisant du dentifrice. Les bains de bouche renforcent le brossage des dents, soignent les petites lésions de la langue et de la muqueuse buccale et assurent une plus longue durée de la fraîcheur de l'haleine.

A ces soins quotidiens s'ajoutent des soins plus espacés en

fréquence que sont le soin des ongles et des cheveux qui se trouvent plus sophistiqués chez les femmes que chez les hommes, excepté ceux qui ont choisi de se parer de leur crinière.

En dehors de tout besoin esthétique ou d'expression identitaire, l'hygiène se veut être une base de la relation à soi et aux autres. L'on ne peut se permettre de se montrer négligeant dans son apparence car, une fois qu'on a franchi le pas de sa porte, tout peut arriver. On peut rencontrer l'homme ou la femme de sa vie, tout comme son prochain associé en affaires. Les gens voient l'apparence avant de découvrir la personnalité, aussi attachante soit-elle.

Du savon et un petit déodorant sont monnaie courante. L'on s'adonne au luxe quand on peut, mais à la propreté parce qu'on doit.

Si l'on est toujours apprêté à l'extérieur, le domicile ne peut se

dérober à cette règle de savoir-vivre. Le « home sweet home » est une façon de rendre son intérieur agréable à vivre pour soi-même et pour ses invités.

Une routine quotidienne doit être rôdée par et pour faciliter la vie des habitants de la maisonnée. Passer le balai et le chiffon, faire la vaisselle, nettoyer et ranger après utilisation doivent être autant de réflexes que de se laver les dents.

Le ménage de fins de semaine, de mois et de saisons comme les petits travaux de bricolage appartiennent aux soins occasionnels et plus espacés qui demandent plus de temps et plus de minutie.

Prendre soin de soi et de son intérieur constitue l'une des premières victoires que tout un chacun se doit de prendre sur sa journée avant de conquérir et de le changer, selon ses aspirations les plus profondément ancrées.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier
(21 mars - 20 avril)

Votre vie de famille prenante vous cause parfois bien du souci, particulièrement les parents d'enfants de bas âge. Il est temps de mettre les points sur les i et de sortir de votre quotidien les personnes néfastes à votre bien être. Mettez-vous au vert tant que vous pouvez.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vous vous dégagez de vos contraintes et serez porté par un vent de liberté. Cet état d'esprit vous permet d'aller aussi loin que vous le souhaitez et d'envisager vos aventures comme bon vous semble.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Rien ni personne ne résiste à votre charme. Vos requêtes seront acceptées en deux temps trois mouvements si vous vous montrez convaincant. Faites appel à votre imagination pour vous démarquer et sceller des projets à long terme.



Taureau
(21 avril-21 mai)

Inspiré et bien dans votre peau, vous donnerez enfin une direction concrète à vos projets. Une certaine idée du bonheur se dessine sous votre volonté, rien ne vous résiste, vous êtes prêt à en découdre. Attention aux abus d'alcool et de tabac.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous serez tenté de jouer avec le feu, attention aux risques que vous courez. Privilégiez la discrétion et vous coulerez des jours heureux. Les moments passés avec vos proches seront dynamisants et réconfortants.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Ouvrez votre esprit et envisagez toutes les pistes possibles. En adoptant cet état d'esprit, vous réglerez un certain nombre de petits conflits internes et trouverez des solutions durables. Vous serez comblé par votre vie amoureuse.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Les choses bougent autour de vous. Vous accueillez la nouveauté avec beaucoup d'enthousiasme et égayez votre quotidien. Quelques désaccords seront à prévoir avec un de vos proches mais vous saurez contourner les gros conflits.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous profitez pleinement de tout ce qui vous arrive et vous rend heureux. Ainsi, vous saurez vous entourer et construire des plans d'avenir satisfaisants.



Poisson
(19 février-20 mars)

Vous trouvez la voie de l'apaisement et serez en mesure de la suivre. Vous apprendrez beaucoup de cette période. Les célibataires pourraient bien se faire surprendre par l'amour, ne négligez pas votre pouvoir de séduction.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

Vous avez tendance à foncer la tête la première lorsque de nouvelles idées vous viennent à l'esprit. A tendance gaffeur cette semaine plus que jamais, il vous faudra tourner sept fois votre langue dans votre bouche avant de vous exprimer. Ralentissez !



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Un voyage prévu vous excite autant qu'il vous inquiète. Réglez les quelques idées que vous avez en tête pour en profiter pleinement et apaiser au mieux certaines situations conflictuelles. Les imprévus seront au rendez-vous.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vos hésitations ont bien du mal à vous faire avancer. Tâchez d'être le plus honnête possible avec vous-même pour pouvoir faire des choix et vous y tenir. Les conseils de vos amis seront particulièrement bienvenus.



PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE
5 septembre

Retrouvez, pour ce dimanche, la liste des pharmacies de garde de la capitale.

MAKÉLÉKÉLÉ

Hôpital Makélékélé
Jireh Rapha
Affia

BACONGO

Christ Roi
Commune de Bacongo
Marché Total
POTO-POTO
Carrefour
Cristale
Van Der Veecken

MOUNGALI

De Mougali
(rond-point Mougali)
Zoo
Maya Maya
Daffe

OUENZÉ

Jehovah Nissi
Rond-point Koulounda
La Victoire
Daphne

TALANGAÏ

Lecka
Terminus Mikalou
Vert D'Ô

MFILOU

Medine PK Mfilou
La Base

DJIRI

St Luc (Massengo)
Ile de santé
Horeb