



# 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](http://www.adiac-congo.com)

N° 140 - VENDREDI 1<sup>ER</sup> AU JEUDI 7 OCTOBRE 2021

## RENCONTRE LITTÉRAIRE

# Deux rendez-vous en octobre à l'IFC

Dans le cadre de son agenda mensuel des rencontres littéraires, l'Institut français du Congo (IFC) met à l'honneur les ouvrages « J'ai vécu à Bacongo » de Nzenze Kinouani Kazis et « Le poids du passé » de Jean-Romuald Mambou. La première rencontre littéraire se déroulera le 6 octobre au hall de l'espace culturel. Les rendez-vous littéraires sont ouverts au public qui doit se faire inscrire au préalable.

PAGE 4



## INTERVIEW

# Barbara Kanam : « J'ajouterai une nouvelle corde à mon arc »



Artiste adulée pour son talent que sa beauté, Barbara Kanam, que l'on surnomme aussi Diva africaine, s'est ouverte depuis quelques années les portes d'une carrière politique. Si elle soutient que la musique est le socle de son combat pour une jeunesse éclairée, elle n'hésite pas d'explorer d'autres voies pour mener à bien les projets destinés au développement des jeunes.

PAGE 3

## FOOTBALL

# Cristiano Ronaldo enflamme la ligue des champions



Le joueur portugais de 36 ans a battu un nouveau record, le 29 septembre, à Old Trafford, lors de la deuxième journée de la ligue des champions de l'Union des associations européennes de football, en disputant son 178e match et en inscrivant son 128e but.

PAGE 13

## STYLE

# Le luxe africain s'invite à Abidjan



Sur le thème « L'excellence africaine », la première édition du forum de luxe, prévue du 28 au 30 octobre à Abidjan, en Côte d'Ivoire, se veut être le lieu de rassemblement des principaux acteurs du secteur de luxe pour l'Afrique. Une quarantaine d'intervenants originaires de quatre coins de l'Afrique répondra à une dizaine de problématiques concernant l'art, la gastronomie, l'hôtellerie haut de gamme.

PAGE 5

## TÉLÉVISION

# Canal + annonce des mutations dès fin septembre

PAGE 4

# Éditorial

## Fantasme

**A**lors que l'Afrique est de plus en plus courtisée et que les promesses de croissance et d'expansion se font entendre, il existe un secteur qui fait l'objet de tous les fantasmes et attise un intérêt croissant : le luxe. Que ce soit dans la mode, la gastronomie et dans les arts, le luxe made in Africa franchit les barrières de la conception et de la consommation, même si des questions conjoncturelles et des challenges culturels freinent encore sa pleine croissance.

Lorsque l'on évoque le luxe en Afrique, on parle souvent de toutes ces marques occidentales qui viennent s'y installer. Pourtant, il existe des labels de luxe africains basés sur le continent qui arrivent à s'exporter tout en créant un marché local. C'est fort de ce constat que l'agence Digital society offre au continent un rendez-vous majeur courant ce mois d'octobre pour mettre en valeur des initiatives, des créations et prestations de luxe dont les fondateurs sont Africains.

L'enjeu est, évidemment, de créer une véritable synergie autour d'un art de vivre à l'Afrique mais aussi de réfléchir sur les barrières qui freinent l'explosion d'un écosystème du luxe africain. Car si la notion du luxe en Afrique en tant que métier paraît encore nouvelle, au-delà de plusieurs épreuves, en tant que patrimoine par contre l'Afrique peut compter sur une richesse et un savoir-faire très anciens que les créateurs doivent exploiter et amener vers le reste du monde.

*Les Dépêches du Bassin du Congo*

## LE CHIFFRE

« 6590 »

*C'est le nombre de milliers de personnes prises en charge par les services de santé de la sécurité civile à travers le service des secours pendant les examens d'État à Brazzaville.*

## PROVERBE AFRICAIN

*« Il n'y a pas au monde d'innocents. Il n'existe que des êtres dont on ignore les crimes. »*

## LE MOT

« IMPAVIDE »

□ *Du latin **impavidus**, signifie « qui ne craint rien ou intrépide ». Apparu dans la langue usuelle à partir du 19<sup>e</sup> siècle, le mot **impavide** renvoie à une personne qui n'éprouve ou ne laisse paraître aucune peur. Un caractère qui semble indifférent, calme, impassible, imperturbable.*

## IDENTITÉ

« AYLIN »

*Aylin est un prénom irlandais d'origine grecque. Ce prénom commença à être attribué en Angleterre à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle sous la forme d'Eileen. Aylin a une personnalité authentique et entière. Possédant un côté hyperactif, elle a besoin de se dépenser. Les personnes qui portent ce prénom sont plutôt persuasives et se remettent rarement en question. Sociale, elle use de son charisme pour atteindre ses objectifs.*

## LA PHRASE DU WEEK-END

*« Chaque humain a le choix de son propre destin. Il doit le tenir fermement entre ses dents pour ne pas le perdre ».*

- Calixthe Beyala -



### 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](http://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 Biembedi, 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 Losselé  
Service Afrique/Monde : Yvette Reine Nzaba (chefe de service), Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakou  
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  
Dury 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 : Mélaine 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 : Mélaine Eta Anto  
Chef de service diffusion de Brazzaville :  
Guylin Ngossima  
Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,  
Irin Maouakani, Christian Nzoulani  
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubélé  
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](mailto: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, Epiphanie Mozali  
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo

### GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

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

### ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale  
[www.lesdepêchesdebrazzaville.com](http://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](mailto:regie@lesdepêchesdebrazzaville.fr)  
Président : Jean-Paul Pigasse  
Directrice générale : Bénédicte de Capèle  
Secrétaire général : Ange Pongault

## Interview

# Barbara Kanam : « J'ajouterai une nouvelle corde à mon arc »

Artiste adulée pour son talent que sa beauté, Barbara Kanam, que l'on surnomme aussi Diva africaine, s'est ouverte depuis quelques années les portes d'une carrière politique. Si elle soutient que la musique est le socle de son combat pour une jeunesse éclairée, elle n'hésite pas d'explorer d'autres voies pour mener à bien les projets destinés au développement des jeunes.

**Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C) :** En tant que femme, est-ce une charge de porter l'étendard musical de la République démocratique du Congo ?

**Barbara Kanam (B.K) :** Ce n'est nullement une charge mais une mission et un devoir qui doit être perpétué. J'assiste tous les jours à la naissance de nouveaux talents, je constate que la relève est assurée.

**L.D.B.C :** Pensez-vous que la musique rumba soit un frein dans l'élan pour être au top des tops ?

**B.K :** Non ! Plutôt le contraire. La rumba met en lumière l'artiste congolais en général, c'est

notre style musical qui fait notre fierté et donne notre identité.

**L.D.B.C :** Que pensez-vous de la relève féminine dans la musique congolaise ?

**B.K :** Je suis très heureuse de voir des talents qui s'étalent chaque jour. Nous devons leur apporter notre soutien.

**L.D.B.C :** Avez-vous des regrets quelquefois ?

**B.K :** Non, je préfère garder les beaux souvenirs et oublier ceux qui sont sombres.

**L.D.B.C :** Est-ce que votre vie privée influence-t-elle aussi l'écriture de vos chansons ?

**B. K :** Étant le langage de l'âme avant tout, la musique ou l'écriture musicale s'inspire souvent de nos expériences, d'autant plus que nos émotions ont un impact sur nos créations.

**L.D.B.C :** Quelle est la feuille de route de votre label Kanam Music et avez-vous déjà enrôlé quelques musiciens ?

**B.K :** Bien sûr que oui ! Et je suis toujours à la recherche des perles rares. Dans le label, il y a déjà Moïse de Chine, Nathalie, Kerby, les danseurs génie de Yolo et bien d'autres. Il y a un planning du développement artistique pour chaque artiste.

**L.D.B.C :** Quel était l'objet de votre récente visite chez le ministre de la Jeunesse ? Est-ce une nouvelle casquette politique que vous portez ?

**B.K :** Étant leaders d'opinion, nous avons l'obligation de dé-



fendre la jeunesse parce que nous en sommes le miroir. Cette visite a eu tout son sens effectivement. Il s'agit de la jeunesse à placer dans nos priorités.

**L.D.B.C :** Quel genre de projet pour impacter positivement la jeunesse artistique de votre pays ?

**B.K :** Je prône une politique culturelle claire qui mettrait en avant les jeunes talents dans toutes les branches de la culture et des arts.

**L. D.B.C :** Comment interpréter votre surnom de Diva africaine ? Y a-t-il des responsabilités derrière ?

**B.K :** Je le considère comme une reconnaissance de la part des mélomanes cela me touche beaucoup. Oui, une très grande responsabilité qui me rappelle que je ne dois jamais baisser les bras sous aucun prétexte.

**L.D.B.C :** Qu'avez-vous appris sur l'échec de votre candidature lors des élections législatives en 2018 ?

**B.K :** Je dois encore me battre pour atteindre mes objectifs et que le Congo a besoin de l'implication de tous pour être plus fort et avoir un avenir radieux pour son peuple.

**L.D.B.C :** Avez-vous envisagé de vous éloigner de votre passion pour une nouvelle aventure politique ?

**B.K :** La musique est toute ma vie. Mais, j'ajouterai plutôt une nouvelle corde à mon arc.

**L.D.B.C :** Avec cette brèche ouverte sur un nouveau monde, Barbara Kanam vise aussi des fonctions politiques ?

**B.K :** J'y répondrai si cela se présente.

*Propos recueillis  
par Karim Yunduka*

## Portrait

# Kiki Lawanda, porte-étendard de la destination Congo



**Annie Marquier, auteure et conférencière canadienne, affirme qu'aux grandes âmes, les grands challenges. Promouvoir la destination Congo est un challenge qui a trouvé en la personne de Kiki Lawanda son porte-étendard.**

Né à Brazzaville en 1987, Christian Mpea de son vrai nom s'envole pour la France après l'obtention de son baccalauréat. Il se destine à une carrière en Sciences politiques lorsque naît en lui une passion toute nouvelle par le biais des documentaires-découvertes : la photographie et les voyages.

Comme un appel qui ne peut être ajourné, Kiki se lance, avec ses compagnons d'armes, dans l'exploration de terres proches de son cœur mais nouvelles à ses yeux, et ce, en marge de son engagement professionnel. Sa destination de choix est et reste alors sa terre natale qui est un vrai trésor de beauté et d'abondance en termes d'écosystème.

Niché au cœur du continent africain et à cheval sur l'Equateur, le Congo-Brazzaville offre des paysages de choix et de rêve pour toute personne désireuse de se ressourcer et de s'unir à cette terre, dont la plupart des pièces restent encore inexploitées. Ce pays n'est connu de son peuple qu'en ses capitales et localités où se mêlent agitation, éclats de vie, tumulte et désordre dans un équilibre pourtant bien propre aux citadins.

Le Congo de l'intérieur, celui fantasmé par les touristes au travers des grands médias internationaux, des documentaires et de l'imaginaire occidental n'est que difficilement accessible faute de logistique, et cette quête reste difficile, voire inaccessible pour qui voudrait s'y aventurer sans ressources, sans préparation éventuelle et sans aucune connaissance du terrain.

C'est pour promouvoir cette destination de choix, l'exotisme des longitude et latitude de ce fameux point sur la mappemonde que Kiki Lawanda a créé, en 2020, Lawanda Tours & Adventure, une agence de tourisme qui propose des circuits naturels et culturels sur le territoire congolais.

Bien que récente sur le marché du tourisme, tourisme presque inexistant faute de promotion et de visibilité, Lawanda Tours et Adventures, entourée de ses partenaires et associés, a relancé l'intérêt et l'économie du secteur du tourisme en rendant visible le charme envoûtant du territoire congolais.

Circuits de tourisme écoresponsable, prestations de qualité accordées aux besoins et attentes du client, rapport qualité-prix plus qu'intéressant, Lawanda Tours rencontre un véritable succès qui propulse Christian Mpea, alias Kiki Lawanda, au rang des personnalités les plus influentes de la génération consciente de Brazzaville et certainement l'une des success-stories les plus intéressantes du Congo-Brazzaville, à suivre de très près.

*Princilia Pérès*

## Médias

# Un partenariat gagnant-gagnant entre l'IFC et la presse ponténégrine

La directrice déléguée de l'Institut français du Congo à Pointe-Noire, Sylvie Mavoungou Bayonne, a organisé récemment une rencontre entre son staff technique et certains médias, en vue de mettre en place, entre eux, un partenariat gagnant-gagnant.

Sylvie Mavoungou Bayonne a voulu connaître les raisons pour lesquelles les professionnels des médias congolais, en général, et ponténégrins, en particulier, réclament des frais de couverture des événements et de leur diffusion. Le journalisme, a-t-elle dit, est une profession universelle régie par une éthique et une déontologie professionnelles conventionnelles.

Répondant à cette préoccupation, le représentant de la MCR-TV, Toussaint Louverture, a justifié la raison d'être de cette pratique par le fait que la plupart des médias privés, sur toute l'étendue du territoire national, sont financés par un patronat mercantile. Ils exigent des organisateurs d'activités des frais de couverture et de diffusion de l'information, a-t-il ajouté.

Intervenant à son tour, le journaliste de Light TV, Naya Gomo Gomo, a laissé entendre que le manque de subvention financière de la presse privée par les autorités supérieures explique la raison pour laquelle les prestations médiatiques sont facturées. Il a relevé que les relais d'opinion qui couvrent les activités culturelles organisées par l'Institut français du Congo (IFC) respectent sa politique de couverture médiatique et ne s'attendent pas toujours à une quelconque récompense financière. Quant à la journaliste des Dépeches de Brazzaville à Pointe-Noire, Lucie Condhet, l'IFC ferait bien de remettre en marche son système d'alerte par SMS ainsi que la newletter. Son dysfonctionnement prolongé affecte l'efficacité de son organe de presse, a-t-elle déploré.



Sylvie Mavoungou Bayonne et des journalistes de Pointe-Noire

L'IFC est un établissement qui participe au développement de la langue et la culture françaises par

l'organisation des activités culturelles, éducatives et récréatives. Cette institution a vu le jour en

République du Congo en 1994, a-t-on appris.

Christ Louzany

## Canal + Des changements observés dès fin septembre

Sur la base des enquêtes menées périodiquement en vue de répondre aux attentes de ses abonnés, Canal + a annoncé, au cours d'une conférence de presse par zoom, la disponibilité d'un certain nombre d'offres à partir du 30 septembre.

« En fonction des enquêtes de qualité que nous menons, nous nous efforçons de répondre aux attentes de nos abonnés. Ces changements visent donc à répondre à 100% à leurs envies pour encore plus d'émotions, sensations, passions et rires à travers les séries, films, émissions, spectacles, découvertes... », a déclaré Léger Ossombi

Quentin Loubou

Dira, responsable communication à Canal+ Congo. Parmi les changements opérés, on note l'ajout de sept chaînes sur le bouquet Canal + parmi lesquelles Nathan TV, une chaîne éducative en français avec des émissions et programmes de mathématiques, de français et autres, visant à être un complément important pour

les élèves du CE1 au CM2. Une manière de permettre aux écoliers de continuer à apprendre à domicile, voire de se divertir en apprenant. « Cette chaîne est un partenariat entre la maison d'édition Nathan et la société Canal +. L'objectif étant de cumuler leurs expertises respectives au service des abonnés et surtout des

de 13 à 26 min, tenus dans des salles de classe par des enseignants en vue de consolider les acquis des apprenants. En plus des programmes complets, il y aura aussi des émissions sur les loisirs créatifs afin de susciter le désir des enfants sur l'innovation et la création », a souligné Léger Ossombi Dira.

En termes de changements opérés, Canal+ devient Canal+ Première avec une série de productions et diffusions inédites de différents programmes, que ce soient des films, séries ou documentaires. Les séries africaines, productions Canal+ original, telles Manjak, Mamiwata et biens d'autres seront diffusées dès le 4 octobre sur cette chaîne.

Par ailleurs, Canal+ comedy devient Canal + Pop avec des émissions comme Tenues de soirée, 4 mariages pour une lune de miel. Mais pas que, car il y aura également des shows liés à l'humour, concerts, télé-réalités, magazines, films et séries. Dans le cadre des changements opérés, a confié Léger Ossombi, cette chaîne diffusera les programmes qui étaient diffusés sur Canal + tels : Bonjour santé, Enquête d'Afrique, Avant-première, Parlement du rire, Canal comedy club, Rendez-vous, etc.

Notons que Nathan TV sera disponible également sur Easy TV qui est sous la tutelle de Canal+ et exceptionnellement le 4 octobre, tous les abonnés pourront suivre les deux premiers épisodes de Manjak sur Canal+ Première. En option sur abonnement, Canal + proposera également désormais des chaînes anglophones.

Merveille Jessica Atipo

## Rencontre littéraire Deux rendez-vous prévus en octobre à l'IFC

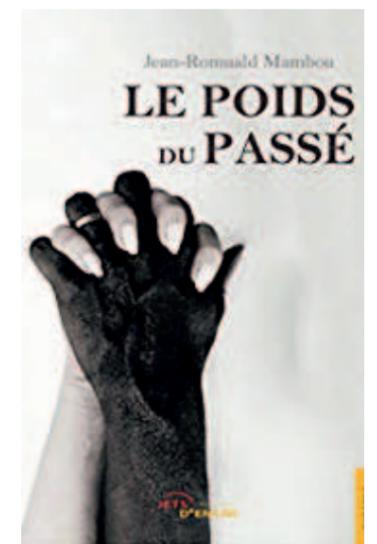
Dans le cadre de son agenda mensuel des rencontres littéraires, l'Institut français du Congo (IFC) met à l'honneur les ouvrages « J'ai vécu à Bacongo » de Nzenze Kinouani Kazis et « Le poids du passé » de Jean-Romuald Mambou.

La première rencontre littéraire se déroulera le 6 octobre au hall de l'espace culturel. L'ouvrage « J'ai vécu à Bacongo » est un assemblage des faits, récits et anecdotes vécus par l'auteur, dans ce quartier, deuxième arrondissement de Brazzaville, qui l'a vu naître.

Nzenze Kinouani Kazis relate, à la manière d'une leçon d'histoire, les faits, par moment émouvants, épatants, pathétiques, rocambolesques et drôles qu'il a pu vivre dans son adolescence à Bacongo, un quartier aux moult tumultes dans la période anté et post indépendance du Congo. Paru en 2019 aux éditions LMI, l'ouvrage fera l'objet d'un partage entre l'auteur et le public durant près de deux heures.

La seconde rencontre littéraire se déroulera le 20 octobre, toujours dans le hall de l'IFC. Ce moment de découverte et de partage s'articulera autour du livre « Le poids du passé », une pièce de théâtre de 128 pages publiée cette année aux Editions Jets d'encre et qui présente en quatre actes le rejet d'un couple mixte au sein d'une communauté africaine encore marquée par le colonialisme et l'influence des traditions.

« Quand les parents de Médard apprennent que leur fils revient au village, ils n'ont



qu'une hâte : le marier à celle qui lui est promise depuis des années. Leur rêve s'effondre quand il leur présente Mireille, une Blanche qu'il a épousée en France. Sans laisser au jeune couple le temps de s'expliquer, le patriarche rejette cette union, illégitime à ses yeux », précise un résumé du livre.

Notons que ces deux rendez-vous littéraires sont ouverts au public qui doit se faire inscrire au préalable en vue de réserver une place. Ce, dans le strict respect des mesures barrières. Une vente-dédicace est prévue pour chaque rencontre.

M.J.A.

## Style

# Le luxe africain se donne rendez-vous à Abidjan

**La première édition du forum de luxe en Afrique francophone se tiendra du 28 au 30 octobre à Abidjan, en Côte d'Ivoire. Organisé par l'agence Digital society, ce grand rendez-vous mettra en valeur des initiatives, des créations et prestations de luxe dont les fondateurs sont Africains.**

Sur le thème "L'excellence africain", la première édition du forum de luxe se veut être le lieu de rassemblement des acteurs principaux du secteur de luxe pour l'Afrique. Favorisé par une croissance annuelle moyenne de 10% selon le cabinet World, le marché du luxe dispose d'un potentiel considérable en Afrique. De la haute couture à la gastronomie en passant par l'art et les produits cosmétiques, l'on assiste à une extension de cette industrie sur le continent africain et les marques internationales s'y installent progressivement. En parallèle, c'est l'essor pour les marques haut de gamme africaines, selon Hapsatou Dora, directrice de l'Agence digital society et présidente du forum. « *L'enjeu est de placer au cœur de la réflexion : les initiatives, les créations et prestations de luxe dont les fondateurs sont Africains, afin de créer une véritable synergie autour d'un art de vivre à l'Afrique* », a-t-elle indiqué.

Une quarantaine d'intervenants

originaires de quatre coins de l'Afrique, de France, de Suisse et de Belgique répondront à une dizaine de problématiques concernant l'art, la gastronomie, l'hôtellerie haut de gamme. Le panel mettra un focus sur la valorisation des produits traditionnels dans un contexte mondialisé. Inclusive, cette édition du forum du luxe réunira pour la toute première fois les experts et ambassadeurs de grandes marques internationales et les créateurs de marques africaines. Parmi eux, Morin Oluwoli, directrice du pôle luxe Facebook ; Jaubert Thibaut, responsable Marché Afrique baron, Philippe de Rothschild; Ghebre Winta, responsable de Christian Louboutin, Yeo Bakary, market manager; Moët Hennessy; Rodrigue Voudonou, fondateur de la maison Gaye; Ahoua Toué, fondatrice de la maison Madjou.

D'autres ateliers sur "Wine and Woman" autour des valeurs communes seront aussi organisés au cours de ce forum de luxe avec à sa clé, l'excellence, le savoir-faire,



la convivialité pour valoriser davantage les produits d'exception made in Africa. Aussi, le forum proposera "L'ecrin africain", un sublimé showroom de pièces de créateurs associées à des expériences immersives et créatrices. Aujourd'hui, l'entrepreneuriat en Afrique est en plein essor et participe à la valorisation du patrimoine culturel, créatif et inno-

vant du continent. Le luxe provoque, par ailleurs, une émulation au sein de la nouvelle génération africaine, répond tout autant aux exigences du marché avec une volonté d'exporter stratégiquement et sur le long terme, les réalisations de tous les créateurs africains. Fondée par Hapsatou Dora, Digital society est une agence de communication spé-

cialisée dans le marketing digital et l'événementiel haut de gamme. La première édition du forum de luxe d'Abidjan est le pendant africain de pôle événementiel de la maison Digital society, forte d'une quarantaine d'événements mémorables organisés depuis 2018, à Paris, pour les marques de luxe et hôtellerie.

Cissé Dimi

## Humour

# Stephanie Bluetooth au podium de "Pool Malebo stand-up comedy"

**Stéphanie Bluetooth est l'une des vingt humoristes sélectionnés pour la quatrième édition de "Pool Malebo stand-up comedy", qui se tiendra le 9 octobre à Kinshasa, capitale de la République démocratique du Congo (RDC).**

Après une longue période d'interruption due aux contraintes de la crise sanitaire mondiale liée à la covid-19, l'événement revient pour une quatrième édition avec une sélection poignante de vingt humoristes originaires du Congo Brazzaville, du Congo Kinshasa et du Bénin qui vont chacun, par son talent singulier, valoriser la culture de son pays.

Stéphanie Divine Poumou, alias Bluetooth, est une jeune humoriste congolaise considérée comme l'une des révolutionnaires du stand up féminin. A chaque passage sur scène, elle capte le public par son talent, son brin de folie et sa créativité



té. Dès la maternelle, Stéphanie Bluetooth était désignée pour réciter les discours de fin d'année grâce à son courage. Lorsqu'elle arrive au primaire, elle s'intéresse au théâtre qui lui donne une grande popularité à l'école.

C'est en 2017 qu'elle s'est tournée vers la carrière d'humoriste, à la suite de sa participation à l'émission "Comedie battle", un concours diffusé sur la chaîne Digital radiotélévision (DRTV). Elle joint par la suite

la troupe Brazza comedy show, un collectif d'une quarantaine d'humoristes et de comédiens, formée à l'image de Jamel comedy club, avant de faire ses premières scènes en solo. Ses sketches sur la vie quotidienne des Brazzavillois et son sens de l'autodérision font mouche. Habitée ces dernières années à assurer les premières parties, l'étoile montante de la comédie congolaise, Stéphanie Bluetooth, 20 ans, prend de la hauteur. Elle a déjà participé à

plusieurs festivals et émissions d'humour dont Jonari, Bonana, Tuseo, Africa stand up festival, Parlement du rire.

Par ailleurs, Pool Malebo stand-up comedy est une plate-forme d'expression scénique des artistes des deux Congo, mais aussi d'Afrique. Elle met l'accent particulier sur le développement des jeunes talents. Avec une soirée qui accueille près de huit cents spectateurs au terme de chaque édition, l'initiative mérite un maximum d'accompagnement puisqu'elle va au-delà des vaines paroles, en créant l'harmonie au sein des humoristes des deux Congo et d'ailleurs. « *Sa particularité est son format, les éditions passées étaient en format réduit pour le public. Mais cette édition n'est pas seulement riche en programme artistique, aussi elle va recevoir un grand public, avec un spécial Guest qui nous viendra du Bénin* », ont an-

noncé les organisateurs.

Avec comme objectif de passer le cap de cent mille spectateurs sur l'ensemble des événements en présentiel et sur les réseaux sociaux, Pool Malebo stand-up comedy souhaite devenir une référence humoristique des deux Congo dans les prochaines années. Le festival donne ainsi l'occasion à des milliers de personnes, petits et grands venus en famille pour la plupart, de se réunir par le rire et sourire. Devenu un tremplin pour de nombreux humoristes du continent, Pool Malebo stand-up comedy a permis, lors de ses précédentes éditions, à plusieurs humoristes tels que Michael Sengazi, Felix Kisabaka, Juste Parfait, Cerveau Magic, les Nyota, Kemina Formidable, Riches Dj Fantôme, Kevin Key, Hervé Lokwa de faire preuve de leurs talents sur scène, lors de ses précédentes éditions.

C.D.

## Musique et souvenirs

## Les Bantous de la capitale, le dernier survivant

L'orchestre mythique les Bantous de la capitale, porte étendard de la musique congolaise, est le seul survivant des orchestres créés au cours des décennies 1950, 19 60, 1970 et 1980 qui ont occupé la sphère musicale des deux rives du fleuve Congo, à l'instar de l'African Jazz, de l'African Fiesta, de l'OK Jazz (devenu tout puissant OK Jazz), de Négro Band, du Cercul Jazz et qui ont disparu depuis belle lurette.

Partis de Brazzaville pour l'autre rive du fleuve Congo, à Léopoldville, Jean Serge Essous, Ganga Edo, Célestin Nkouka, Daniel Loubelo de la Lune et Ben Saturnin Pandi furent à l'origine de la création des orchestres Rock-a-Mambo et Ok Jazz autour des années 1950, où ils excellèrent avec brio. A noter que Jean Serge Essous fut le premier chef de l'OK Jazz.

Les titres tels que « Bayila », « Essous Simba Ngai », « Sérénade sentimentale » (œuvres d'Essous), « Aimé wa Bolingo » de Ganga Edo, « Micki-Mikiero » de Nino Malapet, et autres œuvres phonographiques produites aux Editions Loninguisa et Essengo par ces artistes connurent un succès phénoménal et sont restées immortelles, laissant des souvenirs parmi les mélomanes de Léopoldville de cette époque.

La chanson «Bayila» d'Essous, alias Jerry Lopez (comme on l'appelait à Léopoldville), fut un rythme Tchatcha Tcha (chanté en espagnol) dont Essous fut le premier artiste musicien qui



Les Bantous de la capitale

introduisit pour la première fois la danse Tchatcha Tcha dans la musique congolaise. Véritable coup de maître, ce tube connut une gloire immense à Léopoldville.

Tous les bars dancing vibraient au rythme de «Bayila». Obnubilé par le succès de cette œuvre,

le patron des Editions Essengo offrit à Essous un Scooter (Vespa) qui fut un objet de luxe et de grande valeur à l'époque et qui lui permit de s'illustrer dans toute la ville lors de ses balades. «Bayila», œuvre grandiose, hissa Essous dans les hautes sphères de la notoriété à Léo-

poldville.

L'idée de la création de l'orchestre Bantous émergea à Léopoldville autour de Jean Serge Essous, Ganga Edo, Célestin Nkouka, Daniel Loubelo de la Lune et Ben Saturnin Pandi, tous musiciens de l'orchestre Ok Jazz et originaires du Congo

Brazzaville, y compris Nedoule Papa Noël et Bossuma dit Desoins, suite aux troubles socio-politiques de janvier 1959 qui secouèrent la ville de Léopoldville.

Ces troubles qui opposèrent les Congolais et les colons belges furent à l'origine d'une antipathie entre les deux peuples et les étrangers vivant à Léopoldville.

Au regard de l'ampleur de cette antipathie ayant pris des allures xénophobes, Essous et ses compagnons se retrouvaient dans la clandestinité à Kintsouka (quartier situé au sud de Léopoldville en face des Cataractes) où ils seront rejoints par Nedoule Papa Noël et Bossuma dit Desoins pour des répétitions et la mise en œuvre du projet de création de l'orchestre Bantous. L'indiscrétion de Desoins obligea Essous et ses amis de s'exfiltrer et rentrer au bercail. L'idée de la création de l'orchestre Bantous prit corps et se concrétisa au cours de l'année 1959 à Brazzaville. (A suivre)

Auguste-Ken-Nkenkela

## Les immortelles chansons d'Afrique

## « Hymne à Brazzaville » de Sébas Enemen

Auteur, compositeur et poète, Sébas Enemen a doté la capitale du Congo, dont le cent quarante et unième anniversaire aura lieu le 3 octobre, d'une chanson intitulée « Hymne à Brazzaville ».

Le morceau fut enregistré dans le salon de Frédéric Siassa, alors preneur de son à la chaîne de télévision congolaise. Un simple magnétophone à quatre pistes avait suffi pour que l'album autoproduit puisse voir le jour.

Si la chanson « Hymne à Brazzaville » est bien connue du public, son interprète semble méconnu jusqu'à ce jour. En écoutant la magnifique voix qui chante dans cette aubade, beaucoup pensent que c'est Sébas Enemen. Ce qui n'est pas le cas, car il s'agit de la voix de l'artiste Atis Sita. Ce dernier, en effet, est un chanteur ténor qui, grâce à l'élégance de sa voix, a contribué au rayonnement de plusieurs albums d'artistes. Il figure parmi les héros dans l'ombre de la musique congolaise moderne.

Dans ce titre, l'auteur commence par une déclaration d'amour à l'égard de Brazzaville : « Oh Brazzaville, que tu es belle ma chérie, je t'aimerai toute ma vie oh Brazzaville ». En outre, il décrit Brazzaville, la verdure qui représente sa parure, ses saisons ainsi que les arrondissements qui la composent : « Makélékélé est la clé de la ville, Bacongo veille toujours sur le Congo.

*Poto-Poto te soutient de ses poteaux, Moundali boit Maduku jusqu'à la lie et Ouenzé hospitalier accueille tout le monde. Talangaï, le narcissique qu'on le regarde. Quant à Mfilou*



Sébas Enemen

*qui veille comme un vieux loup, de Ngamaba à la Djiri chasse les filous ».*

Rappelons que Brazzaville, capitale de l'Afrique

équatoriale Française, capitale de la France libre et capitale de la République du Congo, a abrité des grandes conférences, notamment celle de 1944, dont le thème fut « L'avenir de l'empire colonial français ». Brazzaville, ville créative de l'Unesco dans la catégorie musique depuis 2013, a accueilli plusieurs personnalités, artistes et orchestres à l'instar du pape Jean Paul II, Nelson Mandela, Louis Armstrong, Memphis Slim, Edson Arantes Nascimento, dit Pélé, l'orchestre Aragon, le groupe Kassav, etc.

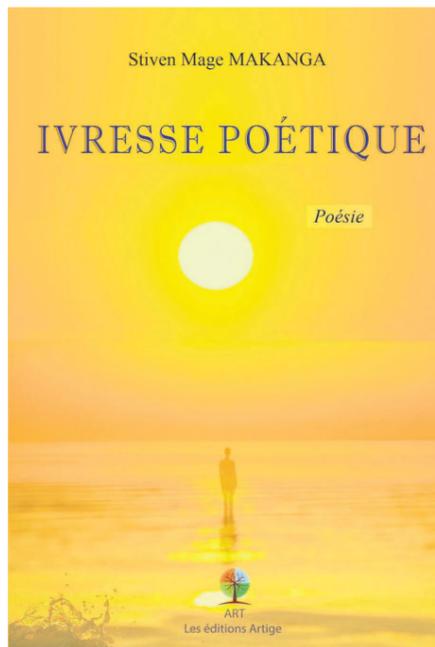
Paru en format cassette, l'album de Sébas Enemen a connu la participation d'Alphonse Ntaloulou à la basse, Papy à la guitare solo, José Gouvéa au clavier, Samuel Malonga et Pierre Mafouta aux trompettes. Son auteur, de son vrai nom Sébastien Nzambi Makoumba-Nzambi, est né le 14 août 1942 à Mouyondzi, dans le département de la Bouenza. A l'âge de 15 ans, il entre à l'Ecole militaire préparatoire Général Leclerc. En 1964, il est à l'Ecole militaire Saint Louis au Sénégal et Saint Cyr par la suite pour aboutir au commandement de la gendarmerie. Général de Brigade, il a été musicalement découvert en 1996 avec l'album « Le temps des Jacinthes ». Il est décédé le 29 mai 2011.

Frédéric Mafina

## Lire ou relire

« Ivresse poétique »  
de Stiven Mage Makanga

Paru aux éditions Artige à Dakar, le recueil de poésie révèle la maturité du poète congolais, chanteur des beautés et des drames de l'existence.



*celle d'hier, d'aujourd'hui, de demain, d'ailleurs ou nulle part, en rimes, vers, rythmes, proses jeux et métaphores. Elle est donc une symphonie humaniste des mélodies de la vie.*

Il concrétise ce rêve à travers le recueil, en peignant l'ivresse des mots assimilée à celle du vin qui coule à flot à Pointe-Noire, ville natale du poète. L'amitié, la romance, l'érotisme et la frivolité transpirent et défilent entre les strophes, dans un ton d'interpellation. « *Ma ville sent la bière/ Partout s'alignent des caves/ Il manque ici la prière/ Est-ce qu'ils le savent ? (...) Prêchez cette jeunesse qui se perd/ Marchant inconsciente sans repère* », apostrophe le poète.

Par ailleurs, il s'indigne contre certains drames de la société actuelle comme le 4 mars, les ravages des « Bébés noirs », et la mort de Georges Floyd. Le poète reste par conséquent ouvert au monde, mais toujours attaché à l'Afrique, sa terre de prédilection. Un attachement auquel s'ajoute en bonne place celui qu'il manifeste à l'égard de sa patrie et de ses compatriotes, les Congolais, avec qui il a le sentiment de former une seule famille, une nation, surtout quand ils se rencontrent à l'étranger.

Diplômé en gestion de projets au Sénégal et en langue anglaise au Ghana, Stiven Mage Makanga est auteur de deux recueils de poésie: «Hectare» aux éditions Edilivre de Paris, et «Ivresse poétique» aux éditions Artige de Dakar.

**Aubin Banzouzi**

Dans les nuits de Dakar, au Sénégal, Stiven Makanga puise sa passion d'écrire au son lyrique et rythmique de ses prédécesseurs dans cet art. Il s'agit de Fatya Ibrahim, Espoir Ndingoué, Kevin Mandah, Py Armel, Alioune Badara Chidid ou encore Victor Hugo, Charles Baudelaire, Paul Eluard et Arthur Rimbaud.

Pour l'auteur, « *la poésie est la première expression littéraire de l'humanité. Le poète est donc un créateur, un acteur de ce monde qui se munit de l'imaginaire pour sublimer et peindre une réalité,*

Noël Kodia Ramata publie  
un récit sur la covid-19

« De l'hôpital de la croix Saint Simon de Paris à l'Institut médical de Romainville : dans l'ancre de la covid-19 », tel est le sous-titre du récit autobiographique de l'auteur qui a survécu du spectre du coronavirus.

Ecrivain et observateur avisé de la littérature congolaise, Noël Kodia Ramata a contracté l'an dernier la covid-19. La maladie s'est manifestée lors de son séjour à Brazzaville. Evacué rapidement à Paris aux côtés de son épouse et de ses enfants, il est hospitalisé d'urgence. Le temps passé à l'hôpital de la croix Saint Simon de Paris et à l'Institut médical de Romainville lui a inspiré ce récit qui sort de l'ornière de l'imaginaire. Tous les faits relatés sont vrais, parce que vécus et datés dans un journal personnel tenu par un malade pas comme les autres.

Noël Kodia Ramata profite du temps prolongé de solitude à l'hôpital pour écrire tout ce qui l'a marqué en ce temps douloureux, où il vit entre l'incertitude et l'espoir. Il ne laisse pas sous silence les marques d'affection dont il jouit de la part de son épouse, de ses enfants et de ses amis, notamment d'autres écrivains comme Pierre Ntsemou et Gaétan Ngoua qui lui ont consacré des poèmes qui figurent à l'annexe de ce volume.

Du 27 août au 10 novembre 2020, l'auteur s'est débattu avec la prédatrice à la une. Pendant que les médecins ont généreusement pris soin de son corps pour le rendre sain et sauf à sa famille, lui n'a cessé de jouer son rôle d'époux attentionné, de père responsable et sensible au besoin ne fut ce qu'affectif de ses enfants. Cœur vaillant et ouvert, il n'a cessé de communiquer avec son cercle d'amis. Armé de sa plume, comme de coutume, il est passé de temps en temps de la lecture à l'écriture de cet ouvrage qui est un cri de reconnaissance envers tous ceux qui l'ont

soutenu dans cette dure épreuve.

On peut retenir, parmi les anecdotes qu'il rapporte, cet extrait : « *Julien m'a promis d'en parler aux présidents du Forum des gens des Littres et du Pen Congo*

*dont les membres pourront se retrouver d'un jour à l'autre dans ma situation au pays, situation qu'il faudrait gérer obligatoirement. Au pays, on ne semble pas prendre au sérieux la valeur d'un écrivain. Ici à Paris, dans l'hôpital où je me trouve, je ne suis pas « considéré » comme les autres malades quand je me présente à certains comme écrivain congolais. Aussi, (...) quelques médecins et infirmiers sont allés découvrir la véracité de mes déclarations sur des moteurs de recherches comme Google. Comme c'est beau d'être écrivain ! Des créateurs des œuvres de l'esprit à qui l'on doit du respect, surtout quand il s'agit des étrangers » (page 48).*

**A.B.**



## Voir ou revoir

## « Wallay » de Berni Goldblat

Le métissage culturel et le retour aux sources se côtoient dans « Wallay », un long-métrage sorti en 2017 et signé par le réalisateur suisse, Berni Goldblat.

« Wallay » est une expression arabe couramment utilisée en Afrique subsaharienne qui signifie « Je te jure ». De cette formule, Berni Goldblat a puisé le titre de son film, une œuvre à la fois joyeuse, vivante et sincère comme le voulait le réalisateur.

Le scénario gravite autour d'Ady incarné par Makan Nathan Diarra. A 13 ans, le jeune garçon métis se montre insolent envers son père qui juge bon de l'envoyer dans son pays d'origine, le Burkina-Faso, le temps d'un été afin de se faire redresser grâce à un rite initiatique. Persuadé de repartir en France après les vacances, Ady sera désenchanté au départ avant d'apprendre à apprécier la plongée dans ses racines ancestrales.

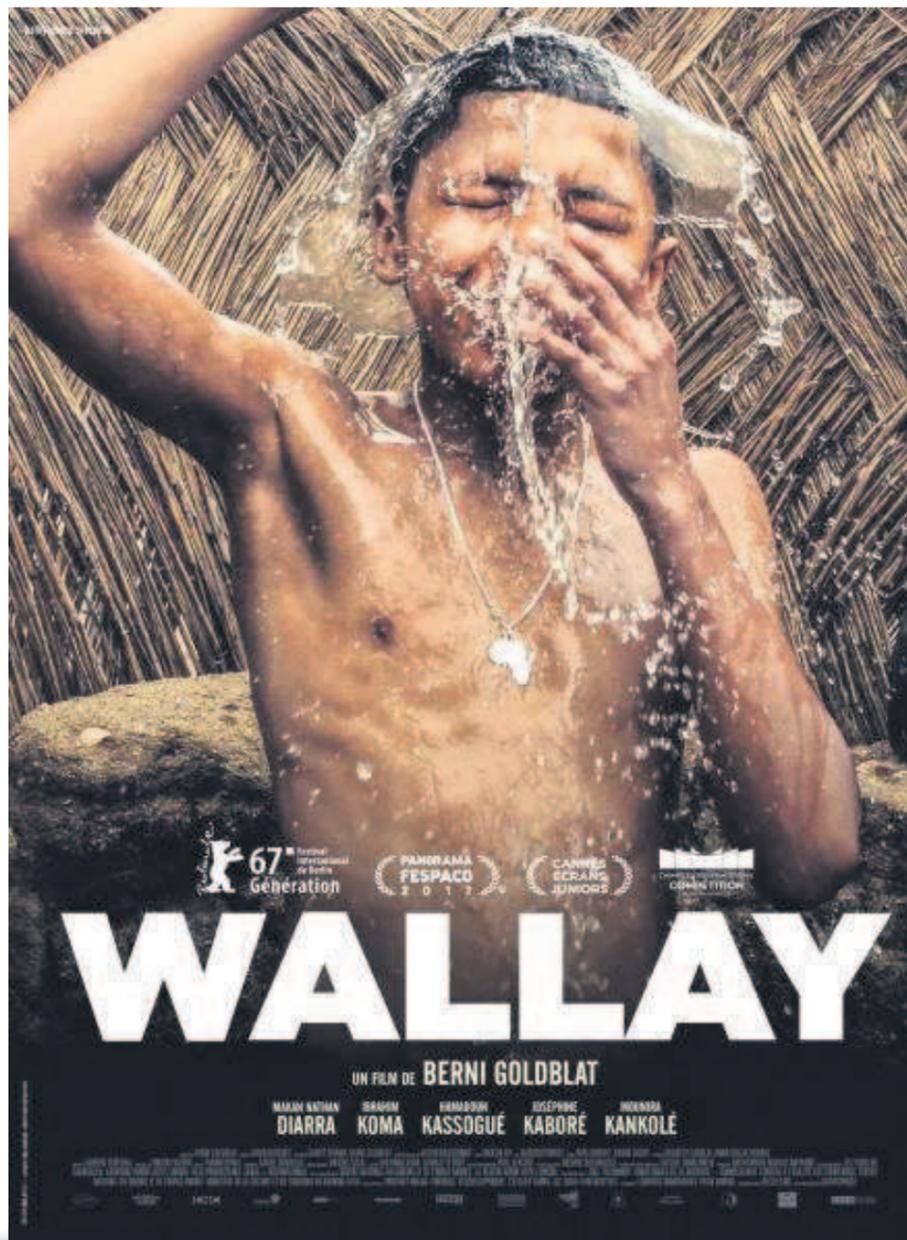
Première fiction du réalisateur suisse après trois documentaires, « Wallay » est un beau film et cela se ressent à travers le jeu des acteurs, les émotions qu'ils partagent aux spectateurs, le panorama du paysage mis en avant et la valorisation des langues maternelles. Un travail de longue haleine qui aura coûté sept bonnes années à Berni Goldblat pour réaliser ce film tourné effectivement au Burkina-Faso, en 2016.

D'une durée d'environ 1h 24 mn, ce long-métrage est avant tout l'option de dire son point de vue sans aucune prétention. Une démarche confortée par le réalisme des thématiques qu'aborde « Wallay ». Ainsi, en épousant les peurs, les incertitudes et les résistances d'Ady, on en apprend beaucoup sur le dialogue de cultures. Comme pour dire que dans la vie, on a sa vérité, laquelle, confrontée à celle des autres, doit être relativisée.

Par ailleurs, le thème du voyage qui rythme la vie d'Ady permet d'aller à la rencontre des hommes et des femmes admirablement ressortis dans cette fiction, à l'instar d'Amadou, son oncle, incarné par Hamadou Kassogué et qui est chargé de redresser le jeune garçon insoumis ; Mam, sa grand-mère, remarquablement interprétée par Joséphine Kaboré ; Jean, son cousin et à la fois guide, joué par Ibrahim Koma.

Cinéaste né à Stockholm en Suède en 1970, de nationalité suisse, Berni Goldblat est l'auteur de plusieurs films documentaires réalisés principalement au Burkina Faso où il s'est installé depuis plus de dix-sept ans.

**Merveille Jessica Atipo**



Yousign

# La nouvelle expérience de signature au service des PME

**Afin d'accompagner les Petites et Moyennes entreprises (PME) dans la digitalisation de leur business, la solution de signature électronique Yousign lance sa nouvelle application, intuitive et performante pensée justement pour s'adapter aux besoins des indépendants, Très Petites entreprises (TPE) et PME.**

Partant du constat évident que la crise sanitaire internationale a eu un impact considérable sur les entreprises, il n'est pas étonnant que bon nombre d'entre elles aient accéléré leur transformation digitale afin de s'adapter, en un temps record, aux nouvelles contraintes liées à l'actualité. Pourtant, en fonction de leur taille, de leur secteur et de leur structure, les entreprises ne connaissent pas toutes les mêmes défis en matière de digitalisation et la plupart des outils proposés sur le marché aujourd'hui ne sont pas adaptés aux indépendants, TPE et PME.

La dématérialisation des solutions n'est pas systématiquement évidente pour ces entreprises à taille humaine, car leurs besoins sont foncièrement différents. Certains outils ont cependant fait des besoins de ces petites entreprises leur priorité. C'est notamment le cas de Yousign, expert de l'expérience en signature digitale qui aide les PME au quotidien sur le développement de leur dématé-

rialisation, mais pas uniquement.

Les solutions de Yousign aident les entreprises à digitaliser la gestion des signatures pour mieux se connecter avec leurs équipes, clients et partenaires et simplifier leur quotidien. Quels sont les avantages d'une telle solution pour les indépendants, TPE, PME et ETI ? Quelles utilisations les outils Yousign permettent-ils et en quoi sont-ils particulièrement novateurs ? À l'occasion du lancement de la nouvelle version de l'application de signature électronique Yousign, quelques atouts ont été dévoilés.

## Une application SaaS intuitive, fiable et sécurisée

Les solutions de Yousign permettent aux professionnels d'automatiser leur processus de signature et de sécuriser leurs données tout en leur offrant une expérience optimale à leurs équipes comme leurs clients : moins de temps passé sur les tâches administratives chronophages, davantage de suivi des



**La start up normande Yousign**

documents et une meilleure organisation de la digitalisation de l'entreprise. Avec sa plateforme SaaS intuitive et son API\* modulable, combinées à un support dédié, Yousign offre les solutions de signature électronique intégrées les plus complètes du marché. L'application SaaS est intuitive, fiable et sécurisée et pensée pour permettre aux PME d'atteindre rapidement leurs objectifs. Afin d'accompagner ses clients dans leur digitalisation, Yousign lance une nouvelle application de si-

gnature électronique, entièrement repensée.

## Un design épuré et une interface intuitive au service de l'utilisateur

Quelles sont les nouvelles fonctionnalités de l'application ? Qu'est-ce qui change et qui permet à Yousign de faire partie des experts du secteur ? Tout d'abord, une nouvelle interface intégrant un nouveau design pour une utilisation toujours plus intuitive et un accompagnement in-app ren-

forcé tout au long du parcours d'utilisation. En développant ce nouvel outil, les experts de Yousign ont créé une nouvelle expérience de signature, plus simple, innovante, agréable et cette nouvelle interface conserve toutes les garanties de sécurité.

Découvrir l'application sur le lien ci-dessous.

<https://yes.yousign.com/fr/application-signature-electronique-intuitive?..>

**Christ Boka et Siècle Digital**

## Guide

# Maximiser l'expérience utilisateur en choisissant le bon format mobile

**Le guide, rédigé par Kaliop, donne les bonnes pratiques et les clés pour optimiser une solution mobile et améliorer l'expérience des utilisateurs.**

Selon la dernière enquête annuelle de We are social, le mobile est en très forte progression. Sur les 7,87 milliards d'habitants sur terre, on dénombre 5,27 milliards de mobinautes. Autre statistique intéressante : en 2021, la part du trafic web sur mobile a augmenté pour atteindre les 56%. C'est +11% par rapport à l'année 2020. Dans son dernier livre blanc, Kaliop, spécialiste de la transformation numérique et de l'innovation, vous livre les clés pour concevoir et déployer un produit efficace et performant sur mobile.

## Comprendre la psychologie des utilisateurs et leurs habitudes

Comme vous le découvrirez dans ce guide, avant tout, vous devez impérativement comprendre les attentes de vos utilisateurs. Comme le rappelle Kaliop : "les

utilisateurs sont de plus en plus exigeants et attendent désormais les mêmes fonctionnalités des applications des grands groupes et des PME. Il faut donc chercher à comprendre la psychologie des utilisateurs et leurs habitudes de consommation".

En téléchargeant ce livre blanc, vous découvrirez comment mettre l'utilisateur au cœur de la démarche mobile avec la création d'outil comme l'expérience map. Kaliop vous livre également plusieurs techniques intéressantes pour tester vos hypothèses auprès des utilisateurs le plus tôt possible : le benchmarking, les ateliers de co-conception, ou encore le prototypage et les tests utilisateurs.

## PWA, cross-platform ou app native : quel format pour quel besoin ?

Dans ce guide, vous en appren-



**Le mobile est en très forte progression**

rez davantage sur les différents formats et technologies possibles pour un projet mobile, comme le cross-platform avec React Native et Flutter qui permettent de développer des applications natives à la fois pour iOS et Android, ou encore la PWA (Progressive Web App)

qui fait le pont entre le web et le mobile. Le livre blanc de Kaliop vous aiguillera pour choisir la bonne technologie en fonction de votre projet.

## Les leviers de marketing digital et les impacts sur le business

Vous apprendrez, par ailleurs,

comment définir votre stratégie de présence en fonction de vos besoins marketing et votre ambition business. Kaliop vous donne les clés pour adapter votre marketing mix suivant vos choix technologiques.

Le guide est téléchargeable sur /[info.kaliop.com](http://info.kaliop.com)

**S.D.**

## Initiative

## Des livres d'occasion pour redonner aux Congolais le goût de la lecture

La vendeuse de livres d'occasion, Colombe Boueya, a exprimé, récemment à Pointe-Noire, sa volonté de redonner aux Congolais, en général, et aux jeunes, en particulier, le goût de la lecture en vue de les aider à développer leur intelligence et leur capacité de réflexion.

Colombe Boueya a déclaré, à l'occasion d'une étude menée par l'Agence congolaise d'information, que l'amour de la lecture est devenue, en terre congolaise, une espèce en voie de disparition. Pour s'approvisionner en livres, elle se tourne soit vers ses collègues vendeurs, soit vers les personnes de bonne foi qui lui proposent quelques bouquins de leurs bibliothèques personnelles, a-t-elle dit.

Selon elle, les titres qui intéressent les acheteurs sont ceux portant sur les métiers, la religion, l'école et le développement. «Il existe une autre qualité de livres qui les fascinent. Ce sont les livres qui traitent de l'occultisme. Mais moi, je n'y touche pas, car je me dis qu'ils n'apportent rien de bon aux gens», a-t-elle ajouté.

Par ailleurs, attirant l'attention des autorités congolaises sur la baisse de niveau de travail des élèves et étudiants, Colombe Boueya a proposé l'organisation des campagnes de sensibilisation

à l'importance du livre et l'utilité de la lecture.

Apportant sa pierre à l'édifice, elle a signalé son habitude d'organiser des ateliers de lecture. Au cours de ces séances récréatives, elle a fait remarquer qu'elle en profite pour faire des dons de livres aux jeunes, sans attendre un quelconque gain financier.

Participant à l'enquête, Reich Malonga a révélé qu'il aime tellement son métier qu'il ne le changera contre rien au monde. «Car je suis maître de mon temps. Je suis comme un électron libre. Je n'ai d'ordre à recevoir de personne», a-t-il argumenté. «Je réussis à subvenir aux besoins essentiels de ma famille grâce à ce travail. Je sais qu'il n'est possible d'obtenir tout ce que l'on désire, mais je suis sûr d'une chose, nous pouvons avoir tout ce dont nous avons besoin», a-t-il poursuivi.

En outre, en ce qui concerne les difficultés, Reich Malonga a laissé entendre que ses collègues et lui ne se sont pas respectés non seu-



Colombe Boueya

lement par le commun des mortels mais également par certaines autorités. « Nous voulons que notre secteur d'activités soit réglementé », a-t-il envisagé.

Pour le compte des acheteurs de ces ouvrages d'occasion, la lycéenne Mercia Milémé dit sa préférence au sujet de ces librairies de fortunes. A son avis, les bou-

quins vendus dans ces espaces sont à la fois accessibles et moins coûteux. Par contre, dans les librairies conventionnelles, a-t-elle repris, les livres sont vendus à des prix faramineux. Et selon elle, le cadre dans lequel ils sont exposés est tellement influent qu'il repousse les personnes aux moyens modestes. Terminant son propos,

elle a fait savoir qu'elle avait entièrement confiance aux vendeurs de livres en occasion. Ces personnes sont des pères et des mères de familles responsables. Par conséquent, elles ne pourraient prendre le risque d'exposer des livres volés. La vente de livres constitue leur gagne-pain, a-t-elle soutenu.

Christ Louzany

## Evocation

## Mwana Okwèmet, le fétiche et le destin (29)

## La maladie de Gbakoyo (29)

Parmi les personnes raflées à Ibo-la-Mbouandé se trouvait Ngatshono Ngassy, un grognard qui trouvait toujours à redire, geindre, protester et se répandre en jérémiades à longueur de journée. Dans le village, cette qualité lui avait valu un surnom. On l'appelait l'Niami l'Toungou, c'est-à-dire le grognard, dont la traduction littérale est Folie avortée. Au cours du trajet qui l'amenait avec les autres prisonniers, la corde au cou, vers Ossèlè, il ne cessa de grogner. Quand Gbakoyo s'aperçut qu'il fallait revêtir les prisonniers pour ne pas essuyer les fureurs du commanda, Folie avortée refusa de reprendre son pagne. Il prit à témoin Kassambé et ses compagnons de voyage tout comme des passants se trouvant à l'entrée de la passerelle qui enjambait Bofor. Il les interpella.

Paraît-il que nous sommes des hommes-léopards, des fous à lier, raison pour laquelle nous sommes ligotés et traînés comme des bêtes. Puisqu'il en est ainsi, pourquoi nous revêtir maintenant alors que nous venons de traverser plusieurs villages nus comme des vers ? Le commanda et les habitants d'Ossèlè seraient-ils les seuls habitants de cette contrée qui prendraient la fuite à la vue de notre nudité ?

Kassambé jeta un regard outragé en direction de son beau-frère. Gbakoyo pipait déjà des mots mbochi sans parler cette langue. La résistance et la revendication de Folie avortée l'avaient rendu furieux. Il menaçait de le jeter dans la rivière quand Kassambé intervint en faveur du grognard. Il convainquit son beau-frère qu'il venait de commettre un sacrilège qui lui porterait mal-

heur si jamais Folie avortée finissait sa vie noyée dans la rivière. Celui-ci retrouva sa liberté non sans proférer des malédictions contre le milicien. Plus tard, dans sa vieillesse, Kassambé se rappellera de son voyage à Ossèlè en s'indignant du cruel outrage que le ravisseur de sa cousine avait infligé aux habitants du village Ibo-la-Mbouandé.

Les premières années de l'enfance de la petite Lucie furent aussi les plus heureuses du couple que formaient Gbakoyo et Mwana Okwèmet. La jeune mère de famille assumait entièrement son destin au milieu d'autres femmes dont l'histoire de la présence auprès des miliciens se ressemblait plus ou moins à la sienne. Les campagnes militaires auxquelles participa Gbakoyo, commando de choc, ballotèrent Lucie et ses parents de ville en ville. Après Ossèlè, Mwana Okwèmet et sa famille atterrirent successivement à Owando, à Liboka auprès du chef Etema-Béa, à Gamboma et à Djambala.

En 1935, Lucie, unique enfant de Ngala Anne et Gbakoyo, était devenue une gamine de neuf ans tendrement choyée par ses parents. La famille se trouvait à Djambala. Dix ans s'étaient écoulés depuis que Mwana Okwèmet n'était plus revenue dans son village. Elle obtint de son compagnon l'autorisation de rendre visite à sa mère et fit le voyage de Bèlet. Elle retrouva la plupart de ses frères vivants. E'Guendé avait pris de l'âge, l'athlétique Lemboffo toujours obscène était devenu une légende vivante du folklore mondo et continuait de déplacer des foules. Le vieil Ikama Oyélé, dont la

préparation psychologique l'aida à marcher vers son destin, s'était déjà éteint. Mwana Okwèmet quitta son village le cœur serré, affectée par la solitude dans laquelle se retrouvait abandonnée sa mère.

Le destin frappa de nouveau à sa porte après son retour à Djambala. Gbakoyo fut victime d'une attaque cardio-vasculaire qui paralysa la mobilité du colosse baya. Mwana Okwèmet fut prise de panique. Dans son esprit, cette maladie ne pouvait pas tomber plus mal. En effet, en dépit des apparences, le couple Gbakoyo et Ngala Anne traversait de temps à autre de fortes zones de turbulences. L'attente d'un second enfant qui semblait de plus en plus vaine, au fur et à mesure, que Lucie prenait de l'âge fut un sujet récurrent de querelles au sein du couple. On se rejetait, à tour de rôle, la responsabilité de l'échec sur l'autre. Au-delà des vicissitudes quotidiennes de la vie du couple, cette maladie était lourde de conséquences tant pour Mwana Okwèmet que pour Gbakoyo. D'une part, dans ce couple créé par la force des armes, et privé de légitimes assises, un passé fait de frayeurs et d'intimidations menaçait de resurgir à chaque instant. Le baume apporté par la présence de la petite Lucie maintenait une apparente cohésion traversée des deux côtés par de sordides calculs sur l'exclusivité de la garde de l'enfant en cas de coup dur. D'autre part, à 33 ou 34 ans, l'avenir immédiat de Ngala Anne, femme et mère, était menacé de s'obscurcir si, par malheur, elle devenait subitement veuve. ( A suivre)

Ikkiia Ondai Akiera



## Le saviez-vous ?

# Les six premiers Afro-Américains devenus millionnaires

Immédiatement après l'émancipation, il y avait 4 047 millionnaires aux États-Unis. Six d'entre eux étaient Afro-Américains. Entre 1830 et 1927, alors que la dernière génération de Noirs nés en esclavage arrivait à maturité, un petit groupe d'hommes et de femmes industriels, tenaces et audacieux, a innové pour atteindre les plus hauts niveaux de réussite financière.

Beaucoup de personnes pensent que Michael Jordan, Bob Johnson et Oprah Winfrey ont été les premiers Noirs à générer un revenu à sept chiffres. Pourtant, bien avant leur naissance, six hommes et femmes afro-américains ont été les premiers pionniers à devenir millionnaires

**Mary Ellen Pleasant** : Née en 1814 et décédée en 1904 est



une entrepreneure, financière, magnat de l'immobilier et abolitionniste du XIX<sup>e</sup> siècle. Elle a sans doute été la première millionnaire afro-américaine autodidacte, précédant Mme CJ Walker de plusieurs décennies. Elle se qualifie de « capitaliste de profession » lors du recensement de 1890 aux États-Unis. Son objectif était de gagner un maximum d'argent afin d'aider un maximum de personnes. Elle a contribué au chemin de fer clandestin et a participé à son extension vers l'ouest pendant l'ère de la ruée vers l'or en Californie. Après la guerre de

Sécession, elle a remporté plusieurs victoires qui lui ont valu d'être surnommée « La mère des droits de l'homme » en Californie. Réalisant qu'elle était dans une position précaire en tant que femme noire qui avait acquis un pouvoir politique et financier, elle cherche à se fondre dans la culture de l'époque. Elle s'est longtemps présentée comme gouvernante et cuisinière, même quand sa situation financière lui permettait de ne plus travailler, et a utilisé ces positions pour entrer en contact avec des membres de la bourgeoisie et obtenir des informations pour ses investissements.

**Robert Reed Church (18 juin 1839 - 29 août 1912)**: Était un entrepreneur afro-américain, homme d'affaires et propriétaire terrien dans la ville de Memphis qui a commencé son ascension pendant la guerre. Il s'est bâti une réputation de grande richesse et d'influence dans le milieu des affaires. Il a fondé « Solvent Savings Bank », la première banque appartenant à des Noirs dans la ville, qui a accordé des crédits aux Noirs afin qu'ils puissent acheter des maisons et développer des entreprises. En tant que philanthrope, Church a utilisé sa richesse pour développer un parc, un terrain de jeu, un auditorium et d'autres installations pour la communauté noire, qui a été exclue par la ségrégation raciale promulguée par l'État de la plupart de ces commodités de la ville.

**Hannah Elias** : Née vers 1865 et morte vers 1865, elle était une travailleuse du sexe et propriétaire terrien américaine qui est devenue l'une des femmes noires les plus riches du monde au cours de sa vie. En 1884, pour assister au mariage de sa sœur, elle emprunte une robe de bal sans la permission de son employeur, ce qui entraîne une peine à la prison de Moyamensing et son bannissement de la maison. Devenue travailleuse de sexe, elle a rencontré le riche propriétaire d'une usine de

verre, John R. Platt, de 45 ans son aîné.

**Annie Turnbo-Malone (9 août 1877 ou 1869 - 10 mai 1957)**: Elle était une femme d'affaires, inventrice et philanthrope américaine. Elle est considérée comme l'une des premières femmes afro-américaines à devenir millionnaire. Au cours des trois premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle, elle a fondé et développé une grande et importante entreprise commerciale et éducative centrée sur les cosmétiques pour les femmes afro-américaines.

Ottaway.W Gurley (25 décembre 1867 - 6 août 1935): Il était autrefois l'un des hommes noirs les plus riches et l'un des fondateurs du quartier de Greenwood à Tulsa, Oklahoma, connu sous le nom de « Black Wall Street ».

**C. J Walker** : Née Sarah Breedlove le 23 décembre 1867, dans la paroisse de Madison, en Louisiane, et morte le 25 mai 1919 à Irvington, dans l'État de New York, elle est une femme d'affaires afro-américaine. Elle est la première femme américaine à devenir millionnaire par elle-même. Souffrant de problèmes de pellicules sévères et d'autres affections du cuir chevelu, y compris la calvitie, en raison de troubles cutanés et de l'application de produits agressifs utilisés pour nettoyer les cheveux et laver les vêtements, Sarah veut remédier à ce problème. Elle devient alors commissionnaire en vendant des produits pour Annie Malone, une entrepreneuse afro-américaine de soins capillaires. Après son mariage avec Charles Walker en 1906, Sarah est connue sous le nom de Madam C. J. Walker. Elle se présente comme une coiffeuse indépendante et une revendeuse de crèmes cosmétiques nommées «Madam», adoptées en référence à des femmes pionnières de l'industrie française de la beauté.

*Jade Ida Kabat*

# Bourses d'études en ligne

## Bourse d'études Ashinaga 2022-2023

**Ashinaga est une association japonaise qui s'est donnée pour mission d'apporter une aide financière l'Afrique dans le domaine de l'éducation. C'est ainsi qu'un programme de bourse d'études a été mis en place pour aider les jeunes étudiants africains à réaliser leurs projets d'études à l'étranger. La bourse Ashinaga s'adresse aux étudiants africains, orphelins de père, de mère ou des deux parents.**

### Les avantages de la bourse Ashinaga

Le montant de la bourse d'études est de 800 euros/mois. La bourse d'études Ashinaga est complète. Elle prend l'intégralité de vos études en charge : Les frais de scolarité, Le billet d'avion aller-retour, Les frais de logement; Les frais de subsistance (argent de poche, transport, nourriture etc...). La durée de la prise en charge de la bourse La durée maximale de la bourse est équivalente à une formation universitaire de premier cycle (maximum quatre ans).

**NB** : Le redoublement au cours de l'année universitaire entraîne la fin de la bourse d'études.

### LES CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ

Les candidatures sont ouvertes à tous candidats qui respectent les conditions suivantes : Orphelin de père, de mère, ou des deux (et qui peuvent fournir un document officiel qui l'atteste). Vous devez avoir terminé votre cycle secondaire et avoir obtenu votre baccalauréat général après le 2 août 2019 ou avant le 28 février 2022. Votre pays d'origine doit figurer parmi les pays éligibles (48 pays sont éligibles pour la bourse Ashinaga). Vous devez

être né après le 1er septembre 1999. Vous devez prouver que vous n'avez pas les capacités financières pour étudier à l'université jusqu'à l'obtention d'un diplôme de premier cycle. Prouver que vous parlez couramment le français ou l'anglais. Vous devez vous engager à retourner dans votre pays d'origine après vos études à l'étranger. Prouver que vous êtes en bonne santé et capables d'aller étudier à l'international.

### LES PAYS ÉLIGIBLES

Quarante-huit pays africains sont éligibles pour la bourse d'études Ashinaga : Bénin, Burkina Faso Cameroun Côte d'Ivoire Djibouti Gabon Guinée Conakry République centrafricaine République démocratique du Congo République du Congo Et bien d'autres pays...

### COMMENT POSTULER ?

Cela se fait en ligne, par mail ou par la poste. Pour postuler en ligne, merci de bien vouloir cliquer sur le lien qui suit : <https://ashinaga.smapply.net/>

### LES PIÈCES À FOURNIR

Une copie de votre pièce d'identité ou du passeport; La copie de l'attestation de réussite au baccalauréat ou quelconque autre justificatif de la complétion des études secondaires, et le relevé de notes de l'examen (pour les bacheliers de 2019, 2020 et 2021); La copie de tous les bulletins scolaires/relevés de notes des 3 dernières années du lycée (relevés du dernier trimestre ou semestre, ou les relevés annuels); La preuve d'inscription ou les relevés de notes d'études supérieures, si applicable; La copie du certificat de décès ou de disparition du ou des parents, ou tout document officiel alternatif; La copie de l'acte de naissance du (de la) candidat(e); Copies des certificats d'activités extra-scolaires, de formations, d'emplois ou autre engagement (si applicable); Une lettre de recommandation d'un(e) enseignant(e). Cette lettre doit inclure leur numéro de téléphone et doit contenir des informations sur vos performances et votre personnalité pendant vos études secondaires. Toutes les lettres de recommandation doivent porter une signature ou un cachet officiel.

*Par Etudiant africain*

## Epilepsie

# Comment réagir face à une crise convulsive ?

**Une crise convulsive d'épilepsie est toujours impressionnante. Afin d'aider celles et ceux qui en sont victimes, il est important de savoir réagir. Petit récapitulatif de l'attitude à adopter.**

Comment réagir face à une personne qui perd connaissance, chute brutalement, est prise de mouvements convulsifs, de secousses parfois violentes ? C'est à cette question que l'association Epilepsie France a souhaité répondre à l'occasion de la Journée mondiale des premiers secours, le 11 septembre. Ses consignes ont pour but d'aider tout un chacun à porter secours à toute personne victime d'une crise d'épilepsie convulsive généralisée.

### Pendant la crise

Le plus urgent est de sécuriser la victime. Pour cela :

- dégager l'espace et éloignez d'elle tout ce qui pourrait la blesser : meubles, objets, outils, sources de chaleur... ;
- placez un oreiller, des coussins ou des vêtements sous sa tête pour la protéger ;
- ôtez les lunettes si la personne en porte ;
- desserrez ses vêtements, col, ceinture ;

- mettez-la dès que possible en position latérale de sécurité ;
- ne cherchez pas à transporter la personne, sauf si elle se trouve dans un lieu dangereux : route, escalier, bord de l'eau, proximité im-



Une personne épileptique secourue en pleine crise/DR

- si possible, notez l'heure de début et de fin de la crise, la durée de celle-ci est une information importante pour le médecin. Une fois mise en sécurité, évitez

- de :
- gêner ses mouvements ;
- d'essayer de l'asseoir ;

- de lui donner à boire ;
- de lui donner des médicaments. « Il ne faut rien mettre dans la bouche d'une personne en train de faire une crise d'épilepsie »,

martèle l'association. Ne tentez pas non plus de retenir sa langue pour éviter qu'elle ne l'avale ou s'étouffe avec. « L'idée selon laquelle la personne peut avaler sa langue et s'étouffer est fausse », assure-t-elle.

### Après la crise

Rassurez la victime et expliquez-lui ce qui vient de lui arriver, rappelez-lui où elle est et indiquez-lui qui vous êtes. Laissez-la récupérer car la crise l'a fatiguée. Demeurez auprès d'elle jusqu'à ce que la période pendant laquelle elle est confuse soit passée. En revanche, il est absolument déconseillé de lui donner tout de suite à boire.

Il n'est pas nécessaire d'appeler un médecin ou les secours si la personne sait qu'elle est épileptique. Sauf si :

- la crise dure plus de cinq minutes ou si la personne ne reprend pas conscience cinq minutes après la fin des convulsions ;
- deux crises se succèdent sans retour à la normale dans l'intervalle ;
- la personne s'est blessée.

**Destination santé**

## Bien-être

# Pour vivre longtemps, marchez plus souvent !

**La pratique d'une activité physique régulière fait partie des facteurs permettant d'allonger l'espérance de vie. Bonne nouvelle, pas besoin de courir un marathon pour vivre plus longtemps, il suffit de marcher plusieurs fois par jour ! Explications.**

La marche est une activité bénéfique pour la santé, c'est bien connu. Mais à quel point ? Et combien de pas sont-ils nécessaires pour allonger notre espérance de vie ? Des chercheurs américains de l'Université de Caroline du Nord, à Chapel Hill, ont étudié les habitudes de 16 732 participantes à la Women's Health Study, âgées de plus de 60 ans. Pour cela, elles ont notamment porté une ceinture comptant le nombre de pas effectués chaque jour durant quatre à sept jours.

Grâce à leurs observations, les scientifiques les ont réparties en deux groupes : le premier était composé des participantes marchant durant dix minutes ou plus d'affilée, sans interruption. Le second comprenait celles marchant parfois autant mais par périodes plus courtes, et durant les activités du quotidien, comme le ménage, monter les escaliers, marcher à sa voiture...

Au total, 804 décès sont survenus sur la durée du suivi, s'étalant de 2011 à 2019.

### Au moins mille pas supplémentaires

Après analyse de ces données, le constat est encourageant : le fait de marcher davantage s'avère aussi bénéfique pour la longévité quel que soit le style adopté. Marcher longuement d'une seule fois est aussi bon que faire quelques pas plusieurs fois par jour. Dans le détail, comparé au fait de ne pas marcher du tout, faire mille pas par jour était associé à une baisse du risque de décès de 28%. Ce pourcentage atteignait 32% à partir de deux mille pas quotidiens. Les bienfaits de la marche en matière d'espérance de vie plafonnaient toutefois à partir de quatorze mille cinq cents pas quotidiens. « Les personnes âgées trouvent souvent difficile de pratiquer des activités physiques en club », notent les auteurs. C'est pourquoi la marche est une option de choix après 60 ans. D'autant qu'il suffit de se garer un peu plus loin sur le parking du supermarché ou de monter les escaliers au lieu de prendre l'ascenseur pour faire plus de pas. Notons que l'Organisation mondiale de la santé recommande à tous les adultes de pratiquer cent cinquante minutes d'activité physique modérée par semaine, ou soixante-quinze minutes d'activité plus intense.

D.S.

## Cinq fruits et légumes par jour

# Un minimum pour votre santé

**Il faut manger cinq portions de fruits et légumes par jour. Voici une des recommandations nutritionnelles les plus connues désormais. Mais pourquoi cinq ?**

La recommandation émise par le Programme national nutrition santé (PNNS) consiste à manger au moins cinq portions de fruits et légumes par jour. A quoi cela correspond-il ? En réalité, une portion est l'équivalent de 80 à 100 grammes, par exemple : une tomate de taille moyenne, une poignée de tomates cerise, une poignée de haricots verts, un bol de soupe, une pomme, deux abricots, quatre à cinq fraises, une banane... Il s'agit donc de manger, par exemple, trois portions de légumes et deux fruits ou quatre de légumes et un fruit. Vous pouvez alterner et les consommer sous toutes leurs formes : frais, surgelés, en conserve, cuits ou crus... et aussi sous forme de compotes (maison ou de préférence « sans sucres ajoutés »), de soupes...

### Pourquoi ?

Riches en vitamines, en minéraux, en fibres, les fruits et les légumes ont largement fait la preuve de leur effet favorable sur la santé. Ils ont, en effet, un rôle protecteur dans la prévention de maladies apparaissant à l'âge adulte, comme les cancers, les maladies cardiovasculaires, l'obésité, le diabète... Leur teneur en antioxydants leur permet, en outre, de limiter l'oxydation des cellules chez l'humain et ainsi, de lutter contre le vieillissement cellulaire provoqué par différents facteurs (pollution, tabagisme, stress, médicaments...).

### Au moins cinq ?

« Cette recommandation correspond à la quantité nécessaire pour satisfaire les besoins de l'organisme en micronutriments, ces derniers ne pouvant pas toujours être fabriqués par l'organisme. Ils sont indispensables à la bonne assimilation, à la bonne transformation et à la bonne utilisation des macronutriments (protéines, glucides, lipides...) », explique la FFC. Il s'agit d'un minimum. N'hésitez pas à en consommer davantage chaque jour en privilégiant les produits de saison et bio.

Notons que « les jus de fruits, quels qu'ils soient, sont très sucrés et pauvres en fibres. Si vous en buvez, il est recommandé de ne pas en consommer plus d'un verre par jour et de prendre alors plutôt un fruit pressé », précise le PNNS. « Un yaourt aux fruits ou un biscuit aux fruits ne compte pas pour une portion de fruits », précise-t-il.

D.S.



Des personnes en pleine marche dans la nature/DR

## Football

# Proposition d'une oreillette pour maintenir la communication coach-joueur

**Le jeune entraîneur allemand du Bayern Munich, âgé de 34 ans, Julian Nagelsmann, a proposé à la Fédération Internationale de football (Fifa) des oreillettes, dont le principal objectif serait de permettre à l'entraîneur de communiquer avec ses joueurs en pleine rencontre de football.**

Ayant constaté que les joueurs ne respectaient généralement pas entièrement les consignes de l'entraîneur, Julian Nagelsmann a suggéré à l'instance dirigeante du football mondial d'intégrer les oreillettes dans sa gibecière comme cela a été le cas avec la « Goal Line » puis la « VAR », respectivement compris comme ligne de but ou (lignes de buts) et assistance vidéo à l'arbitrage. Cette technologie comblerait, en effet, ce manque qui fait que les joueurs commettent assez de fautes lors d'un match et elle les

épargnerait certains ennuis, la débauche d'énergie par



**L'entraîneur allemand Julian Nagelsmann portant l'oreillette dont il souhaite mettre sur le marché/DR**

exemple.

Après avoir eu un échange avec son ami Andy Reid, coach de l'équipe de NFL de Kansas city Chiefs, par le biais duquel il aurait pris connaissance des oreillettes, qui seraient déjà utilisées

aux Etats-Unis d'Amérique pendant les matchs de championnat, Julian Nagelsmann estime que « le football reste encore traditionnel. Le football américain est incroyablement avancé d'un point de vue technologique, en matière de communication avec les joueurs. C'est quelque chose dont on a absolument besoin idéalement avec un micro afin que le joueur puisse aussi parler avec les entraîneurs ».

Cette suggestion du jeune tacticien allemand, considéré comme l'entraîneur du futur, est plutôt mal accueillie par nombre de spécialistes du football qui pensent qu'elle ôtera au sport roi sa splendeur, car le football sublime par l'intelligence

spontanée des joueurs sur le terrain et leur capacité de la vision du jeu.

**Mais jusqu'où ira la technologie ?**

Il faut le dire, c'est de la folie mais ce serait peut-être incroyable cette révolution dans ce football moderne, qui de plus en plus se perfectionne à travers des réformes que la Fifa a engagées depuis 2018, année de la Coupe du monde en Russie où elle a expérimenté l'assistance vidéo à l'arbitrage ou « VAR » (en anglais Video assistant referee). Il serait mieux d'être avant-gardiste dans la mesure d'anticiper l'évolution. Cela n'est qu'une suggestion à l'heure actuelle, le reste relève de la Fifa.

**Brunel Thychique Lindolo**

## Jujitsu

## Le club Eben-Ezer rend hommage à Severin Gustave Itoua

**Le dojo du club Eben-Ezer a reçu, le 26 septembre, plusieurs clubs d'arts martiaux de Brazzaville, lors de la tenue de la deuxième édition du tournoi dédié au grand maître Severin Gustave Itoua.**

Des clubs venus de plusieurs arrondissements de Brazzaville se sont affrontés dans le but de réunir les jeunes athlètes à travers un échange d'expériences. Selon le responsable du club organisateur, Me Ted Mavoungou, ceinture noire 2e dan, cette rencontre a permis aux jeunes de se découvrir sur le plan technique.

« Cette compétition qui rend hommage à notre grand maître est une manière de réunir et encourager les jeunes malgré les moments de crise que traverse notre discipline. Nous avons aussi, à travers cette compétition, clôturé la saison sportive », a-t-il indiqué.

Ce tournoi, en effet, a regroupé les pratiquants de diverses disciplines de combat. Un moyen selon Me Ted de briser les barrières ethniques et autres maux qui minent les arts martiaux congolais.

Comme lors de la première édition qui s'est tenue en avril dernier, les meilleurs athlètes de la compétition ont été récompensés. Par ordre de mérite, les jujitsukas ont reçu des diplômes et certains outils de travail.

Le ju-jitsu, ou jujitsu ou encore jiu-jitsu, regroupe des techniques de combat qui furent développées par les samourais durant l'époque d'Edo. Elles enseignaient aux samourais et aux bushis à se défendre lorsque ceux-ci étaient désarmés lors d'un duel ou sur le champ de bataille.

**Rude Ngoma**



**Des images de la compétition/DR**

## Cristiano Ronaldo au sommet de la ligue des champions

**Le joueur portugais, âgé de 36 ans, a battu un nouveau record, le 29 septembre à Old Trafford, lors de la deuxième journée de la ligue des champions de l'Union des associations européennes de football (UEFA), en disputant son 178e match et en inscrivant son 128e but.**

C'est dans le mythique stade d'Old Trafford archicomble que Cristiano Ronaldo a disputé son 178e match de la Ligue des champions de l'UEFA, battant le record de son ancien capitaine au Real de Madrid, Iker Casillas, l'homme aux 177 apparitions.

Alors que Manchester United faisait jeu égal

en Suisse. Ce, d'autant plus que les Suisses ont perdu (0-1) face aux Italiens d'Atalanta Bergame. Ce but est d'autant plus symbolique pour les Diabes rouges de Manchester United que pour Cristiano parce que d'un côté, c'est leur toute première victoire dans cette campagne de la Ligue des champions et



**Cristiano Ronaldo célébrant son exploit/DR**

contre Villeréal (1-1), le Portugais, surnommé CR7, diminutif de Cristiano Ronaldo numéro 7, a inscrit dans les ultimes minutes de la fin de la rencontre (90+4) un somptueux but sur une puissante frappe du pied droit, offrant une précieuse victoire à Manchester United (2-1), qui lui permet de revenir au classement du groupe après sa défaite face à Young Boy (2-3) pendant l'entrée en lice

de l'autre, parce que le joueur devient celui ayant disputé le plus de matchs dans toute l'histoire de la ligue des champions, qu'il marque de toute son empreinte.

Rappelons que Cristiano Ronaldo est le meilleur buteur et meilleur passeur décisif de tous les temps de l'histoire de la Ligue des champions avec 128 buts pour 40 passes décisives.

**B.T.L**

## Plaisirs de la table

# A la découverte du topinambour

Cette semaine, nous partons à la recherche de légumes ou de fruits qui tendent à disparaître ou des aliments qui ont été tout simplement oubliés des étals des marchés d'ici et d'ailleurs. Découvrons-les ensemble.

Dans cette première partie consacrée à ces petits délices du passé, le topinambour est classé dans la catégorie des légumes, c'est en fait une espèce de tubercule vivace qui s'adapte parfaitement au froid.

De son nom scientifique l'*Helianthus tuberosus*, le topinambour possède plusieurs autres appellations assez drôles et rares. En effet, il est aussi appelé artichaut de Jérusalem, poire de terre, truffe du Canada ou encore soleil vivace. Ces différentes désignations font pour autant bien ressortir le fait qu'il s'agit bien d'un aliment unique.

Appartenant à la famille des astéracées, de la même branche botanique que le tournesol, ce tubercule est riche principalement en insuline. Il se déguste de diverses manières, dans des préparations chaudes ou froides d'où il n'est pas impossible de le retrouver dans des compositions de salades, par exemple, ou sous forme de purée ou sous forme de frites.



D'autres facilités de préparation sont à rechercher dans la forme de présentation. Râper, couper en lamelles et quelque fois même cru, il se prête à toutes les imaginations possibles.

Sauté au beurre ou encore sous forme de beignet, l'aliment de

cette semaine ne manquera pas de sublimer les convives à table. Comme pour tout ingrédient, celui-ci aussi ne manque pas de surprendre de par ses nombreuses et richissimes propriétés. A part l'insuline qui ne fait pas du topinambour un super

aliment, on retrouve des vitamines A, C, et B3 mais aussi des sels minéraux comme le potassium ou encore des glucides. Comme plante par contre, le topinambour est également cultivé pour son aspect décoratif, ses fleurs sont idéales à placer tout autour des maisons; le côté chaleureux qu'elles apportent.

Sur la culture de la plante, on apprend également que sa conservation est très fragile parce que les tubercules tendent à se ramollir et à vite changer d'aspect une fois déterrés de terre. Du coup, il est aussi préférable de les récolter au fur et à mesure que la nécessité de les consommer ou de les commercialiser se présente.

Employé par les grandes industries alimentaires dans la fabrication des sortes de chicorée, l'ersatz de café grâce aux tubercules torréfiés, le topinambour réserve encore d'agréables surprises pour tous les moments de la journée.

En dehors des êtres humains, le tubercule est aussi employé en alimentation animale, moutons, porcins et même les lapins trouvent également leur compte. D'ailleurs, la plante entière a longtemps été utilisée dans des temps anciens comme fourrage verte ou séchée.

A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons !

*Samuelle Alba*

## RECETTE

# SALADE DE POMMES DE TERRE

**Temps total** : 35 min

**Temps de préparation** : 15 min

**Temps de cuisson** : 20 min

**INGRÉDIENTS POUR SIX PERSONNES**

- 400 g de jambon blanc (ou autre charcuterie)

- Trois tomates

- 600 g de pommes de terre à chair ferme

- 100 g de cornichons au vinaigre

- Un oignon rouge

- Trois œufs + un jaune d'œuf

- ciboule

- 20 g de moutarde forte

- 20 cl d'huile d'arachide

- Trois pincées de sel fin

- 1 g de poivre blanc

**PRÉPARATION**

Commencer par laver et éplucher les pommes de terre. Dans un grand volume d'eau froide, plonger les pommes de terre, saler puis porter à ébullition. Réduire la source de chaleur, puis cuire les pommes de terre à frémissement et sans ébullition pendant 20 mn. La preuve de la pointe d'un couteau doit s'enfoncer facilement dans la chair pour confirmer la cuisson.

Puis égoutter et tailler les pommes de terre en gros dés. Plonger les œufs pendant 8 mn dans un grand volume d'eau bouillante, puis les rafraîchir.

Rincer les œufs sous un filet d'eau froide, enlever la coque et couper en quartiers. Éplucher l'oignon, puis ciseler finement la ciboule. Laver les tomates et retirer le pédoncule, puis les couper en quartiers et les réserver. Égoutter les cornichons et les couper comme sur la photo. Couper également les tranches de jambon blanc en gros dés.

Enfin, dans un grand saladier, réunir le jaune d'œuf avec la moutarde. Assaisonner, puis fouetter énergiquement tout en ajoutant progressivement l'huile. Rectifier la teneur en sel et en poivre, puis ajouter tous les ingrédients et bien mélanger.

Servir très frais.

Bonne dégustation!



S.A.

VÉHICULE DE TOURISTES TOURISTE	MAISON PROVENÇALE PIÈCE À MANGER	LE BORD DE LA MER SPÉCIALITÉ ASIATIQUE	NÉCESSITÉS	ÎLE DE VACANCES
SE VISITE EN VACANCES MÉCHE REBELLE			RÉFLÉCHI SIGNE DE CROIX	
	GROS CHAT FOURRURE			
BAIE AU JAPON HARMONIE		DE PETITE TAILLE SENSIBLE		
		HOMOGENÈ ENTRE DEUX MARÉES		
NABOT FÉLINS			CAP SUR LES CANARIES VOILE D'AVANT	
				ESTONIE
ÎLE DU MORBIHAN	UNE PARTIE DU VOYAGE RIEN			NUANCER
		HABITE SUR UNE ÎLE VIREMENT DE BORD		
PEINTRE CATALAN	PETIT GÉNIE PERSONNEL		CONNU CONJONCTION	
		PORT DE LA MÉDITERRANÉE		
VIRE DE BORD			RAFALE	

FLÉCHÉS 9x13 • N°16 (vacances, îles et bateaux) •

• SUDOKU • GRILLE N°17 • MOYEN •

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

• SUDOKU • GRILLE N°18 • MOYEN •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°18 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°17 •

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

• SOLUTION DES MOTS CROISÉS • N°16

I	C	H	A	R	D	O	N	N	A	Y
II	H	E	R	A	S	A	U	L	E	
III	A	U	T	U	N	B	A	I	N	
IV	M	R	Q	U	A	I	G			
V	B	E	A	U	N	S	O	N		
VI	E	M	E	U	R	E	T	T	E	
VII	R	E	E	C	E	P	E	V		
VIII	T	O	R	A	H	I	S	E		
IX	I	L	S	E	N	S	O	R		
X	N	E	I	S	S	E	J	U	S	

C	M	O	B							
V	A	C	A	N	C	I	E	R		
M	U	S	E	E	S	E				
E	P	I	M	A	T	O	U			
I	S	E	N	A	I	N				
U	N	I	T	E	U	N	I			
G	N	O	M	E	S	O				
O	C	E	L	O	T	S	N			
A	E	T	A	P	E					
A	R	Z	I	L	I	E	N			
E	L	F	E	S	U					
M	I	R	O	S	E	T	E			
L	O	F	E	T	I	R				

SOLUTION • N°16 • ©

FORTISSIMOTS • MOTS CROISÉS • N°16

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										

HORIZONTALEMENT

- I. Cépage de Bourgogne blanc. II. Déesse grecque. Arbre pleureur.
- III. Sous-préfecture de Saône-et-Loire. Ablution. IV. Petit monsieur anglais. Embarcadère. V. Capitale des vins de Bourgogne. Bruit.
- VI. Sauce bourguignonne pour les oeufs. VII. Brame. Pied de vigne. En ville. VIII. Bible hébraïque. Ville sur la Tille (en Côte-d'Or).
- IX. 3ème personne. Ville de l'Yonne. Métal précieux. X. Rivière frontière entre la Pologne et l'Allemagne. Raisin pressé.

VERTICALEMENT

- 1. Grand cru de Bourgogne. 2. Partie du jour. Dieu des vents.
- 3. Savoir-faire. Âpre. 4. Enroué. En plein dans la nasse. 5. Un peu bêtas. 6. Vertèbre. Brasse de l'air. Négation. 7. Post-impresionniste. Ils sont plein de blé. 8. Mélangea les couleurs. Petit saint. 9. Cépage blanc de Bourgogne. Donne le choix. 10. Monnaie asiatique. Préfecture en Bourgogne.

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

- |            |           |           |
|------------|-----------|-----------|
| ANGLE      | JUPITER   | PHASE     |
| APESANTEUR | LUNE      | PLANETE   |
| COMETE     | MARS      | SAROS     |
| COMPUT     | MATIERE   | SATELLITE |
| COSMOS     | MERCURE   | SATURNE   |
| ESPACE     | METEORE   | SOLEIL    |
| ETOILE     | NAVETTE   | UNIVERS   |
| FUSEE      | NEBULEUSE | VENUS     |
| GALAXIE    | NEPTUNE   |           |

MOTS MÊLÉS N°16 • © FORTISSIMOTS 2010

SOLUTION DES MOTS MÊLÉS N°16 :

Le mot-mystère est :

**CONSTELLATION**

# L'art et la manière

## Rire, fou rire et sourire

François Rabelais, dans l'une de ses deux oeuvres majeures, «Gargantua», disait que « Rire est le propre de l'homme ». Expression de gaieté, le rire est le signe par excellence de la joie de vivre. S'il se veut communicatif, voire contagieux, il peut se trouver devenir incontrôlable et prendre trop de place sinon toute la place, de même que selon les circonstances, on lui préférera un sourire, réservé mais tout autant radieux.

La vie, dans son vécu, offre de diverses saisons émotionnelles autant qu'une journée elle-même peut en offrir. S'il est vrai que les tiraillements, les réflexions et les tensions sont souvent le commun d'adultes entre guillemets responsables qui se focalisent sur des objectifs à atteindre, le rire a une valeur thérapeutique qu'il faut accueillir avec gratitude. Il libère les tensions, allège la charge mentale et agit comme un baume au coeur.

Pour autant, on ne peut pas rire de tout et dans tous les contextes. Bien que le rire soit foncièrement une réaction naturelle et spontanée, il doit tomber à propos et être contenu dans les limites de celui-ci.

Si l'on vient à se trouver dans une situation particu-

lière, dont les enjeux sont importants, en présence du président de la République, par exemple, et qu'il fasse une blague hilarante au point où on a envie et même on éprouve besoin de se plier en deux et de se tordre les côtes pour se libérer de cet élan qui nous traverse, on s'en gardera.

Même si le président de la République sait que sa blague est drôle, il trouvera inconvenant que vous vous éparpilliez devant lui. D'un oeil averti, il vous verra certainement comme un homme non-encore fait car, comme la philosophie nipponne l'affirme, la spontanéité appartient à l'enfance. Un homme fait a la capacité de dominer ses émotions et les élans divers qui le traversent.

Le sourire a donc cette vertu d'épouser réserve et ma-

turité, tact et expressivité en prônant la grâce, le mystère et la hauteur de l'être qui l'affiche. Au XIX<sup>e</sup> siècle, il était inconvenant pour la femme en particulier d'afficher l'intérieur de sa cavité buccale, parce que livrée à la spontanéité de ses émotions. Le faire dénotait d'un manque d'éducation et de savoir-vivre. L'on parlait alors de scandale lorsque le rang de ladite femme était élevé. Dans un siècle aux moeurs libérées, un bon rire franc entre copains ou collègues renforce les liens, détend l'atmosphère et met de la joie de vivre. Le fou rire se voulant quant à lui immortel, le seul moyen de l'arrêter est de se retirer un instant pour en être délivré, car la caractéristique même du fou rire est de se nourrir lui-même.

Princilia Peres

### HOROSCOPE



**Bélier**  
(21 mars - 20 avril)

Votre vie amoureuse vous comble. Vous pourrez compter sur votre partenaire et vous sentir compris. De belles discussions vous feront avancer dans le sens voulu. Vous serez respecté dans le domaine professionnel.



**Lion**  
(23 juillet-23 août)

Des retrouvailles avec des amis s'annoncent hautes en couleurs et vous reconforteront. Vous retrouvez vos sujets de prédilections et serez heureux d'échanger avec des personnes proches. La complicité est au rendez-vous.



**Capricorne**  
(22 décembre-20 janvier)

L'amour vous aide à y voir plus clair et vous donne la confiance nécessaire pour mener à bien tous les projets qui vous tiennent à coeur. Vous vous sentez pousser des ailes, rien ne vous arrêtera dans vos projets.



**Taureau**  
(21 avril-21 mai)

Vous serez à l'initiative de beaux projets et serez ravi de les voir mûrir. L'énergie que vous y déployez sera particulièrement précieuse et significative car les résultats vous surprendront.



**Vierge**  
(24 août-23 septembre)

Vous serez déstabilisé par certaines rumeurs, attention à vérifier les sources de ce qui arrive jusqu'à vos oreilles. Vous souhaitez dépenser votre énergie ailleurs.



**Verseau**  
(21 janvier-18 février)

Vous pourriez être déçu par l'attitude d'un ami, du moins y trouver un manque de soutien. N'ayez crainte d'exprimer clairement vos besoins plutôt que de faire passer des messages. La franchise vous fera gagner beaucoup de temps.



**Gémeaux**  
(22 mai-21 juin)

Quelques contrariétés viendront ternir l'humeur du moment. Ne vous braquez pas trop vite et mettez de l'eau dans votre vin, il vous faudra faire quelques consensus pour que tout le monde y trouve son compte.



**Balance**  
(23 septembre-22 octobre)

Vous profitez pleinement des petits changements qui opèrent dans votre vie. Les surprises seront au rendez-vous, vous n'hésitez pas à bousculer vos plans pour vous jeter vers l'inconnu.



**Poisson**  
(19 février-20 mars)

Cette semaine, vous mettez les choses à plat. Votre franchise et votre sensibilité parleront pour vous et vous permettront enfin d'y voir plus clair dans vos relations personnelles. Vous pourrez faire bouger les choses.



**Cancer**  
(22 juin-22 juillet)

Vous serez sollicité de toute part et serez tenté de vous isoler en réponse à ceci. Prenez le recul nécessaire en prenant garde de ne froisser personne, vous pourriez regretter des prises de positions trop tranchées.



**Scorpion**  
(23 octobre-21 novembre)

Une petite baisse de tonus pourrait se faire sentir en milieu de semaine. Ménagez-vous et délégez certaines tâches lorsque vous le pouvez. Vous aurez envie de compter sur vos proches et ne pas tenir toutes les responsabilités entre vos mains.



**Sagittaire**  
(22 novembre-20 décembre)

Vos idées seront appréciées et particulièrement bienvenues lorsqu'il s'agira de régler des conflits. Vous pourriez prendre la place de médiateur, essayez de rester impartial peu importe la situation.



**PHARMACIES DE GARDE**

**DIMANCHE**  
**3 octobre**

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