



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° 163 - VENDREDI 25 AU JEUDI 31 MARS 2022

CULTURE

Le festival Bimoko ce soir au Centre culturel Zola



La cinquième édition du Bimoko, initiative de l'association Minawa'Arts, va se dérouler ce 25 mars au Centre culturel Zola, à Brazzaville. Fidèle à

son âme, le rendez-vous promet la restitution de l'histoire culturelle des peuples bantous, valorise l'art oral et scénique du Congo et des autres

peuples. Plusieurs activités sont prévues des contes, poésie, du slam, danse, etc.

PAGE 4

INTERVIEW

Antoinette Kiebi : « La parité pose problème au Congo »

La représentativité des femmes aux postes de prise de décision au Congo ne progresse guère. Plus de six ans après la promulgation de la Constitution, il n'y a toujours pas de loi pour appliquer ce principe constitutionnel. Le journal du Bassin du Congo a rencontré Antoinette Kiebi, secrétaire exécutive du Conseil consultatif de la femme pour en parler. Entretien.

PAGE 3



RENCONTRE

Me Léopold Malonga, l'un des premiers Diables rouges karaté



Du haut de son 1m 90, Me Léopold Malonga, ceinture noire 7^e dan, a encore l'air d'un compétiteur malgré le poids de l'âge. Ayant débuté les arts martiaux autour des années 1974, il a terrassé des adversaires lors de nombreuses compétitions, avec une renommée qui ne tarit pas. Le sport a forgé son éducation et son caractère.

PAGE 13

RÉSEAUX SOCIAUX

Un programme de TikTok aux musiciens indépendants

Aider les musiciens n'ayant pas encore de label derrière eux à gagner en visibilité et à se dégager plus rapidement des revenus, tel est le but du nouveau programme « SoundOn » annoncé par TikTok. La filiale du chinois ByteDance s'est associée dans ce projet à Resso, une plateforme de musique en streaming consacrée justement aux nouveaux talents.

PAGE 8



CINÉMA

Up courts métrages : lancement de la saison 2022 PAGE 8

Éditorial

Tradition

Avec la spoliation de nos traditions par ce que nous appelons la culture de masse, notre héritage culturel pourrait devenir un souvenir difficile à préserver. Devant le flux d'objets culturels imposés par la mondialisation, l'histoire authentique qui fonde réellement notre existence est reléguée au bout des programmes d'éducation de tous bords. Reproduire et conserver ce que nous avons reçu de nos ancêtres, n'est-ce pas une autre manière de sauvegarder notre identité, et de trouver par l'action culturelle des chemins propices de formation et d'initiation ?

Nous sommes évidemment inspirés, au travers de ce numéro, par un événement qui brise les codes du conformisme, en tentant de revaloriser des cultures ancestrales oubliées. Le festival qui, tant bien que mal, lance sa sixième édition à Brazzaville, après avoir parcouru quelques départements du pays, n'a pas subi des distorsions des sponsors et mécènes en conservant son esprit.

Il veut tout simplement promouvoir la riche diversité culturelle dont regorge le Congo et en faire un facteur de socialisation et d'émancipation. Nous soutenons ce programme parce que nous sommes persuadés que le vivre ensemble qu'il prône se fonderait aussi bien sur les valeurs sociales que sur des traditions, sur des acquis intellectuels et des savoir-faire propres à notre patrimoine commun.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 900 »

C'est le nombre de milliers d'entreprises recensées au Congo d'après les chiffres du premier recensement général des entreprises du Congo. Le secteur informel représente 93,4% des unités économiques basées essentiellement à Brazzaville et Pointe-Noire.

PROVERBE AFRICAIN

« Le mensonge donne des fleurs mais pas de fruits ».

LE MOT

« ABHORRER »

❑ *Dérivé du latin abhorrer qui signifie s'écarter avec horreur, le mot abhorrer est apparu au XVI^e siècle. Il est le fait de détester au plus haut point quelque chose, quelqu'un. C'est en quelque sorte avoir du dégoût, de la répugnance, de la répulsion, éprouver de l'horreur pour repousser avec horreur.*

IDENTITÉ

« LILIANE »

Prénom d'origine arabe et latine, il signifie « lys ». Liliane est un individu de nature ambitieuse. Elle se montre déterminée mais quelquefois, elle a tendance à sembler assez imprudente. En demande d'attention, les personnes qui portent ce prénom n'ont pas peur de se lancer des défis jusqu'à atteindre tous les objectifs fixés.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Le vainqueur écrit l'histoire, ils sont venus, ils ont vaincu et ils ont écrit. On ne peut pas attendre de ceux qui nous ont envahi qu'ils écrivent la vérité sur nous ».

- Miriam Makeba -



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

Secrétaire général des rédactions :

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

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

Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

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

Distribution et vente : Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port -
Immeuble Forescom commune de Kinshasa
Gombé/Kinshasa - RDC - /Tél. (+243) 015 166 200

MAQUETTE

Eudes Banzouzi (Chef de service)

PAO

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

INTERNATIONAL

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

ADMINISTRATION ET FINANCES

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

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

Administration des ventes: Marina Zodialho,
Sylvie Addhas

Commercial Brazzaville :

Erhiade Gankama
Commercial Pointe-Noire : Mélaïne Eta Anto
Chef de service diffusion de Brazzaville :
Guylin Ngossima
Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,
Irin Maouakani, Christian Nzoulani
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubélé
Ngono /Tél. : (+242) 06 895 06 64

TRAVAUX ET PROJETS

Directeur : Gérard Ebami Sala

INTENDANCE

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

DIRECTION TECHNIQUE (INFORMATIQUE ET IMPRIMERIE)

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

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

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 Nzoni 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

Interview

Antoinette Kiebi « Il faut une volonté politique pour mettre en œuvre la parité au Congo »



La représentativité des femmes aux postes de prise de décision au Congo pose encore problème. L'affirmation du leadership féminin passe par un engagement tous azimuts. Le vote de la loi Moubara par les deux chambres du Parlement contre les violentes faites aux femmes marque une avancée significative dans la protection des femmes. Nous avons rencontré Antoinette Kiebi, secrétaire exécutive du Conseil consultatif de la femme pour en parler. Entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (LDBC) : La femme congolaise continue de revendiquer son accession aux postes administratifs, électifs, etc ; s'appuyant sur la parité. Qu'est-ce qu'il en est au juste ?

Antoinette Kiebi (A.K) : Plus de six ans après la promulgation de la Constitution, il n'y a toujours de loi pour appliquer ce principe constitutionnel. La parité pose problème au Congo pour deux raisons principales. La première, c'est que les Congolais ne sont pas encore prêts à accepter la femme pour travailler de façon équitable au développement de ce pays. La seconde raison, qui est d'ailleurs la plus importante, c'est l'absence de loi.

LDBC: Malgré la constitutionnalisation de ce principe de parité, pourquoi cette sous représentativité des femmes ?

A.K : Sur le plan politique, il y a peu de femmes qui s'y engagent. Mais sur le plan administratif, on peut avoir plus de femmes représentées à diverses fonctions de prise de décision. La loi électorale 2016 indique à son article 167 la représentativité des femmes à 30% pour les élections législatives et locales.

LDBC: Le manque d'engagement constitue aussi un blocage.

A.K : Le manque d'engagement est l'un des facteurs de blocage. Il y a aussi le manque d'accompagnement aussi bien politique que familial, et même au niveau des pouvoirs publics. Une femme a besoin d'être formée et boostée.

LDBC: Y a-t-il des pesanteurs culturelles qui empêchent la femme de s'affirmer ?

A.K : Je crois que ces pesanteurs sont quand même dépassés. Nous avons l'exemple de nos mamans qui se sont opposées à la pénétration des colons dans notre pays. Nous avons aussi l'exemple de la reine Ngalefourou qui joue un rôle majeur dans l'intronisation des rois et dans la préservation des valeurs de la culture téké.

LDBC: Qu'est ce qui manque

finalement à la Congolaise pour qu'elle joue pleinement son rôle dans le développement de notre pays ?

A.K : Je crois qu'il ne lui manque pas quelque chose de particulier. Je suis convaincue que si on veut que la femme travaille sur un même pied d'égalité que l'homme, on doit commencer à appliquer la discrimination positive. A l'Organisation des Nations unies, on parle de 33% et au niveau de l'Union africaine, on parle de 30%.

LDBC: Le vote de la loi Moubara contre les violences faites aux femmes est-il une avancée ?

A.K : Effectivement, la loi pour contrer les violences faites aux femmes est d'une avancée indéniable. Car la loi, c'est déjà cet outil qui va permettre aux femmes de mieux se défendre lorsqu'elles sont victimes de violences fondées sur le genre.

LDBC: Quelles sont les actions menées par le Conseil consultatif de la femme sur les questions de parité ?

A.K : Concrètement, nous n'avons pas encore la loi. Mais en tant qu'organe consultatif, nous avons mission de faire des suggestions.

Propos recueillis par Sarah Monguia

Portrait



Fatou Diome, l'héroïne

Elle a le verbe franc, le ton juste et le succès à ses trousses. L'auteure franco-sénégalaise a encore frappé dans le mille avec son récent livre « Marianne face aux faussaires », un roman utile pour combattre les inégalités d'autant plus pernicieuses qu'elles s'inscrivent dans le cours normal des choses.

Que ce soit dans ses romans ou dans ses prises de paroles publiques, Fatou s'exprime sans filtre. L'écrivaine dit ce qu'elle pense et écrit comme elle parle. Sa poigne, sa perspicacité, son courage et sa sensibilité face aux problèmes qui minent l'humanité ont fait d'elle une des personnalités les plus inspirantes de la jeunesse africaine.

La vie de Fatou Diome commence en 1968 à Niodior, au sud-ouest du Sénégal. Elle est élevée par sa grand-mère qu'elle considère comme sa première héroïne. Passionnée par la littérature francophone dès son plus jeune âge, Fatou quitte son village à 13 ans pour poursuivre ses études dans d'autres villes du Sénégal. Elle va, de ce fait, au lycée de M'bour (Sénégal) et travaille comme femme

de ménage en Gambie afin de financer ses études avant d'entamer des études universitaires à Dakar.

A cette époque, Fatou rêve de devenir professeur de français et de rester dans son pays natal. Mais l'amour lui fait changer d'avis. En effet, à 22 ans, elle tombe amoureuse d'un Français, se marie et décide de le suivre en France. Mais tout ne se passe pas comme prévu.

La jeune mariée est rejetée par sa belle-famille et ne semble pas être la bienvenue dans son nouveau pays d'accueil. Elle divorce deux ans plus tard et se retrouve en grande difficulté. Abandonnée, sa condition d'immigrée n'arrange pas les choses. Pour pouvoir subsister et financer ses études, elle fait des ménages pendant six ans.

En 1994, elle s'installe en Alsace, en France, et poursuit ses études à l'université de Strasbourg où elle termine son doctorat en lettres modernes sur le voyage, les échanges et la formation dans l'œuvre littéraire et cinématographique de Sembène Ousmane.

Elle se consacre également à l'écriture et publie son premier recueil de nouvelles, « La préférence nationale », aux éditions Présence africaine en 2000. S'ensuit son premier roman « Le ventre de l'Atlantique », paru en 2003 aux éditions Anne Carrière, qui lui vaut une notoriété internationale. Depuis lors, elle a publié une dizaine d'ouvrages qui posent les jalons d'un dialogue entre les cultures européennes et africaines.

Durly Emilia Gankama

Festival Bimoko

La tradition en éveil

Prévue le 25 mars à partir de 18h, la cinquième édition du Bimoko, initiative de l'association Minawa'Arts, va se dérouler au Centre culturel Zola, à Brazzaville.

L'édition de cette année sera différente des autres, a affirmé Lyna de Pepito, la principale promotrice de l'événement. Sa particularité sera, a-t-elle déclaré, la chronologie des entrées sur scène sans arrêt, sans présentateur, la non intervention du public et surtout la présence d'une nouvelle étoile des arts de scène, Orianna, et son poème inédit à vous couper le souffle. A découvrir le jour J.

Parmi les artistes qui passeront sur le podium, il y a la conteuse Lyna de Pepito fraîchement rentrée d'une tournée en Afrique de l'ouest, la slameuse Guer2vie, avec la compagnie de danse et percussion Racine d'Afrique qui ont concocté pour le public une belle sauce africaine faite de la

danse des morts, de la nuit et de la danse du feu, et bien d'autres surprises agréables puisées dans le patrimoine culturel immatériel du Congo et d'ailleurs. Le célèbre comédien congolais, Sidney Bantantou, a programmé avec sa coéquipière Erma une adaptation théâtrale du roman «La Calebasse renversée» en présence de l'auteur, Victor Bery.

L'association Minawa'Arts a entrepris depuis plus de cinq ans de réaliser des actions culturelles permettant non seulement de restituer l'histoire de la création des peuples bantous, mais aussi de promouvoir et de valoriser l'art oral et scénique du Congo et des autres peuples.

Au terme d'une minutieuse démarche de préparation qui a don-

né lieu à une importante assise de nombreuses personnalités intellectuelles et du secteur de la culture, et bien d'autres organisations soucieuses de la préservation du patrimoine culturel de l'humanité en général et celui du Congo en particulier, l'artiste internationale Lyna de Pepito et compagnie ont manifesté leur soutien à la réalisation d'un festival socio-culturel intitulé Bimoko.

Occasion inédite de promotion et de pérennisation des us et coutumes des peuples, à l'instar des autres festivals, Bimoko s'offre comme une fleur au bouquet de notre diversité culturelle. C'est une contribution essentielle de ce que les Bantous et tous les autres peuples ont su préserver de leur histoire.

Aubin Banzouzi



Lyna de pepito, promotrice du festival

Miss africaine culture top model

La deuxième édition se profile à l'horizon

Le concours de beauté dénommé « Miss africaine culture top model » sera organisé sous peu à Brazzaville, en vue de permettre aux jeunes africaines, en général, et congolaises, en particulier, de faire découvrir au monde la richesse de leur patrimoine culturel.



Pendant la messe de la beauté, les entrepreneurs congolais auront la possibilité d'interagir avec leurs collègues en provenance de l'étranger. Ils auront l'opportunité non seulement d'enrichir leurs carnets d'adresses mais aussi de trouver de nouveaux investisseurs et partenaires.

Au sujet des critères de présélection, les différentes candidates devraient être âgées de 20 à 28 ans, mesurer au moins 1,65m et avoir une bonne culture générale.

Lancée en 2021, la première édition de « Miss africaine culture top model » a eu pour gagnante, à la finale de Brazzaville, Grace Zebendou. A l'issue de son sacre, elle avait bénéficié d'un voyage touristique de plus d'une dizaine de jours à Cap Town, en Afrique du Sud, et d'une bourse d'études.

Ch.L.

Eaux souterraines

L'Unesco encourage la protection des sources

Dans le cadre de la célébration de la 30^e Journée internationale de l'eau, le 22 mars, l'Unesco a recommandé à l'ensemble des particuliers, des entreprises et surtout des Etats la participation à la protection des eaux souterraines afin de préserver la vie humaine.

Placée sur le thème « Les eaux souterraines, rendre visible l'invisible », la 30^e Journée internatio-

protection de l'eau et de l'environnement, les informations actualisées sur la pollution. Cette trans-

plupart des zones arides dans le monde y dépend intégralement. En plus, elles fournissent la plus



nale de l'eau a visé la sensibilisation à la situation des 2,2 milliards de personnes qui vivent sans accès à de l'eau salubre. Il s'agit de mettre en place des mesures qui tendent à lutter contre la crise mondiale de l'eau. A ce sujet, dans son rapport de l'année en cours sur la situation de l'eau à travers le monde, l'Unesco a encouragé l'adoption des sanctions contre les entités responsables du non-respect des mesures antipollution.

Selon la même source, les entreprises évoluant dans le secteur de l'exploitation pétrolière et gazière devraient mettre à la disposition des institutions nationales et internationales, oeuvrant dans la

protection de l'eau et de l'environnement, les informations actualisées sur la pollution. Cette trans-

grande quantité d'eau utilisée (consommation et assainissement) et qui alimente les processus industriels et de production alimentaire. Ces eaux sont aussi cruciales au fonctionnement sain des écosystèmes tels que les zones humides et les rivières. C'est la raison pour laquelle l'Unesco recommande leur protection contre la pollution et la surexploitation. En fait, l'exploration, la protection et l'utilisation durable des eaux souterraines seront essentielles pour survivre, s'adapter aux changements climatiques et répondre aux besoins d'une population croissante.

Les eaux souterraines jouent un rôle non négligeable dans le maintien en vie des espèces végétales et animales. En fait, la survie de la

grande quantité d'eau utilisée (consommation et assainissement) et qui alimente les processus industriels et de production alimentaire. Ces eaux sont aussi cruciales au fonctionnement sain des écosystèmes tels que les zones humides et les rivières. C'est la raison pour laquelle l'Unesco recommande leur protection contre la pollution et la surexploitation. En fait, l'exploration, la protection et l'utilisation durable des eaux souterraines seront essentielles pour survivre, s'adapter aux changements climatiques et répondre aux besoins d'une population croissante.

Christ Louzany

AMA Academy

Une plateforme dédiée à la formation des journalistes africains

Initié par African Media Agency, AMA Academy est un programme consacré au développement des compétences des journalistes africains dont l'objectif est de les former pour une meilleure utilisation et exploitation des nouvelles technologies.



African Media Agency

LANCE AMA ACADEMY

la première académie dédiée au développement de compétences des journalistes africains



« Le journalisme évolue à l'ère du numérique. Des études montrent que les citoyens veulent des reportages fiables sur l'information mondiale. Les journalistes doivent, à cet effet, améliorer leur façon de faire et apprendre à devenir de bons reporters qui s'engagent à vérifier les informations, à respecter l'éthique et à présenter des faits d'une manière objective », déclare l'Agence africaine des médias (AMA).

Ledit programme panafricain s'emploie à doter les journalistes, les rédacteurs, les pro-

priétaires de médias et les créateurs de contenu des compétences nécessaires grâce à des séminaires et ateliers pratiques. AMA Academy met l'accent sur différents types de sujets parmi lesquels la monétisation du contenu, le journalisme de données, la communication pour le développement et bien d'autres.

En effet, il s'agit des sessions de formation sur les carrières possibles en dehors de l'Afrique. La plateforme propose, entre autres, des offres d'emploi de manière à permettre aux jour-

nalistes d'être informés des évolutions récentes dans le secteur de leur profession.

Les formations seront dispensées en arabe, en anglais, en français et en portugais, et comprendront une certification à leur terme. Pour ce qui est des modules retenus, ils comprennent l'innovation et l'intelligence artificielle, la monétisation des contenus médiatiques, le journalisme d'investigation et le reportage sur les questions critiques, les solutions de médias sociaux pour les journalistes, et tout module traitant de l'avenir du journalisme.

Dans sa démarche, AMA s'associe à des experts reconnus du secteur et à des organisations établies dans le domaine de l'innovation et de la formation médiatique pour concevoir de nouveaux modules et adapter les modules existants aux besoins locaux sur tout le continent.

« L'un de nos principaux objectifs a toujours été d'aider au transfert de compétences à travers le continent et de développer l'industrie des médias afin de promouvoir un récit local, tant sur le continent que dans le monde. AMA Academy est une évolution naturelle du travail que nous accomplissons avec passion depuis la création de notre agence », a indiqué Eloïne Barry, fondatrice et directrice générale d'AMA.

Gloria Lossele

WIA Young Leaders 2022

Les femmes leaders africaines invitées à s'inscrire

Dans le cadre de la deuxième édition de son programme WIA Young Leaders, Women in Africa (WIA) a officiellement lancé l'appel à candidatures destiné aux jeunes femmes leaders africaines qui jouent un



rôle majeur dans la révolution du continent. Les candidatures sont ouvertes jusqu'au 15 avril.

Élaboré en partenariat avec Christian Dior Couture, la banque d'affaires Lazard frères et le leader mondial du numérique Huawei, le programme WIA Young Leaders est une initiative qui s'inscrit dans la volonté de WIA de promouvoir l'égalité des chances et de permettre chaque année à des jeunes leaders d'être soutenues pour un futur meilleur.

Cette année, le jury sera composé de personnalités de renommée internationale et sélectionnera huit jeunes femmes remarquables dans leur domaine d'activité ou de compétence. Les lauréates bénéficieront d'un parcours de formation sur mesure dont les thèmes seront liés au leadership féminin et aux compétences futures.

Dans la même lancée, elles auront un « séjour business » dans une capitale économique mondiale qui leur favorisera la mise en relation avec des personnalités, entrepreneurs, mentors... Elles seront formées au conseil d'administration, média training, coaching de carrière et autres formations personnalisées.

Pour être sélectionnées, les candidates doivent être âgées entre 25 et 40 ans ; ressortissantes d'un pays africain ou ayant des parents nés dans un pays africain ; impliquées pour le développement du continent et engagement social ; avoir des compétences de leadership ; être francophones, anglophones ou bilingues. En effet, WIA Young Leaders 2022 portera une attention particulière aux candidates aux parcours « self-made »

« Women in Africa est une entreprise à impact dont la mission est de soutenir les femmes entrepreneures et leaders africaines dans leurs parcours, afin d'impacter l'économie du continent. Toutes les jeunes femmes qui contribuent à la construction d'une Afrique dynamique, innovante et inclusive sont invitées à postuler au programme », lancent les organisateurs

Plateforme internationale consacrée au développement économique et au soutien des femmes africaines entrepreneures, WIA met en œuvre depuis plusieurs années des programmes de formation et de mentorat et communique largement sur plusieurs thématiques sur la femme, le business et l'Afrique.

G.L.

Vie associative

Une assemblée générale de l'Unhaco en vue

Après cinq ans d'inactivité, l'Union nationale des associations des personnes handicapées du Congo (Unhaco) va tenir sa première assemblée générale courant avril prochain. Son président, Jean de Dieu Goma, a donné l'information, le 18 mars, à Brazzaville afin de lui donner une nouvelle orientation.

Jean de Dieu Goma a fait savoir qu'en raison des travaux de réaménagement, l'association avait perdu son siège social. Néanmoins, elle fonctionne toujours, bien que n'ayant plus le même impact d'il y a quelques années.

En prélude à l'assemblée générale en vue, certains membres de l'Unhaco ont fait des descentes dans tous les départements du pays pour rencontrer les personnes vivant avec handicap. Ces différentes délégations avaient pour mission de présenter aux membres de cette association les propositions de nouveaux statuts et du règlement intérieur pour amendements.

Autrefois, l'association ne se



Le président de l'Unhaco et l'ex-ministre des Affaires sociales, Antoinette Dinga Dzondo

focalisait que sur l'assistance financière, mais aujourd'hui, elle s'oriente vers l'innovation, le financement des projets et l'autonomisation financière de la personne vivant avec handicap. Cette nouvelle vision des choses se justifie dans le fait que la majorité des personnes vivant avec handicap est moins instruite ou pas du tout. L'accent serait donc mis sur la création des activités génératrices de revenus pour aider les personnes en situation de handicap d'être autonomes. Créée le 25 octobre 1987, l'Unhaco a pour but de défendre et de valoriser les droits des personnes vivant avec handicap à l'échelle nationale et internationale.

Christ Louzany

Cinéma

« L'empire du silence », un cri de douleur contre les massacres et viols en RDC

Déplacements forcés, pillages, exécutions, massacres et viols, depuis plus de vingt-cinq ans, l'Est de la République démocratique du Congo (RDC) est défriché par des conflits meurtriers. Le long métrage du réalisateur Thierry Michel, sorti le 16 mars dernier, témoigne la souffrance de la populations congolaise ignorée par les médias et la communauté internationale.

« L'empire du silence » documente la traque, les massacres des réfugiés Rwandais, la naissance des deux guerres du Congo, les passations de pouvoir entre dictateurs et le rôle charnière des seigneurs de guerre gravitant autour du régime.

Tous semblent pris dans un vertige de tueries pour le pouvoir, pour l'argent, pour s'accaparer des richesses du Congo en toute impunité, dans l'indifférence générale. Parcourant ce pays avec sa caméra depuis trente ans, Thierry Michel est le témoin des combats, des souffrances, mais aussi des espoirs du peuple congolais.

Relayant le plaidoyer du Dr Denis Mukwege, prix Nobel de la paix, et dans la continuité de son précédent film " L'homme qui répare les femmes", il retrace dans "L'empire du silence " les enchaînements de cette impitoyable violence qui ravage et ruine le Congo depuis un quart de siècle.

« Il fallait pointer aujourd'hui les responsabilités, pointer les criminels. Je n'ai pas compris comment ce pays a basculé de rendez-vous manqué en



rendez-vous manqué pour tomber dans un abîme de violence. Ce cycle de massacres qui entache depuis vingt-cinq ans certaines régions du Congo de manière innommable », a déclaré Thierry Michel.

Avec une narration à la fois sobre et omniprésente, il raconte les méandres de l'histoire d'un peuple en désarroi. Ce cinéaste et documentariste a exploré toutes les facettes de ce pays et livre cette fois son œuvre

finale, un film bilan qui dénonce les bourreaux, les responsables des crimes innombrables, massacres et crimes de guerre, toujours protégés par la culture de l'impunité.

Cissé Dimi

Les immortelles chansons d'Afrique

« Cicatrice d'amour » de Tshala Muana

Surnommée la reine de Mutuashi, Tshala Muana s'est envolée sur les ailes de la gloire en cristallisant dans sa créativité la convergence de la musique traditionnelle de son terroir et les tendances modernes. Sa chanson « Cicatrice d'amour » résiste encore aux assauts du temps.

Parue dans l'album 33 Tours produit par Tamaris et référencé TMS 91004, « Cicatrice d'amour » figure parmi les titres ayant marqué l'itinéraire musical de Tshala Muana. Elle évoque la déception d'une épouse répudiée sans un véritable motif. Cette amertume représente pour sa vie une réelle cicatrice. Généralement, le rythme utilisé par l'artiste a un tempo accéléré, mais dans cette mélodie, la chanteuse opte pour le slow. Une musique douce au tempo lent destinée au couple. Un genre qui ne lui est pas propre mais qui lui réussit, puisqu'il colle avec le thème de la chanson.

D'une voix mélancolique, Tshala Muana chante : « Tshena kupwa moyo tshibangu tsha mukwawu shi kidimbu shi mu tsha menu waka

suma eh », ce qu'on peut approximativement traduire par : « Je n'oublie pas la cicatrice de la blessure issue de ta jalousie ».

Notons que Tshala Muana a exporté la culture Luba sur l'échiquier international. Plus précisément la langue et la danse « mutuashi ». S'agis-

TSHALA MUANA



CICATRICE D'AMOUR

sant de la danse dont elle a été couronnée reine, il nous paraît nécessaire de rappeler que le « mutuashi » est en réalité une déformation, mieux un néologisme dont Tshala Muana s'est faite ambassadrice. En effet, Mondo Mumbanza affirme, dans son exposé sur « Régard rétrospectif sur la

contribution des musiques traditionnelles à l'enrichissement de la musique moderne au Congo » que « le tshikuna est la danse que, par déformation, on appelle le Mutuashi ». De son côté, Claude Kangudie, en parlant de l'origine de ce mot, déclare que c'est dans la chanson de Dr Nico intitulée « Bia ntondi Kasanda » que ce vocable apparaît comme un cri : « Mutua's, Muendela's », ce qui a été déformé par « Mutua'shi, Muendela'shi ».

Née le 13 mai 1958 à Lubumbashi, en République démocratique du Congo, Elisabeth Tshala Muana Muidikayi débute sa carrière en 1977 comme danseuse dans le groupe « Tseke Tseke Love » de Mpongo Love. En 1978, elle intègre les « Redoutables » d'Abéti Masikini qu'elle laissera pour rejoindre le groupe « Minzoto Wela Wela » du père Buffalo. C'est en Côte d'Ivoire qu'elle va exploser comme chanteuse avec le look de la star américaine Tina Turner. En 1988, on la voit dans « Palato », un film du réalisateur ma-

lien Mahamadou Cissé. A partir de 1997, Tshala Muana rentre dans la sphère politique. Elle se fera appeler « Mamou nationale » (la mère de la nation). L'ensemble de ses œuvres à ce jour est chiffré à vingt et un albums et quatre singles.

Frédéric Mafina

Interview

Bruce Mateso : « La femme est au cœur de l'histoire et de la destinée humaine »

« **Nimi A Lukemi, roi du royaume Kôngo** », livre de 224 pages édité chez Paari, retrace la vie d'un roi forgeron, personnage qui a marqué son temps car considéré par son peuple comme un mythe et une légende. La forme romancée du livre pousse le lecteur à se questionner, à se repositionner par rapport à l'histoire du royaume Kongo, et même de l'Afrique très souvent édulcorée. Zoom sur cet ouvrage qui donne la possibilité au Congolais de se réconcilier avec son passé, son histoire. Entretien avec l'auteur Bruce Mateso.

Les Dépêches du Bassin du Congo (LDBC) : Votre actualité en ce moment porte sur votre ouvrage «Nimi a Luke-ni», roi forgeron du royaume Kongo. Pouvez-vous nous parler de ce mystérieux personnage considéré comme un mythe et une légende ?

Bruce Mateso (B.M.) : Nimi a Lukeni (parfois appelé Lukeni lua Nimi ou Nimi a Lukeni lua Nzinga) est le fondateur de Kongo dia Ntotila, du kintotila kia Kongo comme disent l'anthropologue Fu kiau Bunseki ainsi que l'historien Mbala Lussinzi Vita. Ce que l'historiographie actuelle appelle le royaume Kongo, situé au sud du Congo, le nord de l'Angola et l'extrême sud-ouest de la République démocratique du Congo, probablement fondé entre le VIII^e et le XIII^e siècle. Toutes les traditions kongo le décrivent comme l'archétype du chef héroïque : exceptionnel, transgresseur mais aussi créateur. Il est plus connu sous le vocable de Ntinu Mwene, désignant sa fonction de chef vénérable plus que ses lignages

LDBC: Pouvez-vous nous donner les détails de son accession au pouvoir ? Comment a-t-il pu surmonter les obstacles pour créer le Kongo Dia Ntotila ?

B.M.: Nimi a Lukeni est le ca-

det de son lignage, au sein du royaume de Vungu (situé dans le Mayombe). S'il est fils du chef Nimi a Nzima, en tant que nleke, il lui est impossible de régner. Or, il lui semble et ses camarades sont en accord avec lui, qu'il en a toutes les qualités : habile forgeron, redoutable chasseur. C'est là le point de départ de Nimi a Lukeni qui décide de quitter Vungu, pour avoir un territoire propre à lui. Avec des partisans, il s'installe aux abords du fleuve Mwanza (le fleuve Congo) et décide d'imposer un péage aux marchands. Et là commencent alors les premières péripéties, la suite est dans le livre...

LDBC : Pourquoi Kongo dia Ntotila attire-t-il la convoitise des Européens tout au long de son histoire ?

B.M. : Bien plus tard, des siècles après Nimi a Lukeni, Diego Cao débarque à Mpinda, port dans la province de Soyo, à Kongo dia Ntotila. Après avoir parlé avec les côtiers, il y eut méprise, les Portugais ayant confondu Kongo dia Ntotila avec le royaume mythique du prêtre Jean (un royaume légendaire tantôt situé en Asie tantôt en Afrique dirigé par un roi-prêtre, et au final qui sera assimilé à l'Abyssinie, l'Éthiopie impériale). Après diffusion de cette confusion, Kongo dia Ntoti-

la débuta des siècles de relations inégales avec le royaume du Portugal, marquées par l'évangélisation et la traite esclavagiste. Ce qui attisa le plus les colons portugais fixés à Luanda dès 1580, ce sont les mines de cuivre, d'or et d'argent, réelles ou supposées, notamment les gisements de Mindouli et de Boko-Songho, faisant alors la prospérité de la province de Nsundi.

LDBC : Comment les nkulu (ancêtres) et les simbi (génies gouvernant les forces naturelles) accompagnent-ils Nimi a Lukeni, selon les Kongos ?

B.M. : Un ngana, proverbe kongo, dit «Akulu, afwa kimeso kansi ka kimatu ko» (Les ancêtres sont morts pour notre vue, mais pas pour notre écoute.) Ils sont les biba, bawu ba soba nitu (ceux qui ont changé de corps), ils nous accompagnent et nous guident, comme des anges gardiens. Comme aux simbis, ce sont des entités spirituelles gouvernant les forces de ce monde. Et ce sont ces forces que Nimi a Lukeni a domptées, pour pouvoir à son tour gouverner le monde Nza. Et créer Zita dya Nza, le centre-nombri du monde, que représente Mbanza-Kongo. D'où la célèbre observation que fit Georges Balandier, le célèbre so-



ciologue français sur la place de Mbanza-Kongo dans l'imaginaire : il s'agit d'une ville magnifique où chacun des rameaux dispersés à sa rue et où chaque individu a la certitude de trouver une parenté prête à l'accueillir.

LDBC : Quelle est la place de la femme dans votre récit ?

B.M. : Les Kongos ont comme matrice une société matrilineaire où les femmes sont à la base, représentent les ancêtres les plus vénérables. De Mâ Ngunu (ancêtre femme commune bakongo et bateke) à Kimpa Vita, en passant par Nkenge la matriarche kongo aux multiples aventures dans les contes, la femme (nken-to) tient une place primordiale en tant que souche de la société kongo. Dans Nimi a Lukeni, sa soeur Sundi (qui donnera son nom à la

province tout comme à son fils Ma Sündi Gidi, le premier mwene sundi) est le pendant féminin de Nimi a Lukeni, fondatrice de la province de Sundi, celle qui deviendra le matrimoine des ntotila (rois kongo). Lukeni, la mère de Nimi a Lukeni, est celle qui crée en lui l'ambition de régner. Nzinga est celle qui rend possible le règne de Nimi a Lukeni. La femme est, même dans une aventure masculine, au cœur de l'histoire et de la destinée humaine, à son commencement et à son accomplissement. La matrilinearité est ainsi une richesse et une source d'épanouissement à revigorer et à amplifier et non un frein.

Propos recueillis par Berna Marty

Tourisme

Des officiers militaires nigériens saluent la route de la Corniche

Des officiers militaires nigériens en formation à l'École de guerre du Cameroun, en séjour d'études à Brazzaville, ont visité le week-end dernier quelques sites touristiques de la place. Au terme de la ronde, ils ont dit avoir été impressionnés par la qualité des infrastructures touristiques.

Quarante officiers militaires nigériens dont quatre femmes ont participé à l'excursion spéciale organisée par l'Office de promotion de l'industrie touristique, dans le cadre de l'initiative « Tour de ville ». Ils ont amorcé la ronde par le rond-point de la Coupole où ils ont contemplé de passage quelques espaces et édifices publics emblématiques, en premier le nouveau palais du Parlement. En route pour Madibou, le guide touristique Brice Djambout a montré aux militaires nigériens l'espace Bernard-Kolélas, leur faisant savoir que cet endroit fut le premier aéroport de Brazzaville. Sa tour de contrôle, leur a-t-il précisé, était installée au sein de l'actuel collège public d'enseignement général Angola libre. Ensuite, le cortège militaire s'est dirigé vers le pont du Djoué où il a ad-

miré les cataractes, un merveilleux site touristique dominé de cailloux et offrant une vue panoramique sur l'autre rive de Kinshasa.

De là, les militaires nigériens ont pris l'avenue de la Corniche, l'une des routes emblématiques de la capitale, construite sur plus de six kilomètres, le long du majestueux fleuve Congo. Ils ont marqué un arrêt sur le rond-point Case-de-Gaule, un site chargé d'histoire. A côté, au bord de la rive droite, il est aménagé un autre site appelé "Le centre du monde". C'est un site de rassemblement des esclaves déportés des pays d'Afrique pour être acheminés vers les Antilles et les Amériques, via le site de transit d'esclaves de Loango situé dans le département du Kouilou. Ils se sont ensuite rués sur le joyau pont du 15-août 1960 qui offre une vue

sur Kishasa, la capitale de la République démocratique du Congo. Ils l'ont positivement admiré, au même titre que la basilique Sainte-Anne. « Nous sommes en visite régionale ici à Brazzaville. L'occasion nous a permis de faire la ronde de quelques sites touristiques que nous avons favorablement admirés. Il s'agit, entre autres, du pont du Djoué, du "Centre du monde"; du pont de la Corniche, de la Case-de-Gaule et de la basilique Sainte-Anne. Nous entendons parler de Brazzaville, mais nous sommes agréablement surpris, c'est une ville merveilleuse. Je compte revenir avec ma famille », a témoigné le lieutenant-colonel de gendarmerie Mohamadou Youssoufou.

Firmin Oyé



La route de la Corniche au niveau du pont du 15-août 1960 / Adiac

Réseaux sociaux

TikTok lance un programme d'aide aux musiciens indépendants

Aider les musiciens n'ayant pas encore de label derrière eux à gagner en visibilité et à se dégager plus rapidement des revenus, c'est le but du nouveau programme « SoundOn » annoncé cette semaine par Tik Tok. Pour ce faire, et comme le souligne SocialMediaToday, la filiale du chinois ByteDance n'est pas seule : elle s'est associée à Resso, une plateforme de musique en streaming consacrée justement aux nouveaux talents.

« «SoundOn» permet aux artistes d'uploader leur musique directement sur TikTok et de commencer à percevoir des redevances lorsque leurs morceaux sont écoutés. SoundOn verse 100 % des royalties aux créateurs de musique la première année et 90 % par la suite. Il fournit aussi toute une série d'outils de promotion et d'assistance », explique Tik Tok dans un communiqué partagé le 9 mars dernier.

SoundOn, un outil pour aider les artistes à se faire un nom
Ces outils de promotion et d'assis-

tance permettent, entre autres, d'avoir un meilleur aperçu de ses audiences, mais aussi d'obtenir des conseils provenant d'une équipe d'artistes SoundOn (potentiellement avec une dimension participative). Un soutien marketing au sein de l'application et l'accès à l'onglet des chansons dans TikTok est aussi mentionné. Tik Tok veut enfin faire de SoundOn une plateforme ouverte sur l'extérieur. En clair - et fort heureusement pour eux - les artistes pourront distribuer leurs morceaux sur d'autres plateformes et services... même s'ils ont fait leurs débuts avec SoundOn. Tik Tok

et son nouveau service veulent ainsi pleinement jouer leur rôle de tremplin à des jeunes talents souhaitant se faire un nom... sans pouvoir compter sur d'importants moyens de promotion.

Notons que Tik Tok marche en quelque sorte dans les pas de Meta en lançant ce programme SoundOn. En juin 2021, la firme de Mark Zuckerberg mettait, en effet, sur les rails un service similaire nommé « Programme Meta pour les artistes indépendants ». Derrière ce nom plus laborieux, un concept globalement semblable et une cible identique. Comme le précise TechCrunch,



Tik Tok n'en est toutefois pas à son premier coup d'essai dans l'industrie musicale. En 2020, l'application annonçait ainsi un premier partenariat avec le distributeur de musique américain UnitedMasters.

SoundOn, quoi qu'il en soit, est

officiellement lancé aux États-Unis, au Royaume-Uni, au Brésil et en Indonésie. D'autres pays devraient suivre par la suite, mais dans l'immédiat la France ne semble pas encore concernée.

Siècle Digital

Up courts métrages

Lancement de la saison 2022

Le programme Up Courts métrages a annoncé le démarrage de sa cinquième session à travers laquelle la plateforme proposera une formation dédiée aux métiers de l'écriture de scénario, réalisation et production cinématographique et audiovisuelle créative. Le dernier délai de candidatures est fixé au 16 avril.

Initié il y a cinq ans par Cinekap, le label curriculum vitae détaillé, une lettre de



« Up courts métrages » vise à soutenir et promouvoir la création cinématographique et les talents panafricains. A ce jour, plusieurs initiatives issues de ces formations ont pu voir le jour, à savoir «La danse des béquilles» de Yoro Lidel Niang, «Patient 115» de Jules François Preira, «Anonymes» de Fama Réyane Sow, «Taajabone» de Fatoumata Bathily, etc. S'agissant des conditions de participation, le communiqué aux candidats stipule que pour être éligible à la formation en « Production cinématographique et audiovisuelle », il faut être résident d'un pays d'Afrique francophone, avoir le niveau baccalauréat au minimum, justifier d'au moins deux années d'expérience dans le secteur du cinéma et de l'audiovisuel créatif. Pour les candidats postulant à la formation en « Ecriture de scénario et réalisation », ils doivent être résidents d'un pays d'Afrique francophone et justifier d'au moins de deux années d'expérience dans le secteur du cinéma et de l'audiovisuel créatif.

Pour s'inscrire, les cinéastes intéressés sont appelés à fournir, entre autres, un

motivation adressée au directeur général et producteur de la société Cinekap, en précisant la formation au choix, un synopsis développé et un traitement de scénario (entre quatre et sept pages) pour les auteurs-réalisateurs. Ces éléments, comme le souligne le comité d'organisation, sont à envoyer aux adresses : contact@cinekap.com et cinekap@cinekap.com.

Pour cette année, la formation d'Up courts métrages se déroulera à Dakar, au Sénégal, et durera huit mois soit 1120 heures de formation théorique et pratique et deux mois prévus pour la fabrication des scénarios sélectionnés. « La formation est gratuite à l'exception des frais d'inscription et d'assurance qui sont à la charge des apprenants », précise le comité d'organisation de ce programme 2022.

Cette année, le programme est soutenu par le ministère de la Culture du Sénégal, la direction de la cinématographie au Sénégal, le Fonds de promotion de l'industrie cinématographique et audiovisuelle, l'Institut français du Sénégal, Canal+ Afrique, Vivendi et la Centre national du cinéma et de l'image animée.

Notons que Cinekap est une structure de production indépendante basée à Dakar. Fondée et dirigée par Oumar Sall, elle a permis de constituer un réseau de jeunes auteurs et réalisateurs qui aujourd'hui font la fierté du continent.

Merveille Jessica Atipo

Tropics tech and influence summit

Le rendez-vous démarre ce 25 mars

En prélude au sixième « Tropics business summit » prévu dans quelques mois au Cap-Vert, il se tient du 25 au 26 mars, en ligne, la conférence internationale Tropics Tech and Influence Summit. L'événement est dédié à tous les acteurs de la tech, high-tech, du digital mais aussi aux influenceurs de divers secteurs.

Organisé par Tropics ventures group Ltd. et OS Holdings, en partenariat avec la Chambre de commerce Luxembourg-Cap-Vert, le sommet Tropics tech and influence se veut un carrefour où la technologie se croise avec la société, l'innovation, la croissance, la bonne gouvernance et l'économie numérique.

« Tropics tech and influence summit sert d'événement de préparation au sixième Tropics business summit qui se déroulera cette année à Praia, au Cap-Vert, dans le but de susciter des conversations uniquement possibles sur le continent africain entre les dirigeants d'entreprises, de technologies et de gouvernements qui façonneront l'avenir numérique partagé et alimenté par les cinquante-quatre économies africaines », expliquent les organisateurs dans un communiqué.

Le thème retenu pour alimenter les débats est « Afrique connectée pour l'autonomisation des entrepreneurs, influenceurs, investisseurs et gouvernements ». S'étalant sur deux jours, ce rendez-vous accueillera des conférences ainsi que des marchés d'exposition virtuels, offrant un aperçu plus approfondi des sujets les plus brûlants de l'actualité dans les domaines des affaires, de la technologie, du marketing d'influence et de l'impact social. L'occasion de broser un sacré portrait des sphères : Fintech, Block Chain, Crypto, Intelligence artificielle, E-Sports, VFX, Gaming, E-Health, E-Tourism, Agri Tech, Agri Food, Ed Tech, Digital Media, Digital Innovation, etc.

A cela s'ajoute le « Tropics dealroom »,



une sorte de sessions networking qui rassembleront gouvernements, entreprises, réseaux d'influenceurs, chambres de commerce et communautés Tech du monde entier, en vue de discuter en profondeur sur le rôle de la technologie dans l'avenir numérique de l'Afrique. « Si vous voulez une session en privé avec un intervenant, vous payerez 45 000 FCFA par intervenant », ont indiqué les organisateurs. Comme panelistes au programme, on note Venicia Guinot (présidente de Tropics ventures group et initiatrice du sommet Tropics Tech And Influence), Nomsa Nteleko (CEO de Holdings et cofondatrice du sommet Tropics Tech And Influence), Joyce Williams, Esq. (Avocat-gérant d'Armooh-Williams, PLLC), Aymar Sacré (fondateur de StarTrunk 242 & IT-C Group et influenceur business), Deo Gracias Mouyeni (formatrice en esthétique et influenceuse beauté), Mixiana Laba (artiste pluridisciplinaire et influenceuse culturelle), etc. Notons que les lives du sommet Tropics tech and influence passeront sur Facebook, Instagram et YouTube, en session gratuite. Ce, avec la possibilité aux internautes de poser des questions et d'y obtenir des réponses de la part des intervenants.

M.J.A.

Métiers du bâtiment

Tendresse Manaka gomme les stéréotypes

Aînée d'une famille de trois filles, Tendresse, âgée de 22 ans, est une passionnée du bâtiment. Emmittouffée dans sa combinaison, elle prend plaisir à lisser le béton, à préparer manuellement son enduit et, enfin, à travailler en hauteur.

Truelle taloche, spatule et pelle en main, Tendresse passe d'un outil à un autre pour élaborer son travail. C'est avec beaucoup de bonheur qu'elle bêche, remue, malaxe terre et ciment... Des tâches journalières qu'elle exécute à présent avec dextérité. « *Cela n'a pas toujours été le cas, mais en dépit des railleries et taquineries machistes des hommes, je n'ai jamais pensé à jeter l'éponge* », a fait savoir Tendresse.

« *Le bâtiment est une dure école, qui forge les caractères. Celles qui y restent le font par amour du métier car il y a tellement des préjugés qui découragent la jeune fille* », informe Tendresse qui a dû travailler et s'impliquer davantage plus que ses collègues hommes pour gagner leur confiance. « *Au départ de la formation, nous étions sept filles et la fin, je me suis retrouvée seule avec vingt hommes* », précise-t-elle.

En effet, malgré d'énormes progrès dans les mentalités, il n'est pas toujours facile aux femmes d'embrasser ce métier. « *Les hommes ne s'y opposent pas farouchement, mais ce n'est pas dans les mœurs. Et il y a des phrases assassines dans le genre : est-ce que tu pourras t'en sortir ? Pourquoi tu ne fais pas la coiffure ou la couture comme toutes les autres ? Des phrases qui rabaissent, frustrent les femmes et poussent les plus sensibles à abandonner leurs rêves* », a laissé entendre Audrey Glwadys Mpandzou, directrice au Centre d'éducation, de formation et d'apprentissage (Céfa).

Après deux ans de formation en bâtiment au Céfa, Tendresse se lance très rapidement dans le monde du travail grâce à son père qui l'engage pour un projet dans le nord du pays. Une aubaine de la jeune qui peut enfin mettre en pratique ce qu'elle a appris à l'école. « *Ma place est dans le bâtiment et pour y rester, j'ai dû redoubler des efforts et parfois faire fi de certaines remarques pour ne pas être le pantin de la classe* », a-t-elle fait savoir.

De plus, sa fermeté lui a valu le respect de ses pairs. Au travail acharné, Tendresse cible ses marchés pour pouvoir mettre la pâte aux dépenses de la maison. « *Même si les projets ne courent pas les rues, j'arrive à travailler et cela me permet d'avoir un revenu pas régulier mais conséquent pour pouvoir apporter ma contribution à la maison* », a-t-elle conclu.

Berna Marty



Evocation

Le revenant de Ngatali (8)

La nouvelle de la mort d'un individu fusillé par l'acheteur de tabac avait fait l'effet d'un coup de tonnerre parmi les manifestants des festivités nocturnes à Ikinga. Tous les foyers de danse qui s'étaient partagés ce quartier s'arrêtèrent. On passa instantanément de la joie à la consternation. L'association du nom de l'agent de S. au meurtre en question avait provoqué une grande émotion. Sous le choc, les locaux comme les étrangers venus d'autres villages participèrent à la fête du tabac décidèrent d'aller voir ce qui s'était passé : les circonstances du drame, l'individu assassiné, l'arrivée des gendarmes et certainement l'arrestation de l'agent de S.

Jean-Pierre et sa délégation n'avaient pas encore couvert les deux tiers de trajet qui les emmenaient vers P. lorsque derrière eux la scène de crime fut envahie et rapidement souillée par l'arrivée des curieux venus d'Ikinga et Okondo. On s'agglutinait pour voir le corps au voile noir ensanglanté et masqué allongé dans l'herbe. C'est alors que se joua un épisode inattendu.

Dans la foule, le voile masqué ramena à la surface des souvenirs et des faits de société restés sans réponse depuis un passé récent. Quelqu'un évoqua Tsambé le chasseur des revenants. Après avoir retrouvé ses esprits, le nain avait confié qu'il avait été assommé par un diable vêtu d'un voile noir couvert d'un masque blanc. Tsambé

avait dit qu'il venait de repérer le fantôme de Donatien et s'apprêtait à l'hypnotiser et à l'arrêter quand celui-ci l'assomma. La description de Tsambé correspondait à l'individu allongé. Pour certains, le doute n'était plus permis : le corps allongé était celui du revenant Donatien : il fallait rapidement le dévoiler et le brûler avant que fort des puissances de l'au-delà, il ne leur joue un mauvais tour.

Une autre opinion fit rapidement du chemin. Atoiny Ngabouya, le frère aîné du défunt Donatien, était sur une piste depuis l'histoire de Tsambé. Des femmes du village s'étaient plaintes de terrifiantes apparitions nocturnes. Un individu tantôt voilé de blanc avec un masque noir, tantôt voilé de noir avec un masque blanc les avaient surprises dans le sommeil et violées. Deux femmes au moins s'étaient plaintes.

Or, bien avant que Donatien ne tombe malade et ne meure, Asselme Mbongo, surnommé Tchonguy « l'Aiguille », était connu dans le village parce que pudiquement les villageois appelaient par des « opérations brouillard ». La nuit, il pénétrait dans les cases et violait les femmes endormies. Quand elles s'en apercevaient, mortes de honte, aucune de ses victimes n'osait le dénoncer. Les femmes se plaignaient entre elles. La chose finit par transpirer. Un matin, saisi d'une colère inexplicable, Donatien avait tiré Asselme Mbongo de son lit, l'avait roué de coups et s'était vanté

de l'avoir laissé à demi-mort, le visage tuméfié. Après cette correction, Donatien, dont la fureur ne s'était pas encore apaisée, avait lancé au visage des personnes venues séparées la bagarre : J'ai craché sur ce bâtard toute la vomissure de mon estomac. Je ne pourrai jamais requérir un juge pour lui faire payer un adultère. Cette leçon que je viens de lui infliger lui fera tourner la langue trente-six fois avant de recommencer sa sorcellerie.

A mots couverts, Donatien avait étalé au grand jour ce qui se racontait sur Asselme Mbongo « Tchonguy » dans tous les trois quartiers de Ngatali. C'était un gremlin à la mine patibulaire, célibataire, coutumier des opérations brouillards. Après sa mésaventure avec Donatien, on l'avait perdu de vue après qu'il se s'était réfugié des mois durant à P. Peu après le retour de « l'Aiguille » à Bwanga avant la mort de celui qui l'avait naguère sévèrement corrigé, était apparu le violeur masqué qui terrifiait les femmes.

Pour Atoiny, le frère du défunt Donatien, pour les maris des femmes violées, ainsi que pour de nombreux individus dans la foule, entre le violeur masqué qui écumait le village, le diable masqué qui avait assommé Tsambé et le corps masqué de l'individu abattu par l'acheteur du tabac, le rapprochement était troublant (A suivre).

Ikkiya Ondai Akiera

Climat

Un nouveau rapport propose un plan pour faire face à l'urgence climatique

Le monde peut transformer sa relation avec la nature et s'attaquer aux crises du climat, de la biodiversité et de la pollution simultanément afin d'assurer un avenir durable et prévenir de futures pandémies. Ce sont les conclusions que souligne un nouveau rapport du Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) qui propose un plan détaillé pour faire face à la triple urgence planétaire.

Le rapport, intitulé : « Faire la paix avec la nature », expose la gravité de trois crises environnementales en s'appuyant sur des évaluations mondiales, notamment celles du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat et de la Plateforme intergouvernementale scientifique et politique pour la biodiversité et les services écosystémiques, ainsi que sur le rapport du PNUE sur l'avenir de l'environnement mondial, le Groupe international d'experts sur les ressources du PNUE et les nouvelles conclusions sur l'émergence de maladies zoonotiques telles que la Covid-19.

Les auteurs évaluent les liens entre les multiples défis environnementaux et de développement, et expliquent comment les progrès scientifiques et l'élaboration de politiques audacieuses peuvent ouvrir la voie à la réalisation des objectifs de développement durable d'ici 2030 et à un monde neutre en carbone d'ici 2050, tout en infléchissant la courbe de la perte de biodiversité et en réduisant la pollution et les déchets. Emprunter cette voie signifie innover et inves-

tir uniquement dans des activités *lement vers un chemin plus sûr*



qui protègent à la fois l'être humain et la nature. La réussite passe notamment par la restauration des écosystèmes et l'amélioration de la santé des populations, ainsi que par la stabilité du climat.

« En rassemblant les dernières preuves scientifiques qui décrivent les conséquences et les menaces de l'urgence climatique, la crise de la biodiversité et la pollution qui tue des millions de personnes chaque année, ce rapport montre clairement que notre guerre contre la nature a brisé la planète », a déclaré le secrétaire général des Nations unies, António Guterres, dans l'avant-propos du rapport. « Mais il nous guide éga-

en proposant un plan de paix et un programme de reconstruction après la guerre », a-t-il ajouté.

« En transformant notre façon de voir la nature, nous pouvons reconnaître sa véritable valeur. En traduisant cette valeur dans les politiques, les plans et les systèmes économiques, nous pouvons canaliser les investissements vers des activités qui restaurent la nature et en sont récompensés », a-t-il poursuivi. « En reconnaissant la nature comme un allié indispensable, nous pouvons libérer l'ingéniosité humaine au service de la durabilité et assurer notre propre santé et notre bien-être parallèlement à

ceux de la planète », a-t-il conclu. En pleine vague d'investissements visant à redynamiser les économies touchées par la pandémie de Covid-19, le plan d'action souligne l'opportunité et l'urgence d'une action ambitieuse et immédiate. Celui-ci définit également les rôles que chacun, qu'il s'agisse des gouvernements et des entreprises, des communautés ou des individus, peut et doit jouer. L'année 2021, lors de laquelle auront lieu les prochaines réunions de la convention sur le climat et la biodiversité, la COP 26 de la CCNUCC et la COP 15 de la CDB, est particulièrement cruciale. En effet, à l'occasion de ces réunions, les gouvernements devront définir des objectifs synergiques et ambitieux pour sauvegarder la planète en réduisant de près de moitié les émissions de gaz à effet de serre au cours de cette décennie, et en conservant et en restaurant la biodiversité.

La croissance économique a apporté des bénéfices inégaux en termes de prospérité à une population mondiale en forte croissance, 1,3 milliard de personnes pauvres. Pourtant, l'extraction des ressources naturelles a été multipliée par trois, des niveaux préjudiciables à l'origine d'une situation d'urgence planétaire. Malgré une

baisse temporaire des émissions due à la pandémie, la planète se dirige vers un réchauffement climatique d'au moins trois degrés Celsius au cours de ce siècle, plus d'un million d'espèces végétales et animales sur les huit millions estimées sont fortement menacées d'extinction et les maladies causées par la pollution tuent actuellement quelque neuf millions de personnes prématurément chaque année. La dégradation de l'environnement entrave les progrès réalisés pour mettre fin à la pauvreté et à la faim, réduire les inégalités et promouvoir une croissance économique durable, du travail pour tous et des sociétés pacifiques et inclusives.

Le rapport examine les liens entre elles, de ces trois urgences environnementales et dans quelles mesures leurs causes sont communes : il est donc nécessaire de s'attaquer à ces crises de manière conjointe, afin de le faire efficacement. Les subventions aux combustibles fossiles, par exemple, et les prix qui ne tiennent pas compte des coûts environnementaux, entraînent un gaspillage de la production et de la consommation d'énergie et de ressources naturelles qui sont à l'origine de ces trois problèmes.

Boris Karl Ebaka

Chronique

L'Afrique et les énergies renouvelables

Les pays africains, dans leurs efforts de trouver des stratégies pour diversifier les économies du continent, veulent mettre un accent particulier sur le développement des énergies renouvelables. Ces énergies, à savoir hydraulique, solaire, éolien, géothermie et biomasse, se développent intensément partout dans le monde, portées par la nécessité de lutter contre le réchauffement climatique en réduisant les émissions de gaz à effet de serre.

Le caractère renouvelable de ces énergies, leur faible émission de déchets, de rejets polluants et de gaz à effet de serre sont des avantages pour la planète. Dans le domaine des énergies renouvelables, les pays africains peuvent s'appuyer sur l'expérience et l'expertise de la Chine, qui depuis des années est le leader mondial dans ce secteur. La Chine est de loin le plus gros investisseur mondial en capacité d'énergie renouvelable. En effet, en dix ans (2009 – 2019), ce pays a investi près de 800 milliards de dollars dans ce secteur, quand l'ensemble des pays européens n'a investi qu'un peu moins de 700 milliards et les Etats-Unis à peine 350 milliards.

Le rapport sur « Les tendances mondiales en matière d'investissement dans les énergies renouvelables de l'année 2019 (Global Trends in Renewable Energy Investment 2019) », indique qu'au cours de la décennie actuelle l'investissement devrait atteindre 2600 milliards de dollars, comptant plus de gigawatts (GW) de capacité

d'énergie solaire installée que toute autre technologie de production.

L'énergie solaire aura mobilisé la moitié de ces investissements, à savoir 1300 milliards de dollars des 2600 milliards d'investissements dans les énergies renouvelables réalisés au cours de la décennie. La capacité solaire aura à elle seule suffisamment augmenté, passant de 25 GW au début de 2010 à 663 GW d'ici fin 2019, pour produire l'électricité annuelle nécessaire à environ 100 millions de foyers aux Etats-Unis.

La part mondiale de l'électricité produite générée par les énergies renouvelables a atteint 12,9% en 2018, contre 11,6% en 2017. Cela a permis d'éviter l'émission de 2 milliards de tonnes de dioxyde de carbone l'année dernière uniquement. Une économie substantielle compte tenu des émissions mondiales qui atteignaient 13,7 milliards de tonnes en 2018.

Certes le continent africain dispose d'un énorme potentiel énergétique renouvelable encore largement inexploité, mais il y a quelques pays

qui sont bien avancés dans ce secteur, notamment le Maroc pour le solaire, le Kenya pour la géothermie ou l'Éthiopie pour les barrages. L'Agence internationale pour les énergies renouvelables (Irena) estime d'ailleurs que la capacité installée de l'Afrique, actuellement de 34 gigawatts, pourrait atteindre les 300 gigawatts en 2030, niveau requis pour un accès universel sur l'ensemble du continent.

L'électrification de l'Afrique est l'enjeu-clé de la réussite de son développement. La population et l'économie des pays africains ne cessant de croître, la question du déficit énergétique qui constitue un frein au développement économique du continent se posera de plus en plus avec acuité. Les gouvernements africains sont donc amenés à songer à un modèle propre au continent qui serait capable de répondre à la fois à l'urgence énergétique et au défi environnemental.

Boris Karl Ebaka

Le saviez-vous ?

Pourquoi avons-nous les lignes dans les paumes de nos mains ?

Un proverbe latin renvoie aux mains en démontrant leur haute symbolique depuis des siècles : « Dieu regarde les mains pures, et non les mains pleines ». A seulement douze semaines de notre état fœtal dans le ventre de notre mère, nos mains sont constituées de lignes qui font de nous des êtres uniques, identifiables entre tous. Mais à quoi servent-elles exactement ? Explication.

Les lignes de nos mains nous permettent de les plier de façon harmonieuse, évitant que la peau ne forme des paquets. Cela nous donne notamment la possibilité de maintenir des objets.

Généralement, nous sommes dotés de trois lignes principales sur les paumes de nos mains, à savoir la ligne du cœur : la plus haute ; la ligne de tête : celle du milieu ; la ligne de vie : la ligne la plus près du poignet. Elles apparaissent ainsi comme des routes sur lesquelles s'acheminent des messages sur notre corps, sur notre tempérament, sur nous-mêmes. Encore faut-il réussir à les lire.

La ligne du cœur : Horizontale et visible sur le haut de la paume, elle vous informe sur vos sentiments et vos relations en général. Par exemple, si elle est très droite, elle indique une certaine objectivité voire de l'indifférence.

La ligne de tête : Collée ou non à la ligne de vie, cette ligne, également horizontale au milieu de la paume, vous renseigne sur votre manière d'agir et de penser. Par exemple, si la ligne de tête commence dans la ligne de vie, la personne manque d'indépendance.

La ligne de vie : Elle se dessine en arc de cercle autour de la base du pouce et trace le cheminement de la personne de sa naissance à sa mort. Ne paniquez pas si elle vous semble petite, sa longueur ne correspond absolument pas à la durée de vie. Une ligne de vie très marquée indique, par exemple, une nature sportive.

Cependant, il est possible de n'avoir qu'une seule ligne. Cela peut être dû à un développement anormal en raison de certains cas comme l'alcoolisation fœtale. Les bébés atteints du syndrome de Down n'ont également



qu'une seule ligne de mains. L'hérédité peut également jouer un rôle sur leurs formes.

Par ailleurs, s'il faut se fier au programme d'éducation, dans les établissements scolaires tant publics que privés au Congo, les élèves des écoles primaires étudient la poésie intitulée « Les lignes de nos mains », « sont les lignes de vie, de destin, de cœur, d'amour, de douce chaîne, qui nous lient les uns aux autres, des vivants aux

morts ; les lignes de nos mains, ni blanches, ni noires, ni jaunes... elles unissent les bouquets de nos rêves ».

Poème de l'écrivain Ivoirien Bernard Dadié

Au-delà de ces considérations qui sont l'apanage des voyants et autres adeptes de la chiromancie, les sillons de la main sont liés à notre génétique et à nos origines ethniques.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourses universitaires Mistral

Les bourses universitaires Mistral sont offertes par l'université Avignon, et ce, pour tous les étudiants internationaux. Si vous décrochez une place dans l'université Avignon, vous pouvez faire des études en France gratuitement et obtenir un diplôme en master.

1. DONNÉES SUR LES BOURSES

Pays : France

Organisme : université Avignon

Nom des bourses : bourses Mistral

Année : 2023-2024

Niveau : master

Spécialités : sciences humaines et sociales, sciences fondamentales, plusieurs spécialités.

Pays cibles : africains, européens, maghrébins, tout le monde.

Groupe cible : pour tous les groupes.

Montant des bourses : 6 000 euro

Date limite pour postuler : 31 mars 2022

2. LES CONDITIONS DE PARTICIPATION ET D'ADMISSION

Le programme de bourses d'excellence Mistral est destiné aux étudiants étrangers inscrits dans un établissement d'enseignement supé-

rieur à l'étranger et qui souhaitent poursuivre des études à Avignon Université en vue de l'obtention d'un diplôme de master.

Avignon Université conditionne l'octroi de la bourse Mistral aux étudiants dont la candidature respecte les critères d'éligibilité suivants : Être inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur à l'étranger au moment du dépôt de la candidature. Avoir un excellent dossier universitaire et satisfaire aux critères académiques et linguistiques fixés par l'équipe pédagogique. Ne pas avoir interrompu ses études depuis plus d'un an. Ne pas déjà résider en France. Avoir moins de 28 ans au 1er octobre 2022. Ne jamais avoir postulé pour la bourse Mistral.

Dans le cadre de la procédure de sélection, un entretien à distance est susceptible d'être proposé aux candidats.

Le lauréat de la bourse Mistral devra ouvrir un compte bancaire dès son arrivée en France et transmettre ses références bancaires à la MDI.

Les boursiers Mistral sont dispensés des droits de scolarité pour l'inscription en master à Avignon université.

3. COMMENT ENVOYER UNE DEMANDE POUR LES BOURSES D'ÉTUDES MISTRAL ?

Les bourses Mistral vous intéresse ?

En premier lieu, vous devez préparer votre dossier de demande de bourses.

Il ne faut pas oublier que vous devez préparer un meilleur dossier que les autres candidats étudiants pour obtenir ces bourses.

Ensuite, vous devez alors suivre ce lien pour envoyer votre demande.

Par Concoursn

Bien-être

Les animaux de compagnie ont-ils un impact sur notre santé cérébrale ?

On s'en doutait, c'est désormais prouvé : selon une étude américaine, posséder un animal de compagnie, comme un chien ou un chat, pendant plus de cinq ans, ralentirait le déclin cognitif chez les personnes âgées.

Plusieurs travaux ont déjà suggéré que le fait de posséder un animal de compagnie pouvait avoir des effets bénéfiques sur la santé. Pour rompre l'isolement ou pour notre santé cardiovasculaire, passer du temps avec son compagnon à quatre pattes nous aiderait à nous sentir mieux.

Un chien ou un chat participerait également au maintien durable de bonnes capacités cérébrales. Pour le prouver, des chercheurs du Centre médical de l'Université du Michigan ont examiné les données cognitives de près de 1 400 personnes âgées en moyenne de 65 ans et ayant des capacités cognitives normales au début de l'étude.

Au total, 53 % possédaient des animaux de compagnie. Et 32% étaient considérés comme des « propriétaires d'animaux de compagnie à long terme ». Comparez par là qu'ils possédaient des animaux depuis plus de cinq ans.

Un vrai impact sur le stress

Les chercheurs ont soumis les participants à des différents tests (soustractions, rappels de mots...) débouchant sur une note finale. Résultat, après six ans de suivi, ces notes ont diminué moins rapidement chez les propriétaires d'animaux, et encore plus lentement chez les « propriétaires à long terme ».

« Nous savons que le stress peut affecter négativement la fonction cognitive », rappellent les auteurs. « Un effet d'amortissement du stress lié à la possession d'un animal est une raison plausible à notre découverte. Par ailleurs, la présence d'un animal de compagnie peut augmenter l'activité physique, ce qui pourrait être bénéfique pour la santé cognitive. Cela dit, des recherches supplémentaires sont nécessaires pour confirmer nos résultats et identifier les mécanismes sous-jacents de cette association », estiment-ils.

Destination santé



Une dame aux côtés de son animal de compagnie/DR

Temps libre

Point trop n'en faut ?

Vous avez l'impression de ne jamais avoir assez de temps pour vous ? Une surprenante série d'études révèle que si manquer de temps libre rend morose, en disposer de trop n'améliore pas le bien-être non plus. Explications.



L'expression du manque de temps/DR

Ne pas avoir assez de temps libre est associé à une moins bonne qualité de vie. Plusieurs études ont montré ce lien. Et qu'en est-il pour celles et ceux qui ont trop de temps disponible ? Pour le savoir, l'équipe de Marissa Sharif à la The Wharton School (une école de commerce de Philadelphie) a mené plusieurs enquêtes.

Pas plus de cinq heures par jour

D'abord, elle a interrogé 21 736 Américains de la cohorte the American Time Use entre 2012 et 2013 sur la quantité d'heures libres disponibles ainsi que sur le sentiment de bien-être associé. Résultat, plus ils avaient de temps libre, plus ils se sentaient bien. Avec une limite : à partir de deux heures par jour le sentiment de bien-être stagnait et à partir de cinq heures il déclinait.

Une autre enquête menée cette fois auprès de 13 639 participants de la cohorte National Study of the Changing Workforce entre 1992 et 2008 avait également permis d'observer ce même phénomène : trop de temps libre n'était pas associé à un plus grand bien-être.

Du temps libre pour des activités productives

Ensuite, les chercheurs ont souhaité préciser si le type d'activités pratiquées durant le temps libre pouvait avoir un impact sur le bien-être. Pour ce faire, ils ont mené deux expériences auprès de 6 000 volontaires en ligne. La première consistait à imaginer ce qu'ils feraient avec une certaine quantité de temps libre (15 minutes, 3 heures et demi ou 7 heures) et si cela les rendrait heureux, satisfaits. Les deux extrêmes ont rapporté une satisfaction moindre par rapport à une quantité moyenne de temps libre disponible. La seconde expérience a permis de constater que du type d'activité – productive (sport, hobby...) ou non productive (télévision ou autres écrans), dépendait à quel point le trop plein de temps libre pouvait résulter en une moindre satisfaction générale. Donc avoir beaucoup de temps libre n'est pas forcément un problème. Toutefois, si c'est votre cas, lors de la retraite, par exemple, trouvez de quoi vous occuper pour ne pas risquer de détériorer votre bien-être.

D.S.

Cérumen

La « cire d'oreille » à la loupe

Le cérumen protège le conduit auditif. Mais quelles autres fonctions remplit cette substance qui s'accumule parfois sous forme de bouchons ? Et d'où vient-elle ?

Le cérumen est produit par les glandes cérumineuses, localisées dans le tiers extérieur du conduit auditif externe de l'oreille. Son aspect « cireux et sa couleur jaune voire brune » lui confèrent son deuxième petit nom de cire d'abeille.

Quelles sont les fonctions du cérumen ? Il « tapisse les parois du conduit auditif, piège les corps étrangers (poussières), protège l'oreille contre la prolifération des microbes qui sont éliminés grâce aux propriétés du cérumen », renseigne le site Ameli.fr. Cette substance au pouvoir lubrifiant élimine aussi « les débris de la peau qui desquame (petites peaux mortes) ou des poils ».

Bourdonnement, baisse de l'audition, vertiges

En temps normal, le cérumen est naturellement évacué par les mâchoires lors de la mastication. Mais quand ce processus fonctionne mal, le cérumen s'accumule en quantité anormalement excessive dans le conduit auditif. On parle de bouchon de cérumen ou de bouchon de cire.

Plusieurs autres causes peuvent en être à l'origine : l'utilisation excessive de coton-tiges connue pour stimuler la production de cérumen. « Pour éviter cela, il est recommandé de ne nettoyer le conduit auditif que tous les huit à dix jours, en enlevant uniquement le cérumen situé à l'entrée du conduit auditif », conseille-t-on.

L'usage régulier de bouchons d'oreille, de prothèses ou d'aides auditives fa-



Nettoyage de l'oreille/DR

vorise aussi la survenue d'un bouchon d'oreille. Idem pour les baignades : l'eau provoque, en effet, le gonflement du cérumen. La production naturelle de cérumen peut aussi être plus importante chez certaines personnes. Enfin, le bouchon d'oreille peut résulter d'une anomalie du conduit auditif.

Symptômes pouvant vous mettre sur la piste d'un bouchon de cérumen

- Une baisse de l'audition le plus souvent modérée et progressive ;
- La survenue de bourdonnements ou d'acouphènes ; des épisodes de vertiges ;
- Une sensation d'oreille bouchée, pleine ou de pression dans l'oreille ;
- Des sensations d'irritations, de démangeaisons ou de douleurs dans le conduit auditif.

« Gonflement de la muqueuse du conduit auditif lors d'une otite externe, un faible diamètre du conduit auditif (qui se rencontre surtout chez les enfants), un conduit auditif externe très long et coudé, un conduit auditif externe rétréci par la présence de petites excroissances osseuses entraînant un encombrement plus rapide et un risque d'obstruction accru, la présence de nombreux poils dans le conduit : ils constituent un obstacle à l'évacuation du cérumen », renseigne-t-on.

D.S.

A la découverte de ...

Me Léopold Malonga, l'un des premiers Diablos rouges karaté

Du haut de son 1m 90, Me Léopold Malonga donne encore l'air d'un compétiteur malgré le poids de l'âge. Ayant débuté les arts martiaux autour des années 1974, il a « terrassé des adversaires lors des compétitions, sans pour autant faire exprès ».



Fort de son Gyaku tsuki, l'un des types de coups de poing dans les sports de combat, Me Léopold Malonga, ceinture noire 7^e dan, a commencé à pratiquer le sport de combat à l'âge de 12 ans. « *Le sport a forgé mon éducation et mon caractère. Aujourd'hui en m'observant, je me soucie puisque je ne le pratique plus* », a-t-il déploré.

Me Léopold Malonga a débuté en même temps avec le judo, l'aïkido et le karaté. Mais faute de disponibilité, « *Me jamais tapé* » a vite abandonné l'aïkido pour le judo et le karaté, et s'est concentré quelques années après sur le karaté. « *Le sport m'a donné la force mentale et c'est ce qui fait de moi ce que je suis car je me suis élevé spirituellement en ayant le contrôle de moi* », a-t-il affirmé.

A l'époque, la fédération n'existait pas encore. Les karatékas étaient regroupés autour d'une plateforme dirigée par Me Ngalessami Ibombo. Cette structure qui regroupait tous les pratiquants de cet art martial faisait office de fédération puisque ses athlètes combattaient au nom du Congo.

Cet homme rigoureux a intégré l'équipe nationale de karaté, notamment la toute première, vers les années 1979. Lors d'un combat avec les athlètes de la République démocratique du Congo, il avait fracturé la jambe de son adversaire.

Pour certains, Me Léopold Malonga avait très mal commencé sa carrière mais pour ses fans, il avait débuté son parcours sur les chapeaux de roue.

« J'ai eu à terrasser des adversaires lors des compétitions, sans pour autant faire exprès. A l'époque, nous ne missions pas sur les médailles ou trophées car le but principal était de valoriser le côté martial », explique-t-il.

L'un de ses temps tristes dans son parcours de sportif reste aussi le fait que, lors d'une compétition, au Mess mixte de garnison, il avait brisé, par un coup de pied, le cerveau d'un adversaire le mettant ainsi K.O, chose très rare au karaté. « *Imaginez-vous que je coupais les arbres avec les coups de pied. Restons humbles* », signale Me Léopold Malonga.

Après avoir appris et partagé son expérience avec d'autres grands sportifs aux Etats-Unis, au Canada ou au Japon, il pense que les sportifs congolais, en général, et les karatékas, en particulier, doivent s'unir autour de leur art ainsi que ses valeurs martiales. « *De nos jours, les athlètes se prennent pour des tout puissants, chose qui n'est pas tolérable. Moi, par exemple, je n'ai jamais été battu dans ma carrière mais cela n'a pas fait de moi le plus fort. Je m'incline toujours devant les anciens et j'étais prêt à apprendre et exécuter un ordre. Nous devons rester humbles et vénérer les maîtres. Au judo, par exemple, Me Ngassaki et Me Ndinga nous ont beaucoup appris et ils méritent respect. Mais eux également et leurs condisciples doivent nous passer le témoin aisément* », indique Me Léopold Malonga.

Promotionnaire des grands acteurs du karaté congolais comme les anciens présidents Dieudonné Okombi ou Dominique Ondzé Doukay, Me Léopold est un ancien policier. Il s'est lancé dans les affaires au terme d'une vingtaine d'années de pratique active des arts martiaux. Parallèlement, il mène une vie chrétienne.

Rude Ngoma

Athlétisme

Cyrena Samba-Mayela honore le Congo

Congolaise d'origine et Française de par sa nationalité, Cyrena Samba-Mayela a été sacrée championne du monde en salle du 60 m haies, le 19 mars, lors des Mondiaux en salle de Belgrade (Serbie) avec un chrono de 7 s 78.

Congolaise de par ses parents, la tricolore a été sacrée championne du monde du 60 m haies, le 19 mars, soit le premier podium de l'équipe de France sur cette compétition. Présentée depuis quelque temps déjà comme l'un des plus grands espoirs de l'athlétisme français, Cyrena Samba-Mayela, 21 ans, a pour la première fois confirmé cette « étiquette » au plan international.

Le Congo devra se réjouir des performances de cette jeune athlète qui vise l'excellence et souhaite confirmer ainsi au plus haut niveau un

savourer les victoires de loin.

« *Il faut des championnats locaux structurés et réguliers à tous les échelons, des stades adaptés, des sportifs bien formés et des infrastructures entretenues. Les sportifs, s'ils bénéficient de conditions convenables, préféreront toujours rester au Congo, au moins momentanément, plutôt que de s'exiler; bref des destinations réservant souvent de très mauvaises surprises* », déplore un analyste sportif congolais.

Signalons qu'en 2020, Cyrena Samba-Mayela



potentiel entrevu dans les catégories de jeunes et s'installer comme une magnifique promesse dans l'optique de Paris-2024. « *C'était un mélange de plein d'émotion à l'arrivée. C'est juste incroyable. J'ai passé un cap et c'est la concrétisation de tout le travail que j'ai fait. J'ai toujours été ambitieuse* », a-t-elle expliqué.

Son sacre n'est pas passé inaperçu au Congo puisque sur les réseaux sociaux, les internautes de tous genres sont fiers de ce succès et pensent que ce genre de prouesses doit se multiplier dans tous les sports. « *La championne, dont les parents sont originaires du Congo-Brazzaville, est un symbole de la qualité des enfants du Kongo dia Ntotila. C'est le Congo qui gagne* », s'est réjoui un internaute en faisant allusion à l'ancienne Royaume Kongo.

La plupart des pages dédiées au sport congolais sur Facebook ont fait de cette victoire de Cyrena le fait du jour et continuent à la congratuler. C'est, en effet, l'occasion d'interpeller les dirigeants du sport congolais qui balbutient souvent lorsqu'il s'agit non seulement de dénicher les talents mais aussi de gérer la carrière sportive des athlètes. Si certaines infrastructures pouvant faciliter la préparation des compétiteurs sont disponibles, les moyens et le manque d'une politique rassurante de la part des pouvoirs publics poussent les sportifs congolais à s'exiler ou décliner les invitations de l'équipe nationale. Ainsi, les Congolais sont obligés de

est passée pour la première fois sous les 8 s au 60 m haies lors des championnats de France espoirs à Saint-Brieuc, en réalisant 7 s 99 en demi-finale puis 7 s 98 en finale. Elle est sacrée championne de France senior des 60 m haies en salle en 2020 à Liévin. En septembre, elle devient championne de France du 100 m haies en plein air à Albi en 12 s 73. Ce temps lui permet de devenir la huitième meilleure performeuse française de l'histoire.

En 2021, la jeune hurleuse française perd son titre national indoor malgré son excellent temps de 7 s 94, nouveau record personnel. En juin de la même année, Samba-Mayela valide les minimas pour les Jeux olympiques de Tokyo en gagnant les 100 m haies du meeting de Madrid en 12 s 80. Elle déclare forfait lors des séries des Jeux Olympiques suite à une douleur résultant d'une blessure ressentie à l'échauffement. Le 28 janvier 2022, elle bat à Karlsruhe le record de France espoirs en salle du 60 m haies en 7 s 84.

Notons que Samba-Mayela devient aussi la première Française championne du monde en salle sur 60 m haies, hommes et femmes confondus. Selon Le Monde, elle est passée d'abord par la gymnastique et le patinage artistique. Ensuite, la native de Champigny-sur-Marne s'était révélée en athlétisme en devenant vice-championne du monde chez les cadettes en 2017 (sur 100 m haies).

Rude Ngoma

Plaisirs de la table

La purée de pommes de terre

Cette semaine, nous allons revisiter une recette de grand-mère à la fois simple et enrichissante, la purée de pommes de terre. Un véritable délice de tous les moments. Découvrons-la ensemble.

Moins populaire que la pomme de terre à partir de laquelle elle est élaborée, la purée remonte pourtant, selon les historiens, au XVIII^e siècle. La recette est attribuée à un nutritionniste français nommé Antoine-Augustin Parmentier qui recherchait la manière de présenter la pomme de terre autrement. La tentative connaîtra un franc succès et fera le tour de la planète.

Aujourd'hui encore, la purée de pommes de terre n'a pas encore fini de surprendre avec ses innombrables recettes et ingrédients. Avec ou sans crème fraîche, un peu d'ail, du beurre ou encore des œufs battus. Et, si l'on veut suivre les recommandations des bons cuisiniers, l'ingrédient incontournable serait la noix muscade. A l'ancienne, collante, faite maison, revisitée ou classique, la purée de pommes de terre s'invite à tous les instants avec de simples herbes aromatiques à l'intérieur ou accompagnée de lardons pour le plaisir des tous petits



mais aussi des plus grands. Si au Congo, la purée de pommes de terre n'a pas encore fait grand effet, cette recette pourrait être relevée avec quelques herbes locales. Onctueuse, collante ou élastique, la recette de cette semaine peut se concocter avec quelques patates entières, un

peu de beurre ou pour accompagner les viandes ou les volailles rôties.

Toutefois, le terme « purée » renvoie à l'idée d'une préparation culinaire à base de fruits ou de légumes crus ou cuits. Une fois ces ingrédients sélectionnés, on peut procéder au pré cuire puis à

les écraser.

Ainsi, on retrouve la purée de maïs différente dans le goût et dans la forme de la célèbre bouillie locale. Dans ce mélange, on ajoute le plus souvent du fromage frais ou dur comme la célèbre ricotta ou le cheddar qui se présente sous la forme d'une brique

jaune.

Cette variante de purée est beaucoup consommée en Amérique du Sud en accompagnement de haricots, de carottes ou encore de poivrons.

D'autres plats, cette fois au four à base de la purée de pommes de terre, démontrent de l'importance de la pomme de terre surtout dans certaines régions. Galettes, crêpes, beignets de pommes de terre sont d'autant de façons de cuisiner autrement l'ingrédient phare de cette semaine.

Appartenant à la famille des solanaceae, la pomme de terre, communément appelée patate, est en fait un tubercule comestible. Elle est une source importante de glucides qui sont commercialisés dans les rayons des supermarchés sous la forme de fécule. Comme tout aliment, elle contient également des vitamines et des protéines.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Suprême de volaille du chef Beldon Kouyita

Temps de cuisson : trente minutes

INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

Quatre filets de suprêmes
Une gousse d'ail Huile d'olive
Poivre, sel, herbes aromatiques (basilic, persil, thym) Moutarde

Pour la purée

- Six grosses pommes de terre
- ½ verre de crème fraîche (si souhaitée)
- 30g beurre demi sel
- Sel, poivre

Pour l'accompagnement

Quatre grosses pommes de terre Six carottes 200g brocolis (surgelés) 150g haricots verts (surgelés) 150 g courgette (surgelés) Sel, poivre, huile d'olive, persil

PRÉPARATION

Jardinière

Laver, éplucher et couper les pommes de terre en quatre, les carottes en tronçons d'un centimètre.

Dans une cocotte-minute, faire revenir l'oignon émincé ainsi que deux gousses d'ail (si vous aimez l'ail) dans un fond d'huile d'olive ou celui de votre choix.

Ensuite, une fois que ces légumes sont un

peu cuits, ajouter les pommes de terre, les carottes, les haricots verts. Faire de nouveau revenir un peu, saler et poivrer. Puis couvrir de moitié d'eau en ajoutant les épices et le beurre.

Fermer la cocotte et laisser cuire environ 15 à 20 mn à partir du moment où la cocotte chuchote.

En fin de cuisson, ouvrir la cocotte et rajouter les petits pois et laisser cuire encore 5 mn sans couvercle.

Purée

Couper les pommes de terre en morceaux égaux. Placer les dans une grande casserole ou dans une grande cocotte; couvrir d'eau froide et ajouter deux ½ c. à thé (12 ml) de sel. Porter l'eau à ébullition; cuire les pommes de terre pendant 12 à 15 mn ou jusqu'à ce qu'elles soient bien tendres.

Égoutter les pommes de terre, bien écraser à l'aide d'une cuillère à la main jusqu'à ce que cela forme comme une espèce de pâte. Ajouter la crème, le beurre fondu avec le reste du sel et du poivre. Battre au batteur électrique jusqu'à ce que le mélange soit homogène et moelleux.

Verser le mélange dans la casserole; cuire à feu moyen pendant 2 à 3 mn à feu moyen,



tout en mélangeant.

Enfin, après avoir assaisonné la volaille, faire revenir les filets de suprême dans une sauteuse avec un peu d'huile jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés - retourner et cuire 2 mn. Mettre ensuite au four à 180° pendant une quinzaine de minutes dans un plat adapté avec 10 cl d'eau.

Placer les légumes réchauffés dans une assiette comme sur la photo puis les filets ainsi que la purée et si souhaité ajouter un peu de sauce.

Bon appétit !

S.A.

SOLUTION :
Le mot-mystère est : *bourgeois*

MOTS CASÉS 10X13 • N°325

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

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

FLÉCHÉS 12x15 SOLUTION • N°2113 • © FORTISSIMOTS 2021
www.fortissimots.com

• SOLUTION DE LA GRILLE N°567 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°577 •

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

FONT DE LA TOILE BELLES LETTRES	AU PIED DU MUR PROGRAMME	PLACE PUBLIQUE	RASER COURANT FAIBLE	IL PREND LA TÊTE SE PAYANE	ÉMETTEUR DE GAZ EUT DE L'EFFET
ETUDIÉ PAR LE PSY CERTIFIER		FONT UN PLI VIEIL HOMO			
POLLUANTS AGRICOLES DUR AU TOUCHER			COUP DE MAIN AMAS		CONSULTE UNITÉ DE DISTANCE
			UN ROI A TABLE ÉMOUSSE		
PARENTES PÉRIODE DE CHALEUR				ÉLÉMENT DE POULIE PARTICULE	PREMIÈRE VENUE
		BONNE MENTION VENT DIEU		ÉRUDIT A REMPLACE LE RMI	
LARGEUR DE TISSU	TROMPENT STUPEFAITS				CHAMPS
		INDECENTS LIEU DE COMBATS		BLANCHE OU NOIRE GRANDE AVENTURE	
FÊTE ALGUES		DES CENDRES AUX FANEALZ IMAGINA			ADMINISTRÉ
			VENT MAUVAIS	DÉSERT DE BUNES A SA CLÉ	
POUR APPELER PETITE CHATTE	JOURNAL DE BORD L'OPINION				
			VOUER UN CULTE		
RENIFLEZ				BLESSE	

FLÉCHÉS 12x15 • N°2114 • © FORTISSIMOTS 2021
www.fortissimots.com

MOTS CASÉS 10X13 • N°326

- 2 LETTRES**
AS - ES - LU - ME - NA - RE - TA
- 3 LETTRES**
ERE - ETE - EUS - EUX - GIN - KIR - MIS - RUE - RUT - SAC - SEC - SKI - SOI - USE
- 4 LETTRES**
BETE - CREE - CRUE - ECRU - ECUS - ETRE - KAKI - LARD - LESE - LUGE - SEUL - STAR - STEM
- 5 LETTRES**
AERER - AGATE - DEBUT - EGOUT - EUMES - INDEX - LAMPE - LESE - OUTRE - POKER - SMASH - TACLE - TERME - VOLET
- 6 LETTRES**
ENIGME - OEUVRE - SCINDE - SCORIE - USIONS

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

- ABSIDE / AGORA / AMNISTIE / ARTICLE
- AUBURN / AVATAR / BELIER / BLINI
- BOVIN / BRELAN / BUCHER / CAPORAL
- CIGARE / CREVETTE / DALLE
- DEBILE / DEVISE / DEVOT / ECHALOTE
- ECHOPPE / ENCENS / EPISODE / FLAMME / FRICHE / FROMENT / GARDIEN / GORGE / GOUJAT / GUIGNOL
- HIBOU / JOCKEY / PARDON / PATAUD
- PENSION / POTAGE / PSEUDO / SACCADE / SERPENTIN / SOLARIUM
- SOUCI / VERRUE / VIADUC / ZOMBI

• SUDOKU • GRILLE N°568 • FACILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°578 • DIFFICILE •

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

L'art et la manière

Rire, fou rire et sourire

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

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

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

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

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

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

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

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

Princilia Peres

HOROSCOPE



Bélier

(21 mars - 20 avril)

Il est humain d'avoir des doutes, ceux-ci surviennent d'ailleurs bien souvent lorsque vous n'êtes pas en pleine possession de vos moyens. Tentez d'analyser vos troubles d'humeur et votre forme physique, vous verrez que le lien entre les deux est assez évident.



Lion

(23 juillet-23 août)

Vous entrez dans une grande période de créativité qui vous stimulera dans la plupart de vos projets. Les choses changent et évoluent autour de vous, vous observez ce mouvement avec beaucoup de bienveillance.



Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

Il faudra mettre de l'ordre dans votre vie amoureuse. Vous avez tendance à vous éparpiller à droite à gauche, autant que vous faites tourner les têtes. Cette attitude pourrait être mal vue et même blesser certains prétendants.



Taureau

(21 avril-21 mai)

Il y a de l'électricité dans l'air. Vous ne vous sentirez pas complètement accueilli là où vous vous trouvez et ce contexte vous empêche de vous impliquer où vous le souhaitez. Ne vous braquez pas pour autant, les gens changent vite d'avis.



Vierge

(24 août-23 septembre)

Vous êtes sur le point de tourner une page importante. Les choses changent autour de vous, vous êtes dans un mouvement perpétuel qui vous pousse à vous renouveler et à regarder le plus loin possible.



Verseau

(21 janvier-18 février)

Un imprévu viendra complètement bouleverser vos plans... n'ayez crainte ! Même si l'aventure paraît folle, vous aurez de très belles surprises dans cette histoire. Laissez-vous guider, vous n'aurez presque rien à prendre en charge.



Gémeaux

(22 mai-21 juin)

Cette semaine, l'amitié est au centre de votre vie. Vous êtes parfaitement à l'aise avec votre bande et les gens qui vous entourent. Vous saurez vous confier et profiter des moments partagés.



Balance

(23 septembre-22 octobre)

L'amour est au beau fixe ! Seul ou en couple, le romantisme sera très présent dans votre quotidien et vous met le coeur en joie. Vous serez tenté de vous offrir une escapade à deux, profitez-en pour déclarer votre flamme à la personne que vous aimez.



Poisson

(19 février-20 mars)

Votre vie professionnelle pourrait devenir la source de quelques frustrations. Exprimez-vous au plus vite si tel est le cas, il n'y a pas de raison de vous prendre la tête. Vous risquez d'accumuler trop de frustrations qui finiront par vous rendre nerveux.



Cancer

(22 juin-22 juillet)

Il vous arrive d'agir dans la précipitation, de ne pas mesurer l'impact de vos actions. Il faudra envisager différemment les semaines à venir car celles-ci seront pleines de choix à faire. N'hésitez pas à solliciter les avis des uns et des autres.



Scorpion

(23 octobre-21 novembre)

Le moins que l'on puisse dire, c'est qu'il y a de l'action dans votre vie ! Les choses bougent vite pour vous, sans que vous ne puissiez tout saisir. Il vous faudra du calme pour réfléchir correctement. Vous saurez apaiser les tensions qui rôdent autour de vous.



Sagittaire

(22 novembre-20 décembre)

Vous avez de la suite dans les idées et cette volonté de ne jamais vous contenter du minimum. Vous êtes ambitieux et cette période sera particulièrement propice pour mettre en oeuvre toutes vos idées. Il y aura beaucoup de changements dans votre vie.



PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE
27 mars

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

MAKÉLÉKÉLÉ

Madibou (Ex-Dieu merci)
Sainte Bénédicte
Terinkyo
Lys Candys (Kinsoundi)
Jumelle II

BACONGO

Trinité
Reich Biopharma
POTO-POTO
Centre (CHU)
Mavré

MOUNGALI

Loutassi
Sainte Rita
Emmanueli

OUEZÉ

Béni (Ex-Trois martyrs)
Marché Ouenzé
Rosel
Relys

TALANGAI

La Gloire
Clème
Marché Mikalou
Yves

MFILOU

Santé pour tous
Le bled