

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

N° 162 - VENDREDI 18 AU JEUDI 24 MARS 2022

MUSIQUE

« La nuit des Amazones » ce 18 mars à Pointe-Noire



Conçu par cinq artistes féminines congolaises au talent avéré et membres du collectif Tosala, le concert prévu au restaurant « Mokaby Garden Lounge » se

veut un hommage aux musiciennes courageuses et qualifiées qui s'imposent de plus en plus dans ce secteur. Les Amazones congolaises, Oupta, Gladys Samba,

Spirita Nanda, Welicia et Berlea Bilem, proposeront leurs propres répertoires et particulièrement des chansons mettant la femme en avant. **PAGE 5**

WOMEN DIGITAL WEEK

Place à la Congolaise 2.0

La formation aux métiers du digital est une rampe d'accès aux meilleures opportunités professionnelles et un accélérateur de carrière, mais ce secteur en pleine croissance manque de talents féminins. Pour pallier ce manque, Kriss Brochec et Daphné Niwadju organisent la « Women digital week » à Brazzaville. Le but : donner aux femmes leur juste place dans le numérique. **PAGE 8**



ARTS MARTIAUX

Une femme à découvrir, Me Bienvenue Obindi Gath

Actuelle cinquième membre du bureau exécutif de la Fédération congolaise de karaté et arts martiaux affinitaires, Me Bienvenue Obindi Gath est l'arbitre féminin la plus gradée en karaté au Congo. Ceinture noire 3^e dan, celle qui a évolué dans la catégorie des seniors dames, précisément chez les 64 kg, officie les compétitions nationales et sous-régionales sans complexe ni complaisance. **PAGE 13**



PORTRAIT

Sébastien, attaquant dans l'âme aux échecs !



Chaque mercredi soir à partir de 19h, ils sont une douzaine de joueurs de jeu d'échecs à s'affronter au bar-tapas Le Comptoir, dans le centre-ville de Pointe Noire. Sébastien, originaire de la Rochelle, ville côtière du sud-ouest de la France, est l'un de ces fidèles habitués du mercredi soir. Sa spécialité : le Blitz ! Une partie d'échecs qui se joue en trois ou cinq minutes et qui lui offre d'agréables moments de batailles intensives de l'esprit. **PAGE 3**

LIVRE

« Je m'insurge » de Gaëtan Ngoua

PAGE 7

Éditorial

C'est reparti !

Les voix se sont déliées il y a quelques semaines à l'annonce, par le gouvernement, de la fin des couvre-feux et des restrictions multiples liées à la lutte contre la covid-19. Les artistes, qui ont été les premiers à crier victoire, car sortis enfin d'un blackout ayant ruiné l'écosystème culturel plus de deux ans environ, ont repris le flambeau malgré une morosité économique qui se poursuit.

En ce mois de mars, ce sont évidemment les artistes féminins qui s'illustrent mieux dans cette reprise d'activité attendue passionnément. Peut-être, dirons-nous, parce qu'elles veulent meubler d'évènements un mois consacré à la lutte de leur liberté fondamentale. Pourtant, loin de ce point de vue et en scrutant bien les affiches de divers spectacles et concerts proposés ici et là, on relève une forte volonté de s'affirmer par la créativité.

Elles sont sûrement conquises par plus d'inventivité, de courage et de réseautage, à l'image de la convergence que plusieurs chanteuses congolaises ont accepté de créer pour offrir un concert inédit à Pointe-Noire, la capitale économique. A l'image, également, de Nina Wateko qui n'a pas attendu pour faire son entrée artistique et présenter avec habileté son agenda de cette année.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 219 »

C'est le nombre de commerçants déjà réinstallés au marché Sukissa, sur les 720 places conçues pour améliorer les conditions de vente dans ce marché situé dans le cinquième arrondissement de Brazzaville, Ouenzé.

PROVERBE AFRICAIN

« La méchanceté est un lion qui commence par bondir d'abord sur son maître ».

LE MOT

« AMÉNITÉ »

□ *Du latin « amoenitas », aménité désigne l'attitude charmante, douce et courtoise d'une personne.*

IDENTITÉ

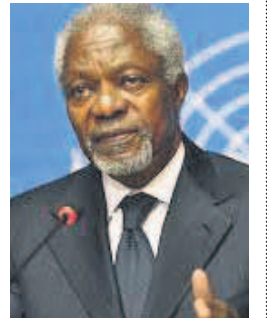
« MAÏSSA »

Le prénom Maïssa est dérivé du nom arabe « Maysân » qui signifie « étoile scintillante ». Comme son prénom l'indique, Maïssa a la tête dans les étoiles. Douce et souriante, elle semble insouciant, comme si les difficultés de la vie ne l'atteignaient pas. Elle aborde les problèmes avec légèreté, et ceux-ci semblent se résoudre comme par magie. Toujours prête à donner un coup de main, la présence de Maïssa apporte un peu de lumière là où parfois il en manque. Côté professionnel, elle pourra transformer son don pour l'écriture en carrière de journaliste ou d'écrivain. Toutefois, Maïssa pourra aussi s'épanouir dans un métier qui privilégie le contact humain.

LA PHRASE DU WEEK-END

« C'est l'ignorance, et non la connaissance, qui dresse les hommes les uns contre les autres ».

- Kofi Annan -



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

Secrétaire général des rédactions :

Gerry Gérard Mangondo

Secrétaire des rédactions :

Clotilde Ibara
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembédi, François Ansi

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

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

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

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :
Rédacteur en chef délégué : Quentin Loubou Durlly Emilia Gankama (Cheffe de service)

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

Directeur de l'Agence : Ange Pongault
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe 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 :

Méline Eta Anto

Chef de service diffusion de Brazzaville :

Guylin Ngossima

Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,

Irin Maouakani, Christian Nzoulani

Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubelé

Ngono /Tél. : (+242) 06 895 06 64

TRAVAUX ET PROJETS

Directeur : Gérard Ebami Sala

INTENDANCE

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

DIRECTION TECHNIQUE (INFORMATIQUE ET IMPRIMERIE)

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint : Guillaume Pigasse
Assistante : Marlaine Angombo
IMPRIMERIE
Gestion des ressources humaines : Martial Mombongo
Chef de service préresse : Eudes Banzouzi
Gestion des stocks : Elvy Bombete
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville -

République du Congo
Tél. : (+242) 05 629 1317
eMail : imp-bc@adiac-congo.com

INFORMATIQUE

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

LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

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

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

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

ADIAC

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

Portrait

Francine Ntoumi promet la femme par la science

Avec un parcours couronné de la reconnaissance nationale de son pays, le Congo, Francine Ntoumi promet une femme congolaise chevauchant sans complexe le cheval de bataille « Science » par le message de sa propre vie.

Née en 1961 à Brazzaville, Francine Ntoumi fait son cycle primaire avant de s'envoler pour la France où elle obtient son Brevet d'études du premier cycle et son baccalauréat au lycée Pierre et Marie-Curie de Sceaux.

Comme profondément inspirée par Marie Curie, cette savante connue pour son mariage avec le savant français Pierre Curie et pour ses travaux sur la radioactivité, Francine poursuit ses études à l'Université Pierre et Marie Curie où elle obtient son doctorat en sciences et commence sa carrière dans la recherche sur le paludisme à l'Institut Pasteur de Paris.

Son domaine de recherches étant particulièrement utile pour le continent africain, en particulier, et pour le monde, en général, au vu de la morbidité et de la mortalité de ladite maladie, Francine Ntoumi est sollicitée en tant que technicienne avant tout et nécessairement en tant que responsable dans les laboratoires et centres de recherches du Gabon, d'Allemagne et des Pays-Bas qui s'intéressent à ses travaux.

Sa renommée s'accroît au gré de ses collaborations et elle devient la première femme noire à diriger le secrétariat de l'Initiative multilatérale sur le paludisme à Dar es Salaam, en Tanzanie. Son engagement pour la science lui voue une reconnaissance internationale, mais le Dr Ntoumi a du mal à se faire une place chez les siens, notamment au sein de l'Université Marien-Ngouabi.

Le milieu scientifique étant très masculin et essentiellement médico-clinicien, le Dr Ntoumi, au parcours atypique, a pourtant à cœur de transmettre le fruit de son expérience à la jeunesse congolaise. Elle crée ainsi la Fondation congolaise pour la recherche médicale, axée sur la recherche biomédicale sur les maladies infectieuses, en plus du paludisme et sur l'encadrement d'apprenants.

La santé au Congo, pays en voie de développement, constitue l'un des champs de bataille principaux de la société congolaise. La médecine clinique y occupe une place prépondérante, au détriment de la recherche.

En 2017, tel un couronnement pour tous les efforts fournis, le Dr Ntoumi reçoit la distinction d'officier dans l'Ordre du mérite congolais dans la recherche scientifique, qui vient s'adjoindre à la liste des cinq reconnaissances internationales qui honorent son travail et son engagement.

Au travers son projet « Femmes et science », le Dr Ntoumi milite pour une présence plus importante des femmes dans la science, en visant les écoles afin de pouvoir susciter la flamme auprès des jeunes-filles, futures femmes de sciences.

Princilia Pérès



Sébastien, attaquant dans l'âme aux échecs !

« La tactique consiste à savoir ce qu'il faut faire quand il y a quelque chose à faire, la stratégie consiste à savoir faire ce qu'il faut faire quand il n'y a plus rien à faire ». Cela pourrait être le traité de philosophie de passionnés d'échecs, comme Sébastien, à Pointe-Noire.

Chaque mercredi soir à partir de 19 h, ils sont une douzaine de joueurs de jeu d'échecs à s'affronter au bar-tapas Le Comptoir, dans le centre-ville de Pointe Noire. Sébastien, originaire de la Rochelle, ville côtière du sud-ouest de la France, est l'un de ces fidèles habitués du mercredi soir. Pour Bizounours, surnom attribué à Sébastien en référence aux célèbres ours en peluche américains commercialisés dans les années 1980, ce qui témoigne de la profonde gentillesse de ce Rochelais, il n'est plus question de gentillesse à l'heure de s'installer devant l'échiquier, un seul objectif : faire tomber le roi ou, si vous préférez, faire échec et mat, et pour ça il faut être fin stratège et tueur dans l'âme. Pour vaincre : un roi, une reine, deux tours, deux fous, deux cavaliers et huit pions ! Voilà l'armée qu'il convient de déployer

sur un plateau, appelé aussi tablier, de soixante-quatre cases pour vaincre l'adversaire. Moins populaire en République du Congo que le jeu de Dames, les échecs jouissent depuis la nuit des temps d'un prestige particulier dans le monde. Autrefois baptisé « le jeu des rois », il est devenu, grâce à sa notoriété galopante, « le roi des jeux ». A propos de ce véritable jeu de stratégie, de tactique et de psychologie, le Russe Xavier Tartakover dira : « La tactique consiste à savoir ce qu'il faut faire quand il y a quelque chose à faire, la stratégie consiste à savoir faire ce qu'il faut faire quand il n'y a plus rien à faire ». Si l'Autrichien Wilhelm Steinz, premier champion du monde en 1886 a laissé sa couronne à l'actuel champion en titre, le Norvégien Marius Carlsen, des joueurs comme l'Américain Bobby Fisher ou le

Russe Gary Gasparov ont largement contribué à médiatiser ce jeu qui aura également inspiré des oeuvres littéraires, à l'image du livre de Stephan Zweig « Le joueur d'échecs » adapté également en bande dessinée, ou des oeuvres cinématographiques comme « Le Prodige » réalisé par Edward Zwick.

Installé à Pointe-Noire depuis 2013, Sébastien, qui fêtera ses 36 ans le 24 mars, entretient d'innombrables passions comme le rétrogaming, la voile, l'ULM et cultive le goût du « Roi des jeux », que ce soit au Comptoir ou sur son Computer. Sa spécialité : le Blitz ! Une partie d'échecs qui se joue en trois ou cinq minutes et qui lui offre d'agréables moments de batailles intensives de l'esprit en marge de son travail d'officier chez Promar Shipping Services S.A. Chaque mercredi soir, vous pouvez donc rejoindre Sébastien et le club d'échecs au Comptoir mais attention « Il n'y a pas de sport plus violent que les échecs », disait Gary Kasparov !

Philippe Édouard



Sébastien/DR

Semaine de la francophonie

L'accent mis sur l'égalité des sexes et la gouvernance équitable

La 27^e édition du grand rendez-vous mondial qui se tient jusqu'au 20 mars, en France et à travers le monde, est une plaidoirie en faveur du multilatéralisme et d'une gouvernance mondiale équitable et solidaire. Aussi, elle permet de renforcer le dialogue entre les cultures, le respect des droits de l'homme, l'égalité entre l'homme et la femme, la consolidation de la démocratie.

L'édition 2022 contribue à une mondialisation plus harmonieuse et respectueuse de la diversité culturelle, linguistique qui implique nécessairement une intervention énergétisée et concertée pour renforcer la place et le rayonnement de la langue française sur la scène internationale, relever le défi politique du multilinguisme, adopter une action multilatérale aux contextes linguistiques régionaux et internationaux, consolider la langue française comme langue d'accès au savoir par tous, tout en mettant en valeur son apport au développement économique.

Cette rencontre internationale rassemble près de quatre-vingts

pays et gouvernements à travers le monde. Elle favorise le rapprochement des points de vue, facilite le dialogue international et assure un plaidoyer en faveur du multilatéralisme, d'une gouvernance mondiale plus équitable et plus solidaire et concourt, par son action, au dialogue renforcé entre cultures, au respect des droits de l'homme, à l'égalité entre les hommes et les femmes, à la consolidation de la démocratie, à la recherche commune de la paix comme socle du développement durable.

Au programme de cette édition, apprentissage, découverte de la richesse de la langue française,



chansons francophones, dictées, ateliers de calligraphie, conférences-débats, représentations théâtrales, joutes oratoires, poésies et littérature. Une attention particulière est accordée par les organisateurs aux publics les plus

fragiles, dont les résidents des établissements pénitentiaires, des établissements de soins, les réfugiés étudiants francophones, à travers une série de propositions liées à l'opération « Dis-moi dix mots » qui témoigne de l'im-

portance de lien de la cohésion sociale intergénérationnelle de la langue française. Une approche qui fait aussi toute sa place à la diversité des usages de la langue française à travers le monde.

Cissé Dimi

Musique

Nina Wateko débute sa saison à l'IFC

La chanteuse congolaise a commencé sa saison musicale par un concert à l'Institut français du Congo (IFC), le week-end dernier. Elle a présenté au public brazzavillois, le 12 mars dernier, son album « Obhemi le voyageur », sorti en juin 2021.



Avec sa voix qui ponctue sa douce et profonde musique, Nina Wateko a plongé le public dans une poésie lyrique au rythme de la rumba congolaise, du folklore, de l'afro-jazz et de l'afro gospel.

L'artiste a servi aux mélomanes un répertoire inédit, constitué de plusieurs chants à divers thèmes. A travers la chanson "Obhemi le voyageur", éponyme de son album, elle chante l'amour fraternel car, dit-elle, de plus en plus avec l'avènement de nouveaux mouvements religieux, les familles se disloquent sous l'effet des accusations souvent erronées et fallacieuses de sorcellerie.

Auteure, compositrice, interprète et chanteuse, Nina Wateko chante en mbochis, en lari, en kikongo, en français, en anglais et en italien. Elle a séduit le public tant par son alchimie que par son énergie débordante. Cette flexibilité linguistique a donné à l'artiste la capacité de conquérir d'autres horizons à travers le monde.

Ce concert a aussi servi de cadre idéal pour dévoiler son agenda 2022. En effet, la chanteuse est attendue le 30 avril en Italie comme marraine et invitée d'honneur du festival « Città di gualdo tadino ». Du 4 au 8 mai, elle sera au Sénégal dans le cadre de la première édition du Festival international des musiques et des arts de Dakar.

Pour son prochain album « La ninalogie » traitant des thèmes de société tels que l'amour, la famille, les violences faites aux femmes et aux filles dont les extraits de quelques chansons ont été joués au concert, l'artiste ambitionne de partager le même micro avec des légendes de la musique africaine comme Angélique Kidjo, Charlotte Dipanda, Daphné ou encore Yemi Alade.

C.D.

Showcases Accés

Les artistes africains appelés à participer

L'appel à candidatures de la sixième édition est lancé aux artistes africains établis sur le continent par la fondation Music in Africa. Les candidatures sont ouvertes jusqu'au 10 avril.

Après Dakar en 2017, Nairobi en 2018, Accra en 2019, Johannesburg en 2021, Accés se tiendra cette année à Dar es-Salaam, en Tanzanie. Organisé chaque année par la fondation Music in Africa, cet événement panafricain permet aux artistes émergents de se produire devant un public diversifié. Il offre aux acteurs de l'industrie de la musique un cadre d'échange des idées, de découverte des nouveaux talents émergents et de création des liens commerciaux.

Par cette initiative, les artistes se réunissent pour explorer de nouvelles opportunités, tout en créant ainsi des relations avec des organisateurs d'événements, labels de disques, distributeurs numériques et représentants des médias des pays comme l'Afrique du Sud, le Nigeria, le Kenya, l'Allemagne, la France, le Royaume-Uni et les Etats-Unis.

Au programme de cette édition, des showcases, conférences-débats, tables rondes, expositions, sessions de présentations, sessions de questions-réponses avec des



L'édition 2020 d'Accés

musiciens de renom, des visites de lieux clés de l'industrie musicale dans la ville hôte. Une véritable occasion pour les artistes africains de dynamiser leur carrière à l'échelle continentale et internationale. Par cette occasion, précise le communiqué des organisateurs, l'Accés fournira aux artistes et leurs représentants des outils et plateformes nécessaires pour la mise en relation de leurs nouveaux concerts avec le public, ainsi que d'un espace dédié dans le lieu d'accueil pour la vente de merchandi-

sing.

Les candidatures peuvent être déposées par les artistes eux-mêmes ou par leurs représentants, managers, éditeurs, labels, agents, etc. Pour participer, le candidat doit créer un profil dans la section Music in Africa, en utilisant le lien <http://www.musicafrica.net/register>. Ce profil du candidat doit inclure une biographie claire, trois chansons récentes, une vidéo de concert, deux photos professionnelles en haute résolution.

C.D.

Musique

« La nuit des amazones » ce 18 mars à Pointe-Noire

Conçu par cinq artistes féminines congolaises au talent avéré et membres du collectif Tosala, le concert de ce vendredi 18 mars, au restaurant « Mokaby Garden Lounge », se veut un hommage aux musiciennes courageuses et qualifiées qui s'imposent de plus en plus dans ce secteur. Mois de mars oblige, les Amazones congolaises, se plaçant résolument dans la filiation des grandes divas de la variété musicale, proposeront leurs propres répertoires et particulièrement des chansons mettant la femme en avant.

En incarnant le nom des Amazones qui, dans la mythologie grecque, représentent des femmes belles et égales des hommes, grâce à leur courage et qualification à combattre vaillamment, Oupta, Gladys Samba, Spirita Nanda, Welicia Labelle et Berlea Bilem militent avant tout pour le respect des droits de la femme et son émancipation, qu'importe son secteur d'activités. « La nuit des Amazones » est donc l'occasion pour elles de célébrer le talent, la créativité et le professionnalisme des musiciennes congolaises qui, depuis toujours, contribuent fièrement à porter haut l'étendard du pays sur la scène nationale et internationale.

Oupta

Patricke-Stevie Mounondo, dite Oupta, est une chanteuse singulière, tant de par sa voix que par son style musical, sa proximité avec la nature et sa valorisation de la tradition. Originaire de la République du Congo, elle commence à chanter très jeune au sein de groupes religieux. Son charme vocal, très vite remarqué, la conduit à intégrer la compagnie « Ngoma za kongo » en 2001, puis en 2003, le groupe Lang'i, avec lequel elle participe à plusieurs festivals et tournées en Afrique, en Europe et au Canada. En 2008, Oupta commence une carrière solo sous son propre label Zik'Oupta. En 2011,

elle présente à Brazzaville « Bilbilo », un spectacle revisitant les sonorités traditionnelles à travers le jazz, le gospel ou la rumba. Après un break d'environ quatre ans dans sa carrière musicale, Oupta est de retour depuis 2021 pour de magnifiques moments sur scène.

Gladys Samba

Affectueusement appelée « Maman Glad », Gladys Samba est une artiste congolaise avec des compositions diversifiées et originales qui promeuvent les valeurs ancestrales, tant du Congo que de l'Afrique. Qu'ils soient en lari, en bembé, en lingala, en kituba, ou en français, ses titres ont pour vocation de conscientiser son auditoire. Avec un style variant entre le R'n'B, le jazz et les rythmes du continent africain, Gladys Samba sait s'imposer sur scène et captiver l'attention de son public. Depuis 2018, elle est à la tête d'un groupe afro-féministe, Les mamans du Congo, qui revisite les berceuses bantoues.

Spirita Nanda

Spirita, de son vrai nom Nanda Nguemim Spirita, est une artiste congolaise originaire de l'ouest du Cameroun. Avec une enfance bercée par Sweet Lullaby du groupe Deep Forest, Spirita se découvre la passion pour la musique vers la fin des années 1990. Son passage au sein de la chorale classique du



Collège Sacré-Cœur de Makak, au Cameroun, contribuera à aiguïser son talent en musique. En amatrice des petits podiums, Spirita compose et participe à des shows universitaires durant sa vie étudiante. De retour au Congo, elle

intègre le Chœur Credo et s'imprègne des techniques de chants classiques et gospel. Son style épouse l'afro soul et électro pop. A ce jour, un album intitulé « Fusion » ainsi que plusieurs titres et collaborations sont à son compte.

Dans ses mélodies, Spirita chante l'amour, la paix, le retour aux sources et le respect des valeurs humaines. Elle est aussi passionnée de mode.

Welicia

Welicia fait partie des étoiles montantes de la musique congolaise, dans la ville océane, qui respirent un nouvel air musical. A seulement 25 ans, Welicia Labelle joue la carte de l'artiste sexy avec son look street et soigné. Au-delà de son physique qui attire sans doute l'attention du public, la jeune artiste souhaite avant tout captiver le public de par sa passion pour la musique. A ce jour, son répertoire navigue entre le R'n'B et la rumba congolaise.

Berlea Bilem

A l'état civil Berlea Dieuville Bilembolo, l'artiste compte parmi les richesses vocales que regorge le Congo. Avec sa voix tantôt douce, tantôt grave, Berlea évolue dans un registre gospel qu'elle a su aiguïser au sein des chorales religieuses. Le patrimoine culturel ancestral constitue son gisement où elle y puise beauté et sens de ses différents opus. Par ailleurs, la musique de Berlea se donne également pour mission de conscientiser la société à travers des textes engagés.

Merveille Jessica Atipo

Appel à candidatures

La bourse « Gaëtan-Mootoo » ouverte aux défenseurs des droits humains

Le mouvement mondial Amnesty international a lancé un appel à candidatures pour son programme « Gaëtan-Mootoo » destiné à soutenir la formation des jeunes défenseurs des droits humains originaires d'Afrique centrale (francophone) et de l'ouest. Les candidats ont jusqu'au 27 mars pour postuler.

Sont concernés par la bourse, les ressortissants de quatorze pays africains, notamment le Congo, le Bénin, le Burkina Faso, le Cameroun, la Côte d'Ivoire, le Gabon, la Guinée, le Mali, la Mauritanie, le Niger, la République centrafricaine, le Sénégal, le Tchad et le Togo. Durant quatre semaines, les

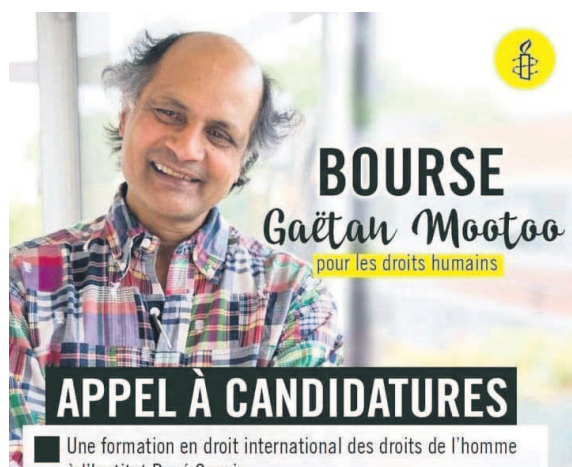
candidats seront formés en droit international des droits de l'homme et droit international pénal et humanitaire à l'Institut René-Cassin à Strasbourg, en France.

D'autres opportunités en lien avec ce programme peuvent inclure des visites dans des institutions basées en Afrique ou en Europe telles que la Cour pénale internationale, la Cour africaine des droits de l'homme, les bureaux d'Amnesty international et d'autres instances et organisations multilatérales de défense des droits de l'homme.

La bourse couvrira l'ensemble des frais liés à la participation à ce programme, à savoir les frais d'inscription, de voyage, d'hébergement, de demande de visa ainsi qu'un per diem durant toute la durée du programme. Elle s'adresse aux candidats âgés de moins de 35 ans et impliqués dans des activités consacrées à la défense des droits humains dans leur communauté. Ces derniers devront également avoir un niveau d'études supérieures et une bonne maîtrise de la langue anglaise.

Notons que cette bourse rend hommage au chercheur Gaëtan Mootoo, décédé en 2018. Pendant plusieurs années, il a été engagé dans le travail avec les défenseurs des droits humains de toute l'Afrique de l'ouest et du centre francophone.

Gloria Lossele



Semaine de la francophonie

Alain Mabanckou en tournée dans trois pays africains

Au Rwanda, au Kenya et en République démocratique du Congo, l'écrivain et enseignant franco-congolais anime des conférences sur la place du français en Afrique, en prélude à la semaine de la francophonie, célébrée le 20 mars de chaque année.

Prix Renaudot 2006, Alain Mabanckou s'exprime sans doute sur sa vision de la francophonie et les différents enjeux du partage de la langue française à travers l'Afrique.

Cette année, la semaine de la francophonie s'inscrit sur le thème « La francophonie de l'avenir », pour souligner le soutien de cette organisation à la jeunesse et à ses aspirations, notamment dans les domaines de l'entrepreneuriat, du numérique et du développement durable.

La semaine sera officiellement célébrée à Dubaï, dans le cadre de la programmation de l'Organisation internationale de la francophonie (OIF) à l'exposition universelle qui a débuté en octobre 2021.

Au programme : des conférences pour valoriser les innovations et les jeunes talents de la francophonie, des pro-



jections de films soutenus par l'OIF, un grand concert de la francophonie et bien d'autres activités.

Alain Mabanckou est l'auteur d'une dizaine de romans dont « Verre cassé » (2005) et « Mémoires de porc-épic » (prix Renaudot 2006). Son œuvre est traduite dans une vingtaine de langues.

Durly Emilia Gankama

Interview.

Larissa Théodora Nti-M'pouabou : « La meilleure façon de défendre une cause est de s'exprimer »



Dans une interview exclusive accordée aux Dépêches du Bassin du Congo, à l'occasion de la Journée internationale de la femme juge, le 12 mars dernier à Brazzaville, Maître Larissa Théodora Nti-M'pouabou, s'adressant aux femmes juges congolaises, en particulier, et africaines, en général, s'est exprimée sur ses aspirations en matière des droits des femmes. Entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C) : Pourquoi avez-vous choisi la pratique du droit comme carrière ?

Théodora Nti-M'pouabou (L.T.N.M) : Depuis toute petite, je caressais le rêve de devenir tenant du barreau. Au fil du temps, j'ai finalement préféré devenir notaire. Et c'est devenu ma profession.

L.D.B.C : Votre métier vous permet-il de défendre les droits des femmes ?

L.T.N.M : Bien sûr ! Dans l'exercice de mes fonctions, j'ai, par exemple, le devoir de liquider les successions. Selon l'article 484 du code de la famille congolaise, une conjointe survivante, mariée sous le régime de la communauté des biens, après liquidation, a la possibilité de recueillir de la succession le quart de l'usufruit des biens. A titre d'exemple, la famille d'un défunt mari avait un contentieux avec la veuve et comptait la chasser du toit familial. En ma qualité de juge de paix et prévention, j'ai aidé les deux parties à régler le litige à l'amiable.

L.D.B.C : Pensez-vous que les droits des Congolaises sont suffisamment respectés ?

L.T.N.M : Oui, je pense que le ministère en charge de la femme fait le nécessaire pour faire connaître ces droits et les faire respecter. Et surtout, il faudrait que nous, praticiennes du droit, mentionnions au créneau en vue d'aider à la sensibilisation des droits du genre féminin congolais.

L.D.B.C : D'autres initiatives doivent-elles

être prises pour mieux défendre les droits de la Congolaise ?

L.T.N.M : Les lois sont votées au Parlement. Cette question devrait être traitée et observée par les autorités compétentes avec l'œil vigilant du corps judiciaire.

L.D.B.C : A l'occasion de la Journée internationale de la femme juge, quel a été votre message à l'endroit de l'Africaine ?

L.T.N.M : Il faudrait poursuivre le combat en faveur des droits des femmes sur les plans économique, social, politique et culturel. Car seule la lutte libère. Abandonnons nos vieilles coutumes. Disons que l'avenir appartient à la femme africaine, en général, et congolaise, en particulier. Je souhaite tout le meilleur à la femme juge. Qu'elle continue à faire honneur aux femmes et à défendre leurs droits, surtout les violences qui leur sont faites.

L.D.B.C : Un dernier mot ?

L.T.N.M : J'ajouterai que chaque action, chaque discussion permet d'apporter de la force à la cause des droits de la femme. D'où, il faut faire entendre notre voix. Qu'il s'agisse de discuter avec nos amis, nos familles respectives ou de rejoindre une organisation de plaidoyer, la meilleure façon de défendre une cause est de s'exprimer.

*Propos recueillis
par Chris Louzany*

Les immortelles chansons d'Afrique

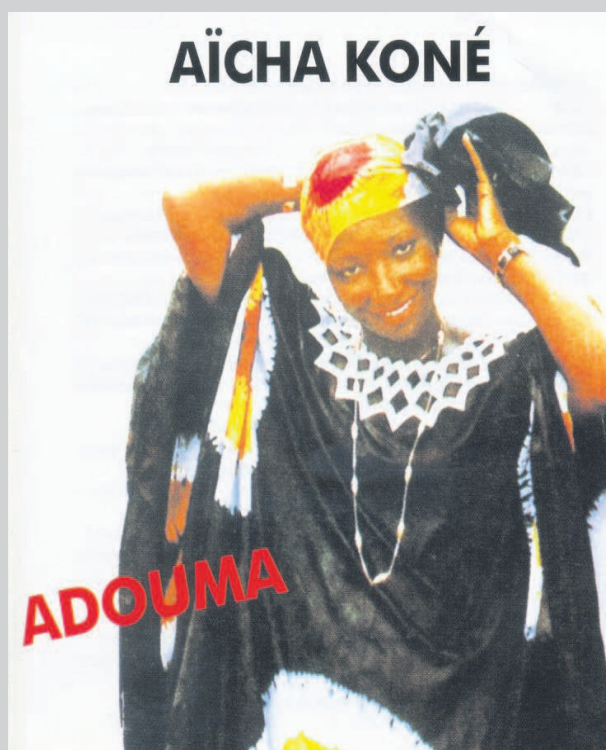
« Napesi yo motema » d'Aïcha Koné

Aïcha Koné a marqué l'histoire de la musique ivoirienne version féminine. Avec sa magnifique voix et la qualité de ses compositions, elle a parcouru plusieurs nations. En 1982, elle sort « Napesi yo motema », un titre foudroyant.

Arrangé par Jimmy Hyacinthe, le disque 33 tours, estampillé 793011 dans lequel est issu le morceau « Napesi yo motema » a été produit par la chanteuse elle-même dans un univers musical où la production discographique n'était pas chose aisée. Une attitude que doivent s'approprier des artistes d'aujourd'hui.

« Napesi yo motema » peut se traduire par « Je t'ai donné mon cœur ». Ce titre chanté en lingala fait apparaître la souffrance qu'éprouve la femme lorsqu'elle est délaissée par son mari. « *Bolingo na ngai okeyi e, otiki ngai na pasi namotema o, ngai ko nzoto ebeba kala nani akolinga ngai asalisa ngai ?* », autrement dit « *Mon amour tu es parti, tu m'as laissée avec la souffrance dans le cœur, moi dont le corps est usé depuis longtemps, qui peut m'aimer et me venir en aide ?* »

L'introduction de cette chanson est dominée par le saxophone de Jean Buzon et la trompette de Patrick Bourgoïn. Pendant ce temps, le synthé de Lulu et la tumba de Paco Solo soutiennent le canevas rythmique de cette mélodie. Plus loin, on écoute le jeu de la guitare sèche formidablement exécutée par Jimmy Hyacinthe qui, en outre, assure la direction artistique de ce long play dans lequel ont collaboré Georges Hapy à la batterie,



Cheick Mohamed Chérif au piano, Yvonne et Carole au chœur.

Ce titre est la parfaite illustration de l'influence

qu'a exercée la musique congolaise au sein de l'Afrique et dans le monde. Car, à l'écoute de ce morceau, tout auditeur ou auditrice croira que cette œuvre est issue du Congo. D'abord, parce qu'elle est chantée en lingala, ensuite, le genre musical qui y est exploité est la rumba, et enfin le style de chanter renvoie à celui de l'artiste Abeti Masikini qui figure parmi les femmes ayant porté les couleurs de cette musique dans les grandes salles de spectacle en Europe et aux Etats-Unis et en Asie. Inscrite depuis le 14 décembre 2021 au patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'Unesco, la rumba est un véritable élément représentatif de l'identité du peuple congolais, elle est présente lors des différentes cérémonies qui animent les deux capitales les plus proches du monde, Brazzaville et Kinshasa.

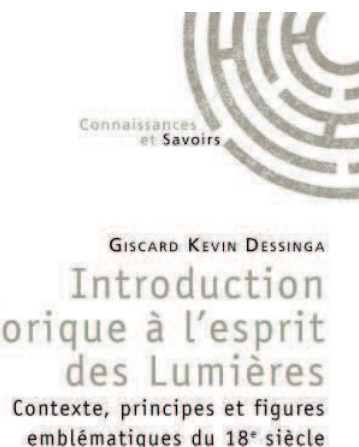
Impératrice de la chanson ivoirienne, Aïcha Koné est née à Abidjan, le 21 mai 1957. Elle débute sa carrière comme chanteuse dans l'orchestre de la Radio télévision ivoirienne sous la coupe de Boncana Maïga. En 1979, elle enregistre son premier titre « Denikeleni » en format 45 tours. A ce jour, son parcours est jalonné de seize albums et sept singles.

Frédéric Mafina

Parution

« Introduction historique à l'esprit des Lumières » de Giscard Kevin Dessinga

L'essai publié aux éditions Connaissances et Savoirs, à Paris, montre en cinquante-six pages le contexte, les principes et les figures emblématiques des lumières au XVIII^e siècle.



Le XVIII^e siècle a été un temps fort de l'écllosion de la pensée philosophique et scientifique en Europe. Cette période est caractérisée par la prise en compte de la pensée individuelle au détriment de l'autorité et de la tradition. La liberté personnelle est, en effet, prônée contre la monarchie absolue. Les lumières représentent un système de pensée relatif à la philosophie moderne, caractérisé essentiellement par le culte de la raison comme principe référentiel pour l'accession à la vérité et l'orientation de la vie et de la conduite humaine. Ce mouvement,

selon Giscard Kevin Dessinga, va de 1715, année de la mort du roi-soleil, Louis XIV, à 1789, année de la révolution française.

« Il faut dire, par ailleurs, qu'il s'agit d'un vaste mouvement littéraire, culturel et philosophique qui traverse l'Europe au XVIII^e siècle. Dans la foulée, il s'agit des idées nouvelles apportées et diffusées par des philosophes du XVIII^e e siècle qui, dans l'ensemble, croient au progrès de l'Homme et à la capacité de la raison de guider la vie, les actions et les choix humains, et récusent l'autorité et la tradition », écrit l'essayiste.

Les pays porteurs de cette nouvelle donne sont l'Italie, l'Allemagne, la Grande-Bretagne et la France, respectivement avec des ténors comme l'Italien Cesare Beccaria, auteur de « Des délits et des peines » en 1764; l'Allemand Kant qui apprend à penser par soi-même et à être responsable personnellement de soi et de la société; l'Anglais Adam Smith, auteur des « Recherches sur la nature et les causes de la richesse des nations », défend l'initiative privée et la prise en compte des intérêts des citoyens dans la gouvernance de l'Etat; et les Français Montesquieu, Voltaire et Rousseau, promoteurs des politiques démocratiques. L'écrivain congolais Giscard Kevin Dessinga est prêtre et docteur en philosophie. Il est auteur de plus de vingt livres littéraires et philosophiques.

Aubin Banzouzi

Livre

« Je m'insurge », un recueil signé Gaëtan Ngoua

Publié aux éditions +, avec pour préfacier Chrisostome Otsenge Moranganga, « Je m'insurge » est le treizième ouvrage du poète congolais Gaëtan Ngoua. Il est suivi dans le même volume de « Le peuple ne réclame que le pain et la paix ».

Le poème de Gaëtan Ngoua n'est pas un pamphlet mais une étreinte avec l'âme, un vœu d'amour. Il exalte la vie dans sa pureté et résume en quelques mots les peines de l'homme sur cette terre. En effet, dans cet ouvrage, le poète s'insurge contre la maigreur de l'humanité en l'homme ainsi que contre l'ubuesque, le sordide. « L'homme a perdu la bataille de l'humanité en l'homme, des droits de l'homme, des libertés fondamentales et de la dignité humaine. Il nous faut redémarrer le chantier de la reconstruction de l'humanité en l'homme. Et, chacun a son carré à cultiver dans ce rude travail. Comment donc ne pas s'insurger devant ce triste constat ? », se demande Gaëtan Ngoua.

A en croire ses propos, le message qu'il fait passer à travers ce recueil peut être vu comme un cri d'indignation. Cependant, il apparaît comme un cri de résilience si et seulement si les lecteurs prennent la peine de lire ces deux courts recueils qui ne sont que « Je m'insurge » et « Le peuple ne réclame que le pain et la paix » disponibles à Brazzaville et en vente sur toutes les autres plateformes en ligne. « Je ne m'insurge pas pour m'insurger mais, j'indique que tant que ça demeure, je m'insurge. D'où, la résilience », écrit-il. « Ce livre est mon propre constat de la détérioration de l'humanité en l'homme. Je sais que Victor Hugo et Émile Zola et Félix Wazekwa sont de grands artisans de l'art. Mais, je n'ai

COLLECTION AYINA

Gaëtan NGOUA



vraiment pas fait attention à ce qu'ils ont dit à ce sujet pour faire mon propre constat sur ce sujet combien actuel », ajoute-t-il.

Poète originaire du Congo, Gaëtan Ngoua est né le 7 août 1970 à Kabala (Mbila-Komono), au sud-ouest de la ville capitale. Il obtient son baccalauréat littéraire en 1993, diplôme qui lui ouvre les portes de l'Université Marien-Ngouabi de Brazzaville. Il sortira de là avec un diplôme d'études universitaires générales en communication et une maîtrise en philosophie, en décembre 2004.

Gloria Lossele et A.B.

Voir ou revoir

« Un homme qui crie » de Mahamat-Saleh Haroun



Sorti en salle en 2010, « Un homme qui crie » du réalisateur tchadien Mahamat-Saleh Haroun est un film qui montre les conséquences de la déchéance humaine à travers une relation père-fils sur fond de jalousie et de trahison.

Adam, la cinquantaine révolue, ancien champion de natation est maître-nageur de la piscine d'un hôtel de luxe à N'Djamena. Lorsque des investisseurs étrangers rachètent la taverne, il doit céder son poste à son fils Abdel. Une situation qu'il vit très mal, considérant cela comme un échec social.

Et comme si cela ne suffisait pas, durant la même période, le pays en proie à la guerre civile vit sous la menace des rebelles armés. En réaction, le pouvoir en place fait appel à la population pour un « effort de guerre », exigeant d'elle de l'argent ou un enfant en âge de combattre les assaillants. Adam est ainsi pressé par son chef de quartier pour sa participation. Cependant, il n'a pas d'argent et n'a que son fils...

Le titre du film « Un homme qui crie », initialement intitulé « Un homme qui crie n'est pas un ours qui danse », a été tiré d'une phrase du livre « Cahier d'un retour au pays natal » du poète martiniquais Aimé Césaire. A travers le personnage d'Adam, il aborde, avec finesse, le parcours d'un homme humble, mais aussi lâche qui n'arrive pas à sortir son cri face au monde qui l'entoure.

Aux allures de tragédie épurée, ce film pose la question de la perte d'identité, non pas à cause d'événe-

ments hors de son contrôle, mais des choix que font les humains face aux aléas de la vie. En réalité, le scénario vise à faire comprendre à chaque spectateur qu'il ne tient qu'à soi de décider de quel type de personne on veut être, comment l'exprimer et vivre pleinement en fonction de ses choix.

Bien qu'elle occupe une place « psychologique » dans la conscience du spectateur et conditionne tout le déroulement de la narration, la guerre en images n'est pas présente dans le film. Seulement, à travers la guerre et sa menace, Mahamat Saleh Haroun met particulièrement en lumière une autre forme de violence faite aux hommes que parvient à cerner peu à peu Adam. « Il fallait montrer comment celui-ci perd totalement pied et comment un homme, poussé à bout et dépouillé, peut être amené à commettre l'impardonnable », a déclaré le réalisateur au magazine web Allo ciné.

Avec une mise en scène travaillée, la fin du long-métrage « Un homme qui crie » est d'une esthétique raffinée et d'une beauté naturelle dans la solitude d'un grand fleuve où le père et le fils vont unir leurs destinées à tout jamais. A cela s'ajoute l'objet musical, composé par Wasis Diop, qui sans en faire trop, ne sert beaucoup plus qu'à révéler l'état d'âme et le désordre intérieur des personnages.

Prix du Jury en 2010 au Festival de Cannes, « Un homme qui crie » est le quatrième long métrage de Mahamat Saleh Haroun après « Bye bye Africa », « Abouna » et « Daratt ».

Merveille Jessica Atipo

FinTech Summit Africa

Un rendez-vous à ne pas rater

S'adressant aux cadres de niveau C et aux dirigeants d'institutions financières en Afrique, la FinTech Summit Africa se tiendra les 28 et 29 juin à Johannesburg, en Afrique du Sud. Une série d'échanges en présentiel et en ligne visant à discuter sur des questions liées à la fintech pour améliorer l'expérience client dans la finance et la banque.

L'événement a pour objectif d'améliorer l'efficacité et l'efficacité grâce à l'adoption de la technologie financière. Il abordera différents sujets en matière de fintech, notamment l'automatisation des services financiers, les regtech, les services bancaires aux petites et moyennes entreprises, les insurtech et les risques, les services bancaires numériques, etc. La rencontre couvrira les domaines suivants : la robotique ; l'automation dans les services financiers ; la regtech

; les services bancaires aux petites et moyennes entreprises ; la sécurité ; les paiements et versements ; le prêt ; l'assurance ; la banque numérique ; le bitcoin...

Pendant deux jours, FinTech Summit Africa accueillera plus de dix conférenciers répartis sur dix sessions et s'adressera à un public de cinq cents participants. Au menu de la rencontre, des opportunités de réseautage et des tables rondes.

« *La technologie financière transforme les secteurs des*

paiements, de la finance et des assurances. Les institutions financières améliorent leur prestation de services grâce à l'adoption de l'intelligence artificielle, de l'automatisation des processus robotiques, de la chaîne de blocs et du cloud, entre autres technologies », estiment les organisateurs.

Le rendez-vous accueillera les responsables des risques, des fintech, des technologies d'assurance, de la sécurité informatique, des banques digitales, les gestionnaires d'infrastructures informatiques, des systèmes de paiement, des risques opérationnels...

Gloria Lossele

FinTech Summit Africa

Improving efficiency and effectiveness through adoption of finance technology.

**Hybrid Event I
Johannesburg | 28-29 June
2022**

2^e édition de la Women digital week

Place à la congolaise 2.0

La formation aux métiers du digital est une rampe d'accès aux meilleures opportunités professionnelles et un accélérateur de carrière, mais ce secteur en pleine croissance manque de talents féminins. Pour pallier ce manque, Kriss Brochec Aka et Daphné Niwadju ont organisé la « Women digital week » à Brazzaville. Le but est de donner aux femmes leur juste place dans le numérique.

Programme de renforcement des capacités et compétences en matière du numérique et du digital à l'endroit des femmes congolaises, la « Women digital week » réunit, depuis le 14 mars, des entrepreneures, étudiantes et fonctionnaires des secteurs privé et public.

La formation, qui prendra fin le 19 mars, permet aux participantes de connaître les fondamentaux de divers domaines prometteurs dans le digital, à l'instar de la cybersécurité, le web 3.0, le marketing d'influence, etc.

Dans le même sillage, les participants apprennent à mieux maîtriser les réseaux sociaux, à créer du contenu, des sites internet, blog, boutiques en ligne et bien d'autres. Outre ces diverses activités (Bootcamp, une formation intensive et continue, afterwork, ateliers), la formation se donne également pour mission de promouvoir le numérique congolais.

« *Le Congo, en termes du numérique, est en train de faire son petit bout de chemin mais les acteurs de ce secteur sont conscients que le numérique et l'autonomisation de la femme vont de pair. C'est aussi un accélérateur de compétence, de développement des entreprises, on a bien vu l'importance du numérique à travers la crise, que ce soit dans la gestion des tests covid, de l'enseignement, ou encore des transac-*

tions Mobile Money », a fait savoir Kriss Brochec Aka, promotrice de l'événement.

Depuis quelques années, le Congo a entrepris des efforts substantiels pour construire des infrastructures de base afin de favoriser le développement de ce secteur. Quelques entreprises ont réussi à se faire une place dans l'économie numérique, en particulier dans le domaine de la fourniture de services aux populations, mais l'écosystème demeure relativement fragile et de nombreuses petites entreprises peinent en-

de formation favorise la montée en expertise des citoyens congolais sur les évolutions et innovations technologiques, transformant ainsi la société en profondeur et stimulant l'entrepreneuriat et l'innovation. On comprend bien à quel point il est crucial de viser un équilibre entre les femmes et les hommes dans le numérique : cette parité assurera une construction non biaisée des technologies utilisées. « *Le but que nous visons, à travers cette formation, c'est de permettre aux femmes d'avoir*



Kriss Brochec et quelques participantes lors du lancement des activités de la « Women digital week »

core à exister en l'absence de débouchés ou de dynamique d'ensemble. Dans ce contexte, certaines initiatives comme la « Women digital week » méritent d'être soulignées, car ce genre

suffisamment confiance en elles pour briser les préjugés qui pèsent sur leur épanouissement véritable », a conclu Kriss Brochec Aka.

Durly Emilia Gankama

www.lesdepechesdebrazzaville.fr

Digital PayExpo 2022

La 22^e édition centrée sur la finance décentralisée

Destinée à promouvoir l'intérêt des acteurs africains du secteur bancaire et financier, en particulier ceux impliqués dans la fintech et l'innovation, la Digital PayExpo 2022 aura lieu les 9 et 10 juin à Lagos, au Nigeria.



La conférence se concentrera cette année sur l'accès au financement sans tiers à travers le continent africain grâce à la finance décentralisée (DeFi). Elle mettra en lumière les implications potentielles, les complexités et les risques de l'utilisation des applications DeFi. En effet, l'événement de deux jours se tiendra en format hybride, notamment en présentiel et en virtuel.

Placée sur le thème « Finance décentralisée », la rencontre vise à aider les parties prenantes dans la prise des mesures afin de mettre en œuvre la DeFi comme stratégie de croissance future à travers l'Afrique. Elle permettra, entre autres, aux participants de découvrir les raisons pour lesquelles la finance décentralisée est le pas en avant pour l'économie africaine.

Outre la conférence, une exposition de plus de cinquante stands de fintech marquera l'événement qui réunira des capital-risqueurs, des ingénieurs en logiciel, des entrepreneurs, des start-up DeFi en devenir, des régulateurs et des passionnés de l'industrie.

« *Lors de ces échanges, les innovateurs DeFi et les acteurs du changement partageront leurs histoires sur la façon dont ils définissent la prochaine ère de la finance mondiale, fournissant des informations sur la finance décentralisée sous différents angles d'intérêt sur l'aspect pratique de la réalisation d'un modèle DeFi durable dans la banque et la finance à travers le numérique hautement compétitif de l'Afrique »,* ont indiqué les organisateurs.

G.L.

Mois de mars

Fête un jour, lutte toujours...

Comme un feu de braises, la ferveur du 8 mars s'est bien vite éteinte. Bien que la fièvre de la fête soit retombée, la lutte quant à elle est pérenne dans le temps et, pour certaines, il s'agit parfois d'une question de survie au jour le jour...

Une semaine après la célébration de la Journée internationale des droits des femmes, à l'image de la célébration de la Saint-Sylvestre ou de l'indémontable fête de Noël, le feu des festivités du 8 mars s'est bien vite éteint pour laisser place à la routine du quotidien. Au Congo-Brazzaville, le public n'aura pas retiré grand-chose de cette célébration quand bien même toutes les communications faites sur le sujet ne sauraient suffire à contenir les élans et pratiques dévastateurs que subissent les femmes aux quatre coins du monde.

En effet, les rapports d'ONU-Femmes révèlent qu'en 2020, 736 millions de femmes dans le monde ont été victimes de violences physiques et/ou sexuelles pour un ratio d'environ une femme sur trois. Dans ce même rapport, il est énon-

cé que 81 000 femmes ont été privées de leur souffle de vie dont près de la moitié s'est vue ainsi livrer à la mort dans le cadre du foyer conjugal.

Si les chiffres sont ici alarmants, ils ne prennent pas en compte les cas de harcèlement sexuel, ni les cas liés aux violences de guerre qui sévissent particulièrement à l'Est de la République démocratique du Congo (RDC) depuis plus de deux décennies. La lumière étant exclusivement portée à l'heure actuelle sur le conflit occidental, le Dr Denis Mukwege, le gynécologue qui « répare les femmes » considère comme invisibles et muettes les exactions commises dans l'Est de la RDC, le pays qui lui a donné le jour et qui sombre dans une épaisse et interminable nuit.

C'est dans cette optique que le documentaire « L'empire du



silence », réalisé par le Belge Thierry Michel, a été diffusé en avant-première à Paris, le 12 mars 2022, porté en étendard par le Dr Mukwege qui, dans une interview accordée à nos confrères de France 24, a déclaré que « s'il y a la volonté politique, les moyens,

on peut les trouver », ceci dans le but de mettre fin aux atrocités commises en plein cœur de l'Afrique.

En cette semaine, précisément en la journée du 15 mars, date consacrée à la célébration de la Journée mondiale du travail social, il sied

de mettre en avant et d'honorer l'engagement de personnes qui, à l'image du Dr Denis Mukwege, consacrent leur vie et leur énergie à réparer autant que faire se peut la femme et le monde.

Princilia Pérès

Evocation

Le revenant de Ngatali (7)

Sous la lumière des torches, les villageois et l'agent de S. se dirigèrent vers l'endroit où se trouvait le mort. Quelqu'un hasarda :

J'ai immédiatement pensé à ce démon de Donatien quand le chien s'est mis à aboyer. Lorsque nous avons appris l'idée saugrenue de l'acheteur du tabac de passer la nuit sur les terres de Donatien, nous avons prié Ngalessami, son représentant, de le dissuader. Il ne devait jamais installer sa tente ici, à l'entrée de la bouche de Bouma, non loin du siège du démon. Ngalessami nous a ri au nez en prétextant que les Blancs n'ont que faire des fantômes. Il paraîtrait que dans leurs pays, les morts sont enterrés soit sans viscères, soit réduits en poussière et enfermés dans des boîtes. C'est pourquoi, ils ignorent les tourments que nous infligent ici les Donatien et autres revenants.

On fit rapidement taire le bavard : son allusion aux viscères arrachés et à la crémation des corps en Europe était effrayante et hors de propos. Jean Pierre marchait devant le groupe des villageois, il rompit le silence et s'inquiéta :

C'est qui Donatien ?

La question sema la confusion chez les villageois. Ils se rendirent compte qu'ils parlaient d'un mort comme s'il s'agissait d'une personne vivante. L'un d'eux alla droit au but : Donatien vivait ici, dans notre quartier. Depuis sa mort, voici trois semaines, on ne respire plus. Son fantôme terrorise le village : les passants sont pourchassés, la nuit, il court le village en bousculant les portes, poussant des cris lugubres, avec tintements d'ustensiles, des colliers et des clochettes. C'est terrifiant ! Le Français coupa sèchement l'explication : Vous vous trompez ! Il ne s'agit pas dans mon cas d'un mort-vivant, Donatien, Pascal ou je ne sais qui encore. J'ai tiré sur quelqu'un qui me voulait du mal. Je n'ai pas tiré sur un fantôme. Les fantômes sont invisibles :

ils ne saignent pas. Le corps qui est là-bas saigne. Il s'agit d'une personne en chair et en os portant un masque blanc. Venez, vous allez voir.

De plus en plus perplexes, les villageois avancèrent en silence. Ils n'étaient pas au bout de leur surprise. La scène macabre qu'ils découvrirent les enfonça plus profondément dans la confusion. Sous la lumière des torches gisait un individu entièrement voilé de noir, le visage recouvert d'un masque blanc en plastique. Des fentes pratiquées au niveau des deux yeux, de la bouche et des narines donnaient un aspect lugubre au masque plaqué sur le voile noir. Cet aspect sinistre provoqua un mouvement de recul parmi les villageois. Cependant, poussés par la curiosité, ils se résignèrent à s'approcher du cadavre dont les taches de sang maculaient le thorax. A côté du corps se trouvaient un gourdin en bois bosselé, une branche aux feuilles touffues arrachée à un manguiier et trois anneaux métalliques reliés par un fil et une clochette. Un peu plus loin gisait un chien à côté d'un petit seau métallique peint en blanc. Le seau était renversé : on devinait facilement son contenu : des taches de sang d'un gigot d'antilope fraîchement dépecé étaient visibles sur ses parois. Jean Pierre se mit à tonner en indiquant l'ustensile :

C'est avec ça qu'il a apporté le gigot de viande qui lui a servi à empoisonner mon chien. Je suis certain qu'il voulait me tuer pour voler les trois cartons de boîtes de sardines que je n'ai pas eu le temps de partager aux élèves de l'école primaire. Oui, ce gredin voulait ma peau, juste pour quelques boîtes de sardines ! C'est terrible. J'imagine qu'il avait projeté de les écouler à P. ou bien dans d'autres villages. Ouais ! pour si peu, ce gredin voulait me tuer, voler ma vie !

Il bouillonnait de colère devant les habitants de Bwanga hébétés. Les détails de la scène de crime ramenèrent certains d'entre eux à la réalité. Une piste se dessina très ra-

pidement. L'ustensile ayant transporté le gigot de viande appartenait à Mbongo Tchongui. On affirma qu'à la fin du marché, au moment de revenir à Bwanga, il s'était partagé avec d'autres veinards des quartiers d'une antilope qu'un chasseur venait tardivement de mettre à la vente. Il avait ramené cet achat dans cet ustensile avec son couvercle. Sur ce point, affirmait-on, nul doute n'était permis. Seul Tchongui était le propriétaire de cet ustensile au quartier Bwanga. Le pas suivant fut pourtant difficile à franchir. En effet, personne ne se hasarda à conclure que la dépouille mortelle voilée et masquée couchée dans les herbes était celle de Mbongo Tchongui. Les habitants étaient atterrés par les outils qu'ils avaient retrouvés à côté du corps de l'inconnu. Les anneaux métalliques, la clochette, la branche aux feuilles touffues, le gourdin et le voile noir rehaussé d'un effrayant masque blanc étaient dans leur imaginaire des outils de travail des revenants. Ils ne comprenaient pas le lien que pouvait avoir Tchongui avec les outils de travail du diable. Déjà, certains avaient constaté son absence dans le groupe qui avait accouru au bruit des coups de feu. Ils étaient consternés. Il eut un moment de flottement. Certains voulaient requérir la présence du chef du village avant de découvrir le visage du mort masqué. Or, il fallait aller le chercher au quartier Ickinga envahi par des danses nocturnes liées à la fête du jour du marché. D'autres proposèrent d'en finir tout de suite. Ils se justifiaient en disant :

Tous, au quartier Bwanga, nous avons entendu les coups de feu. On ne nous accusera pas d'avoir tué cet individu voilé et masqué. Le seau, le chien de l'agent du tabac, les restes du gigot ayant servi à l'empoisonner et tout cet attirail diabolique à côté du mort ne plaideront pas contre nous.

Ikkia Ondai Akiera

Un financement mobilisé pour la grande muraille verte

Lors du récent « One planet summit » pour la biodiversité, organisée par le président français Emmanuel Macron, au palais de l'Élysée, l'initiative de la Grande Muraille verte pour le Sahel et le Sahara a reçu 14 milliards de dollars de promesses de financements supplémentaires pour les dix prochaines années.

Ce soutien financier permettra d'intensifier les efforts en vue de restaurer les terres dégradées, créer des emplois verts, renforcer la résilience et protéger la biodiversité. Parmi les financiers figurent le gouvernement français, qui s'est engagé à verser 14 milliards de dollars, la Banque africaine de développement (6,5 milliards de dollars) et la Banque mondiale (5 milliards de dollars).

La Grande Muraille verte est une initiative qui contribue à faire pousser de la végétation et restaure une bande de terre partant du Sénégal vers Djibouti afin d'aider à renforcer la sécurité alimentaire, améliorer la santé et à créer des milliers de nouveaux emplois et des opportunités de revenus

pour les communautés qui y vivent. L'accent sera mis sur l'utilisation durable des terres, les techniques agricoles indigènes et les emplois verts. L'initiative a déjà permis de planter des milliards d'arbres et de soutenir des dizaines de milliers de ménages locaux.

Cette initiative est le premier fleuron de la Décennie des Nations unies pour la restauration des écosystèmes 2021 – 2030, et le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE), par l'intermédiaire du Fonds pour l'environnement mondial et d'autres donateurs, mène de nombreux projets de restauration le long de cette muraille.

« L'année 2021 marque le début de la Décennie pour la restauration



des écosystèmes et la Grande Muraille verte est un exemple inspirant de restauration des écosystèmes en action. Cette initiative à elle seule ne transformera pas la situation du Sahel du jour au lendemain, mais elle est en train de devenir rapidement un corridor de croissance verte qui apporte des investissements, renforce la sécurité alimentaire, crée des emplois et sème les graines de la paix », a déclaré Susan Gard-

ner, directrice de la division des écosystèmes du PNUE.

Le PNUE, l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture et la Convention des Nations unies sur la lutte contre la désertification (UNCCD) collaborent avec dix autres agences des Nations unies et banques de développement pour coordonner l'action en faveur de la Grande Muraille verte.

Lancée en 2007, l'initiative de la Grande Muraille

verte, longue de 8000 kilomètres, est dirigée par l'Afrique, qui s'étend dans onze pays et vise à lutter contre la dégradation des terres, la désertification et la sécheresse. Les changements climatiques ont des effets dévastateurs au Sahel, car ils se produisent une fois et demie plus vite que la moyenne mondiale. La région connaît des sécheresses tous les deux ans, au lieu du cycle décennal habituel.

Boris Khari Ebaka

Chronique

L'Afrique et les énergies renouvelables

En septembre 2015, en parallèle de l'assemblée générale des Nations unies, 193 dirigeants de la planète se sont engagés sur 17 objectifs mondiaux afin d'atteindre trois super objectifs d'ici à l'an 2030. Il s'agit précisément de mettre fin à l'extrême pauvreté, lutter contre les inégalités et l'injustice et régler le problème crucial du dérèglement climatique. Ces objectifs de développement durable donnent la marche à suivre pour parvenir à un avenir meilleur et plus durable pour tous. Ils répondent aux défis mondiaux auxquels l'humanité est confrontée. Ces objectifs sont interconnectés et, pour ne laisser personne de côté, il est important d'atteindre chacun d'entre eux, et chacune de leurs cibles, d'ici à 2030.

Mais parmi ces 17 objectifs, un en particulier revêt une importance capitale. Il s'agit de l'objectif 13 qui concerne la lutte contre les changements climatiques. Les changements climatiques affectent désormais tous les pays sur tous les continents. Cela perturbe les économies nationales et affecte des vies, coûte cher aux personnes, aux communautés et aux pays aujourd'hui et coûtera même plus cher encore demain. Les conditions météorologiques changent, le niveau de la mer monte, les phénomènes météorologiques deviennent plus extrêmes et les émissions de gaz à effet de serre sont maintenant à leur plus haut niveau de l'histoire. Sans action, la température moyenne à la

surface du monde devrait dépasser les 3 degrés centigrades ce siècle. Les personnes les plus pauvres et les plus vulnérables sont les plus touchées, notamment en Afrique.

Des solutions abordables et évolutives sont désormais disponibles pour permettre aux pays de passer à des économies plus propres et plus résilientes. Le rythme du changement s'accélère à mesure que de plus en plus de personnes se tournent vers les énergies renouvelables et que d'autres mesures réduiront les émissions et intensifieront les efforts d'adaptation. Le changement climatique est toutefois un défi mondial qui ne respecte pas les frontières nationales. C'est un problème qui nécessite des solutions qui doivent être coordonnées au niveau international pour aider les pays en développement à évoluer vers une économie à faibles émissions de carbone.

Pour renforcer la réponse mondiale à la menace du changement climatique, les pays ont adopté, lors de la COP21, l'accord de Paris sur le climat, entré en vigueur en novembre 2016. Dans cet accord, tous les pays ont convenu de limiter la hausse des températures à deux degrés centigrades. La mise en œuvre de l'accord de Paris est essentielle à la réalisation des Objectifs de développement durable et fournit une feuille de route pour les actions climatiques qui réduiront les émissions et renforceront la résilience climatique. En avril 2018, 175 parties avaient ratifié

l'accord de Paris et dix pays en développement avaient présenté la première version de leurs plans nationaux d'adaptation pour faire face aux changements climatiques.

On le dira jamais assez, l'Afrique est le continent le plus vulnérable vis-à-vis des changements climatiques ; avec 4% des émissions mondiales de gaz à effet de serre, elle se place plus dans une logique d'adaptation que dans celle de l'atténuation, avec néanmoins des capacités d'adaptation très limitées. Le changement climatique va aggraver la vulnérabilité des populations. Jusqu'à 2030, les coûts économiques du changement climatique en Afrique sont estimés de 1,5 à 3% du PIB avec un besoin minimum de 10 milliards de dollars par an pour le financement de l'adaptation. L'accès aux financements verts et aux technologies propres ainsi que le renforcement des capacités constituent également des défis majeurs pour le continent.

L'Afrique dispose d'un véritable potentiel d'énergies renouvelables (solaire, éolien, géothermie et hydraulique), jusqu'à présent peu exploité. Il revient aux dirigeants des pays respectifs de promouvoir des mécanismes de renforcement des capacités afin que chaque Etat se dote de moyens efficaces de planification et de gestion pour faire face aux changements climatiques et espérer atteindre l'objectif numéro 13 à l'horizon 2030.

Boris Khari Ebaka

Le saviez-vous ?

Est-ce nécessaire de laver un vêtement neuf avant de le porter ?

Les vêtements, quelle que soit leur nature, ont été manipulés par beaucoup de mains au moment de leur fabrication, ou lors de leur emballage dans un magasin. Parfois ils ont également été essayés plusieurs fois par des clients hésitants. Mais est-ce vraiment grave de les porter quand même? Découvrons s'il faut ou non laver les vêtements neufs ainsi que les procédures utilisées pour y parvenir.

Nous sommes tous les mêmes. Quand nous achetons de nouveaux vêtements, nous voulons justement arracher les étiquettes et les porter le plus vite possible et nous nous imaginons qu'ils sont parfaitement propres puisqu'ils sortent à peine du magasin. En réalité, ils peuvent avoir été en contact avec toutes sortes de choses, pas forcément décelables à l'œil nu, mais qui peuvent causer des problèmes de peau.

Tout comme vos fruits et légumes sont pulvérisés de pesticides, vos vêtements sont aspergés de produits chimiques qui leur donnent de la tenue. La plupart des tissus sont traités avec de l'apprêt (opération par laquelle on transforme), qui les empêche de se froisser. Ils le sont également pour empêcher de moisir si les habits sont stockés dans un endroit humide. Du coup, pour éviter toutes démangeaisons, réactions cutanées, rougeurs, petits boutons et allergies, mieux vaut mettre tous les vêtements qui seront directement en contact avec la peau à la machine à lessiver

Laver le linge ou le vêtement

Avant de laver un vêtement quel qu'il soit, en n'importe quelle matière, faites-le tremper dans



de l'eau tiède ou froide, en ajoutant quelques gouttes de vinaigre blanc.

Puis, essorez-le et rincez-le avant de le mettre à laver à la machine en respectant les conseils

d'entretien qui sont inscrits sur l'étiquette de cet habit. Vous verrez, votre peau vous en remerciera !

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourses à l'Université de Birmingham

Ces bourses d'études sont destinées aux étudiants étrangers et africains pour étudier en Angleterre.

1. DONNÉES SUR LA BOURSE

Année de la bourse : 2023

Pays : Angleterre

Organisme : Université de Edinburgh

Niveau d'études : licence

Spécialité de la bourse : arts et droit, ingénierie et sciences physiques, sciences de la vie et de l'environnement, sciences médicales et dentaires, sciences sociales.

Montant de la bourse : 2 500 £

Date limite pour postuler : 27 mai 2022

2. ORGANISME D'ACCUEIL

Nom de la bourse : Bellerbys Outstanding Achievement Scholarships
Organisme : Université de Edinburgh

3. DESCRIPTION DE LA BOURSE

En partenariat avec Bellerbys Colleges, l'Université de Birmingham est heureuse d'offrir cette bourse aux universitaires les plus performants.

L'attribution des prix sera basée sur d'excellents résultats scolaires, votre déclaration personnelle et une excellente assiduité à l'université.

L'Université de Birmingham est heureuse d'annoncer une bourse d'études de 2 500 £ pour un étudiant qui demande à entrer dans un programme de premier cycle à l'Université à partir de septembre 2022 et qui étudie actuellement dans n'importe quel Bellerbys College.

Pour être éligibles, les candidats doivent :

Avoir reçu une offre et sélectionné

l'Université de Birmingham pour un programme de premier cycle à temps plein à partir de septembre 2022. Répondre aux conditions académiques de leur offre au programme. Étudier dans un Bellerbys College. Être classé par l'Université en tant que payeur de frais à l'étranger aux fins des frais de scolarité et être en mesure de payer les frais de scolarité impayés non couverts par la bourse. Commencer leurs études à l'Université en septembre 2022

COMMENT POSTULER POUR LA BOURSE

Pour postuler pour ces bourses d'études, merci de postuler via ce lien.

Par Concoursn

Le soutien-gorge, bon ou mauvais pour la santé des seins ?

La tendance du no bra se maintient. Avec pour principal argument, une libération. Toutefois, de nombreuses femmes s'interrogent sur le risque encouru à ne pas porter de soutien-gorge. D'autres se demandent si le fait de le garder peut leur porter préjudice justement. Faisons le point.

En 1968, certaines femmes ont brûlé les soutiens-gorge en signe de libération de l'oppression de la société. Ne plus porter de soutien-gorge représentait alors un symbole de libération des femmes. Aujourd'hui, la tendance du no bra correspond encore à cette volonté de lutter contre le patriarcat pour certaines mais est aussi souvent liée à une revendication de confort et de meilleure santé. Or, est-ce juste ? Si le choix revient à chacune, selon son envie et son bien-être, peut-on affirmer que ne plus porter de soutien-gorge est meilleur pour la santé des seins ?

Pour commencer, on peut

aborder la question du cancer. En effet, c'est une des préoccupations qui courent sur internet. A ce sujet, pas d'inquiétude selon la littérature scientifique. Une étude publiée dans la revue « Cancer, Epidemiology, Biomarkers and Prevention », en 2014 notamment, n'a trouvé aucun lien entre le port du soutien-gorge et le cancer du sein. Et ce, quelle que soit la taille du vêtement, le nombre d'heures de port ou bien le fait que le soutien-gorge comporte ou non une armature. Ce qui ne signifie pas pour autant, qu'à l'inverse, ne pas porter de soutien-gorge expose à un quelconque risque de ce côté-là.



Une femme attachant un soutien-gorge/DR

Questions esthétiques

Cela dit, d'autres questions se posent, même si elles concernent des sujets moins graves que le cancer. Parmi elles, le fait de porter ou non un soutien-gorge entraîne-t-il un affaissement prématuré de la poitrine ? Une étude française avait été publiée par le Pr Jean-Denis Rouillon de l'Université de Be-

sançon; en 2013. Il a suivi 320 jeunes femmes durant quinze années en mesurant les changements au niveau de leurs seins après avoir ou non porté un soutien-gorge. Il a observé que celles qui ne portaient jamais ce sous-vêtement voyaient leurs seins s'affaisser moins que les autres.

Ainsi, elles avaient des té-

tons sept millimètres plus haut par rapport à leurs épaules que les autres en moyenne. Pour lui, le soutien-gorge est « une fausse nécessité ». Cela dit, et en raison de sa relative petite cohorte, il ne concluait pas pour autant que toutes les femmes devaient abandonner le soutien-gorge. Notamment lorsque celui-ci représentait un confort.

Reste qu'une autre étude menée cette fois par une équipe de la University of Portsmouth, au Royaume-Uni, montrait que le port d'un soutien-gorge mal adapté pouvait endommager des ligaments. Si vous souhaitez porter un soutien-gorge, rien ne devrait vous en empêcher, mais mieux vaut bien le choisir. N'hésitez pas à demander conseil en magasin de lingerie.

Destination santé

Somniloquie Pourquoi certains parlent en dormant ?

Au rayon des parasomnies, ces comportements anormaux survenant pendant la nuit sans que le sujet n'en ait conscience, il en est un pour le moins mystérieux : la somniloquie. En clair, le fait de parler en dormant.

Parler en dormant n'est pas un phénomène rare. Selon la Société française de recherche et médecine du sommeil (SFRMS), « 71% des hommes et 75% des femmes affirment avoir déjà parlé dans leur sommeil ». En revanche, seule 1,5% de la population adulte serait quotidiennement somniloque.

Pourquoi « somniloque-t-on » ?

Parce qu'elle n'est pas considérée véritablement comme une maladie et qu'elle n'occasionne qu'une légère gêne (si ce n'est le fait d'embêter le voisin de lit ou bien si vous

avez des choses à cacher), la somniloquie n'a que très peu été étudiée. « *Bien qu'elle présente un intérêt scientifique certain, elle reste mystérieuse* », continue la SFRMS.

Si elle peut se manifester seule, elle s'associe le plus souvent à d'autres troubles du sommeil, « *comme le somnambulisme ou le trouble du comportement en sommeil paradoxal, maladie qui se caractérise par une extériorisation des rêves* ».

Encore des mots, toujours des mots...

Si vous craignez de révéler

vos secrets, rassurez-vous. Comme l'explique le groupe médical Santé sommeil, « *la majorité des paroles dites en dormant est incompréhensible. En effet, ce sont majoritairement des paroles constituées de cris, de pleurs, de rires, de chuchotements, de bruits inaudibles, etc. Pour ce qui est des paroles audibles, c'est-à-dire quand le somniloque parle distinctement, ce sont la plupart du temps des paroles agressives, voire des insultes* ».

Enfin, comment réagir si vous dormez près d'un somniloque ?

Ne faites rien, ne le réveillez pas. Cela n'altère pas sa santé ou son sommeil contrairement aux ronflements, par exemple. Et, de toute façon, il n'en gardera aucun souvenir le lendemain.

A noter. Les personnes ayant des troubles médicaux tels qu'un état fébrile (fièvre), ou encore des désordres psychiatriques tels que les troubles anxieux, sont les plus susceptibles d'être touchées par la somniloquie.

D.S.



Une partenaire dérangée par la somniloquie de son compagnon / DR

Transpiration excessive Une gêne encore mal cernée

Tout le monde transpire. Le processus est, d'ailleurs, indispensable au bon fonctionnement de notre organisme. Certains suent toutefois plus que d'autres. Pour quelles raisons ?

La transpiration participe au maintien d'une température corporelle constante de 37 °C. La température du corps monte ? Au niveau du système nerveux, le cerveau commande la sécrétion de sueur par les glandes dites sudoripares, situées dans la couche profonde de la peau. La chaleur s'évacue alors par les pores de la peau, contribuant à baisser la température corporelle. Dans neuf cas sur dix, la transpiration excessive est localisée à certaines régions corporelles, notamment au niveau des aisselles, des mains, des pieds, du visage et de l'aine où les glandes sudoripares sont les plus nombreuses. Elle survient aussi de façon symétrique, c'est-à-dire sur les deux côtés du corps. « *La plupart des hyperhidroses (c'est-à-dire des transpirations excessives, ndr) sont sans gravité. Toutefois, elles ont parfois des effets gênants* », précise l'Assurance-maladie, qui fait référence au retentissement social ou professionnel.

L'effet du stress...

D'une manière générale, « *les hyperhidroses localisées aux aisselles, pieds ou mains n'ont aucune cause identifiée avec*

certitude ». L'effet de certains facteurs déclenchants apparaît toutefois avéré. C'est le cas d'un temps chaud ou de la pratique d'une activité physique bien sûr. Mais pour certaines personnes, cet épisode de sudation excessive peut aussi



Une dame transpirant à grosses gouttes / DR

survenir en présence d'émotions fortes ou d'un épisode de stress. Voire de la consommation de nourriture épicée et/ou d'alcool.

L'assurance-maladie évoque deux hypothèses sur leur origine, susceptibles d'expliquer les différences selon les individus : un dérèglement du système nerveux qui déclenche l'activité des glandes sudoripares. Il provoquerait la production de sueur sans nécessité, alors que la température corporelle est normale. Ou la présence de facteurs génétiques qui pourraient concerner 25% des personnes souffrant d'hyperhidration.

D.S.

Initiation au football

Galactic excellence lance une campagne de détection des jeunes

Dans l'optique de préparer une véritable élite du football congolais, le centre de formation Galactic excellence organise, du 1er au 8 avril, une session de détection des jeunes talents.

Destinée aux jeunes dont l'âge varie entre 17 et 20 ans puis les seniors dames, la campagne de détection se déroulera simultanément à Brazzaville et à Djambala où est situé le centre.

Une compétition au terme de laquelle les meilleures joueuses seront automatiquement retenues pour le Centre de formation multidisciplinaire sport étude des Plateaux.

Gratuite, la détection se tiendra du 1^{er} au 4 avril, au stade Alphonse-Massamba-Débat, pour le

compte de Brazzaville, puis du 6 au 8 du même mois au stade omnisports de Djambala, pour le compte du département des Plateaux. Lors de cette détection, des invités venus de plusieurs pays seront de la partie.

« Nous n'avons pas de critères privilégiés. Nous sommes ouverts à tous les enfants du Congo mais nous mettrons vraiment l'accent sur le respect de l'âge. Nous voulons les enfants de moins de 20 ans et moins de 17 ans. Notre but

consiste à former les enfants dès la base pour sortir une équipe forte et performante », a expliqué le président de l'association Galactic excellence, Ngatsé Obambi.

Les postulants sont conviés à se munir de la copie en couleur de leur acte de naissance. Il s'agit de signifier que les clubs féminins du centre participeront, dans les prochains jours, au tournoi de football qui sera organisé par la Fédération congolaise de football.

Rude Ngoma

DETECTION GRATUITE

Organisée par



ASSOCIATION GALACTIC EXCELLENCE
FETE • PIED • BALLON

U17 HOMME, U20 ET SENIOR DAME POUR UN STAGE D'UNE SEMAINE A BRAZZAVILLE & DJAMBALA. LES MEILLEURS SERONT RETENUS POUR LE CENTRE DE FORMATION MULTIDISCIPLINAIRE SPORT ETUDE DES PLATEAUX (C.F.M.S.E.P)

DU 01 AU 04 AVRIL 2022 AU STADE ALPHONSE MASSAMBA DEBAT
DU 06 AU 08 AVRIL 2022 AU STADE OMNISPORT DE DJAMBALA

Sous le haut patronage du président de l'Association Galactic Excellence

CONTACT : 06775 65 31 / 06 598 74 13
NB : PHOTOCOPIE D'ACTE DE NAISSANCE EN COULEUR



A la découverte de ...

Me Bienvenue Obindi Gath, un monstre en arbitrage kata et kumité

Afin d'honorer les vétérans du sport congolais dans son ensemble, « Les Dépêches du Bassin du Congo » rencontrent aujourd'hui Me Bienvenue Obindi Gath, l'arbitre féminin la plus gradée en karaté dans le pays. Admiratrice de l'arbitre sénégalaise Ndoombé Fall, Me Bienvenue officie les compétitions nationales et sous-régionales sans complexe ni complaisance.

Maitrise de soi, rigueur et professionnalisme, telles sont, entre autres, les caractéristiques de Me Bienvenue Obindi Gath. Ceinture noire 3^e dan, elle a évolué dans la



catégorie des seniors dames, précisément chez les 64 kg. Féru du karaté, celle qui se définit aussi comme une femme battante, forte et déterminée, a débuté dans ce sport en 1991, à Brazzaville.

Très dynamique, elle a intégré l'équipe nationale huit ans après, notamment en 1999, lors de la première édition du challenge Denis- Sassou-N'Guesso. Après avoir gravi les échelons, elle sera élue, en 2009, comme membre de la section karaté du club multidisciplinaire Interclub.

Bousculée par le poids de l'âge, Me Bienvenue n'a pas voulu quitter définitivement le tatami. Elle se lance ainsi dans l'arbitrage où elle obtient, en 2021 au Tchad, un diplôme sous-régional comme juge B en kumité et kata.

En observant la génération actuelle, elle souhaite inspirer les Congolaises à avoir un bel parcours dans l'arbitrage. Pour ce faire, elle continue à nourrir son propre

rêve, celui de devenir juge international. Initié au sport par son père, Me Bienvenue dite « Bien bien » avait, contre toute attente, changé de discipline en optant pour le karaté à la place du judo où elle avait commencé les entraînements, comme voulu par son père.

« C'est mon père qui voulait que je fasse le sport, notamment le judo mais, étant mince à l'époque, je m'absentais souvent au profit du karaté car j'avais pris une inscription dans un club de karaté, sans l'avis de mes parents », explique cette Congolaise.

Selon elle, il est nécessaire de créer des écoles et centres publics d'encadrement afin de développer les arts martiaux au Congo et susciter les vocations. Aussi, Me Bienvenue pense que l'État devrait tout mettre en jeu pour faciliter la vulgarisation des activités sportives. « Cela nous permettra d'avoir une pépinière rassurante dans les années à venir », lance-t-elle.

Quant à l'apport des femmes dans l'émergence du sport, elle estime que ces dernières doivent se lancer de plus en plus dans la pratique ou la gestion des disciplines sportives. « Le courage et la détermination doivent animer les femmes sportives car elles ont un rôle crucial en milieu sportif », conseille-t-elle.

Actuelle cinquième membre du bureau exécutif de la Fédération congolaise de karaté et arts martiaux affinitaires, cette mère d'enfants plaide pour un suivi et une prise en charge efficace des athlètes avant, pendant et après les compétitions. « Les sportifs congolais sont de véritables robots. Leurs conditions de préparation et de vie sont médiocres mais ils font toujours de bons résultats », conclut-elle, toute souriante.

Rude Ngoma

Professionnalisation du football africain

Un centre des données numériques désormais disponible

Les organisations continentales (Rainbow Sports Global et Football Benchmark) qui militent pour l'épanouissement du sport ont annoncé, le 14 mars, le lancement d'un centre de données gratuites intitulé l'African football data centre (AFDC).



AS Otohô, l'une des meilleures équipes du Congo/DR

Selon un communiqué de Rainbow, la plateforme numérique à accès libre est créée dans le but de contribuer au développement du football continental. Avec son caractère interactif, elle constitue un large éventail de données concernant le football africain.

La plateforme propose, en effet, des informations sur les performances financières des clubs et ligues africains, y compris les revenus commerciaux et de diffusion, ainsi que des données relatives aux principaux stades du continent. Elle recense également la valeur de sept cents joueurs africains sous contrat dans les grands championnats européens, ainsi que les performances de centaines d'entités du monde du football (clubs, compétitions, joueurs en activité et anciens joueurs) sur les réseaux sociaux les plus populaires. « L'African football data centre constitue une étape importante en vue de soutenir la professionnalisation du monde du football sur le continent. Il s'agit en fait de la recherche et de l'analyse la plus complète à ce jour du statut du football professionnel en Afrique », a déclaré Kingsley Pungong, président directeur général de Rainbow Sports Global et initiateur de l'AFDC.

Le fondateur de Football Benchmark, Andrea Sartori, estime que les données et les informations fournies par l'AFDC permettront aux dirigeants de clubs et d'organisations de prendre des décisions éclairées, d'établir des stratégies durables et de mettre en place des opérations pérennes.

Notons que Rainbow Sports Global est une entreprise sportive active dans le monde entier. Elle est parvenue à se positionner comme la principale organisation sportive panafricaine, proposant des solutions globales de gestion, de marketing, de données et de communication pour le football africain. La société développe une marque de football mondiale intégrée, associant la propriété de clubs sur plusieurs continents au développement des joueurs, le tout en liaison avec la technologie, la création de contenu et la distribution. Pour sa part, Football Benchmark mise sur une proposition des analyses interactives et une vision approfondie de l'industrie du football pour faciliter la prise de décision. La plateforme de données et d'analyses conçues à cet effet couvre plusieurs piliers essentiels d'information.

R.Ng.

Plaisirs de la table

La langouste

Cette semaine, on parlera de la manière de préparer, de manger mais également de présenter la langouste à table. Fraîche ou surgelée, cette variété de crustacé est proche par la ressemblance du homard ou encore de la langoustine. Découvrons-la ensemble.

Dans la grande famille des crustacés, tout se mélange ou presque, néanmoins quelques détails peuvent nous aider tout d'abord à les différencier d'entre eux puis à mieux les cuisiner. Pour le cas du homard, par exemple, il se distingue de notre ingrédient de cette semaine de par ses deux principales pinces dont l'une est plus petite que l'autre. Quant à la langoustine, elle est différente de la langouste à son tour à cause de ses petites pattes surmontées de picots.

Pour le cas de la langouste, retenons-le, elle ne possède pas de pinces mais bel et bien d'antennes et de toutes petites pattes. Mais ce n'est pas tout, elle se différencie aussi des deux autres crustacés précités par des épines qu'elle possède sur les côtés. Son corps se divise en deux parties, celle comestible qui est la queue uniquement et l'autre qui comprend le thorax ou encore le coffre.

Repérables sur les fonds rocheux dans toutes les mers tropicales et tempérées, les plus

commercialisées au monde sont les langoustes de couleur rouge ou la variété dénommée « royale » qui sont toutes les deux néanmoins les plus chères. On retrouve aussi des langoustes blanches qui viennent spécialement des Caraïbes.

De Cuba à la célèbre mer méditerranée, de célèbres recettes indiquent bien sûr la richesse des différentes régions d'où elles proviennent. Par exemple, en Amérique du Nord, la langouste aux poivrons verts se déguste spécialement avec beaucoup d'ail autour. Dans le pourtour du Bassin méditerranéen par contre, la langouste en aigre douce et au miel ou farcies sont de véritables merveilles et que dire du « Mille-feuille de langouste écume de crustacé » présenté dans les villages proches de la Côte Sauvage à Pointe-Noire ? Les langoustes fraîches se préparent simplement. Selon leur calibre, la durée de cuisson peut varier. Pour 250g, par exemple, de crustacés, il est possible de les incorporer dans un court bouillon, un mélange d'eau salée et un bou-



quet garni pour la petite définition que l'on porte à ébullition dans une grosse marmite où l'on plonge ensuite les langoustes. A partir de la reprise de l'ébullition, on procède au décompte des minutes. Une fois cuites (lorsque la chair se décolle légèrement de la carapace), on prélève les langoustes puis on les fend en deux sur le côté. Puis de là on accompagne les queues

de langouste de sauce au beurre ou tout simplement de mayonnaise, selon les préférences.

Mais ce n'est pas l'unique méthode de cuisson, il est également possible de laisser les langoustes mariner puis de les cuire au four ou au barbecue.

Quant à la présentation dans l'assiette, rien de plus simple mais tout autant intéressante et laborieuse, en essayant de jouer

sur les couleurs, le vert pour des légumes ou des épices fraîches, du rouge et du jaune avec de la tomate ou des citrons, le tout accompagné d'ail ou d'un oignon ciselé sans omettre d'ajouter la touche finale, une sauce de saison.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Queues de langoustes grillées au four

Temps de préparation : 20 mn

INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

- Quatre queues de langoustes congelées (fraîches)
- 40 g de beurre
- Deux citrons verts
- Deux gousses d'ail
- Deux piments verts (à piler)
- Un morceau de gingembre (à piler)
- Ciboule (à piler)

PRÉPARATION

Commencer par laver puis laisser les langoustes se décongeler au réfrigérateur, selon les indications du paquet.

Ensuite piler l'ail, le gingembre séparément et la ciboule.

Mélanger le beurre ramolli avec l'ail et le gingembre et ajouter la ciboule ainsi que le zeste d'un demi citron vert râpé.

Laisser durcir au moins 30 mn au réfrigérateur.

Fendre les queues de langoustes en deux, les déposer sur la lèche frite du four. Garnir généreusement les langoustes avec des morceaux de beurre parfumé aux épices et du piment entier si souhaité.

Préchauffer le four à 180° en mode chaleur tournante et grill combiné ou utiliser une grosse marmite cocotte.

Cuire pendant au moins 15 mn ou plus si nécessaire. Quand les langoustes sont cuites, ajouter un filet de jus de citron vert et servir avec le beurre de cuisson et l'accompagnement de votre choix.

Bonne dégustation !

S.A.



SOLUTION :
Le mot-mystère est : *ambassadeur*

FLÉCHÉS 12x15 SOLUTION - N°2112 - © FORTISSIMOTS 2021

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

MOTS CASÉS 10X13 - N°324

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°566 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°576 •

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

MOTS CASÉS 10X13 - N°325

- 2 LETTRES**
CE - DO - DU - MI - NE - NO - OC - OS - TU - US
- 3 LETTRES**
ANE - BEE - CRU - OIE - OSE - REA - RIA - RUE - SEC - SOU - UNI - USE - VER - VIN - VIS
- 4 LETTRES**
DAIM - DENI - IBIS - ITOU - LEST - MEUH - MORS - NAGE - SITE - UNAU
- 5 LETTRES**
ANDIN - AVINE - DEVIS - ENFER - ENFIN - ENNUI - ENVIE - ETUDE - IVRES - NICHE - NOEUD - OPERE - ORNER - SCOUT - SIGLE - SOSIE
- 6 LETTRES**
MARAUD - NIAIDE

LIVRAISON FACILE DE PARLER	GALLINACES RESISTER	QUANTITE DE VIN IMBECILE	FAIRE LE PORCEAU ARTICLE	SUJET A LA POURRIURE GARDA EN MAIN	PERIODE SIEGE A NEW YORK
REMBSE A NEUF DANS LA PENDERIE					TRANSPRE
BRON RAVI EN LITTÉRA TURE GILET		ANIMAL BEN GRILLE	COULE EN INDE ROBE DE CHEVAL		ADAJRE
COURTSANE	COUCHEE SUR LE PAPER INDESIRABLE			VIELLE VOLONTE A SA CLE	PRENDROIT FROID
INCARCERER EFFONDRE		ENLEVER CRI DE LA SCIENCE	EAU QUI DORT ABRIS A SUCRE		
BELLE-FILLE BOULE-VERSER		RICHARD GAZ RARE	PODS EN CHINE C'EST LA BARBE		AU LARGE DE LA GRECE
DECREPTE PRONOM PERSONNEL		CONSULTE PALLADIUM DU CHIMISTE		MOI-MEME SUR LE TAPIS	
	CA VAUT PAS GRAND CHOSE				ADVERBE
DEVERSES				OUBLIE	

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

AGENDA-AUDIENCE-AUSTERE-BISTROT
CADRAN-CHACAL-CONCUBIN-ENJEU-EPICIER
ERUPTION-ETRANGE-FACADE-FOIRE-FRESQUE

GALANT-GAMIN-GIBET-GOSIER-GOUJAT
GROTTE-JURER-LASCAR-LENDEMAIN-
MISTRAL-NIOLE-OGIVE-ORQUE-OZONE

PALMARES-PLUMER-POISON-POULET
PREAVIS-PRIVILEGE-REFERENDUM-RENEGAT
RUBAN-SPECIMEN-TAQUIN-VAUTOUR
VELOCE-VERDICT

• SUDOKU • GRILLE N°577 • DIFFICILE • • SUDOKU • GRILLE N°567 • FACILE •

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

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

L'art et la manière

Mademoiselle ou madame ?

Créature de toute sensibilité, la femme aime à être honorée, respectée et flattée de la plus inspirée des manières. Passée la maturité civile, célibataire ou mariée, la majorité des femmes aime à être appelée par le titre de « madame ». Loin des débats de société, ce titre est aisément donné par le fait de l'observation et du ressenti de ces messieurs...

La langue française, langue de toutes les subtilités, s'est parfois trouvée en tort envers la gent féminine qui n'a jamais manqué de le lui rappeler. En effet, pour créer la distinction entre jeune-fille et femme, entre célibataire et mariée, le terme de « mademoiselle » s'est chargé au long des années de marquer la nuance. Jugeant le terme beaucoup trop sexiste et cliquant, des femmes ont fait entendre leurs voix pour abattre cette barrière sociale, d'autant plus que la langue française ne faisait pas la distinction entre

un jeune homme et un homme plus âgé ou entre un homme célibataire et un homme marié.

Retirée des documents administratifs du pays d'origine de la langue depuis 2012, dans les pays de la Francophonie comme le Congo-Brazzaville, l'appellation a encore la peau rude dans la rue où les femmes sont ainsi jugées sur la seule base de leur apparence vestimentaire.

Bien que l'habit ne fasse pas le moine, la rue appellera « demoiselle » une femme qui ne l'est peut-être ni en âge ni en état matrimonial. L'apparence

physique se voit ainsi jouer le rôle de « distributeur de rôles » dans le grand théâtre social.

En terme d'apparence vestimentaire, qu'est-ce qui distingue une jeune fille d'une femme ? Sans doute le choix des couleurs, des matières et des formes ; l'art de les associer et surtout l'aisance à habiter son vêtement. Il faut cependant rappeler qu'en matière d'élégance, le vêtement ne fait pas tout ; la grâce est encore l'enveloppe qui attire et intrigue le mieux.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier
(21 mars - 20 avril)

Cette semaine, le Soleil entre dans votre signe, vous serez particulièrement disposé à relever des défis haut la main. Vous verrez les choses que vous avez mises en route triompher et se déplacer vers d'autres réussites. Le début de saison vous va bien.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vous devrez affirmer vos points de vue et être plus convaincant que d'habitude. Cette semaine, vous serez confronté à des enjeux d'ordres très différents. Ne vous laissez pas influencer et défendez vos opinions coûte que coûte.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous êtes dans les meilleures dispositions pour atteindre les objectifs que vous vous êtes fixés, surtout si ceux-ci concernent un effort physique. Vous vous sentez ressourcé, prêt à déplacer des montagnes.



Taureau
(21 avril-21 mai)

Il vous faudra un temps d'adaptation pour vous sentir à l'aise avec vos nouveaux projets ou nouvel environnement. Les choses pourraient ne pas se passer aussi vite que vous l'espérez. Prenez votre mal en patience, le temps fera son effet.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous serez sujet à de grandes fatigues ou lassitudes. Les choses ne vont pas dans le sens que vous espérez, soyez résistant face à l'adversité. Votre famille est un grand refuge, beaucoup de moments complices de perspectives.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vos proches ne sont jamais loin pour vous prodiguer les conseils les plus avisés. Questionnez l'expérience des uns et des autres avant de vous jeter à l'eau, vous pourrez vous inspirer de nouveaux modèles et ouvrir vos perspectives.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous serez très bien entouré et cela sera précieux pour tous les projets que vous avez en ce moment. Que cela touche le domaine familial ou professionnel, vous pourrez compter sur des avis affûtés et des coéquipiers précieux.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous serez tenté de questionner vos actions et implications, de remettre certaines choses en question et avec raison. Attention à ne pas vous engager n'importe où ni n'importe comment.



Poisson
(19 février-20 mars)

Les derniers rayons dans votre signe encouragent toutes vos initiatives et vous apportent la lumière dont vous avez besoin. Vous vous sentirez prêt à vous investir dans de nouvelles aventures.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

On pourrait vous reprocher votre indiscrétion. Vous serez tenté de vous confier au premier venu, attention à ne pas vous jeter dans la gueule du loup inutilement. Vous serez sollicité de part et d'autre, vous en profiterez pour mettre à jour votre carnet d'adresses.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Une embellie financière vous facilitera considérablement la tâche, vos efforts ont donc fini par payer. Vous abordez votre futur proche sereinement, cet état d'esprit sera propice à la créativité.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Il y a de la jalousie dans l'air, surtout pour les jeunes couples. Ne vous faites pas avoir à ce jeu qui pourrait vous épuiser. Privilégiez le dialogue, il faudra s'ajuster l'un à l'autre sans chercher à assoir toutes vos convictions.



PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE
20 mars

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