



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° 171 - VENDREDI 20 AU JEUDI 26 MAI 2022

MUSIQUE

Extra Musica nouvel horizon met le cap sur l'Europe

Après Bouaké, en Côte d'Ivoire, en mars dernier, le groupe Extra Musica nouvel horizon se lance à l'assaut de l'Europe pour une tournée dénommée « Europe tour concerts live ». La France, la Suisse et l'Allemagne sont les trois pays concernés par la tournée qui débute le 11 juin à Paris. Le groupe a été créé en 2019 par Sonor Digital, Ramatoulaye, Zaparo de guerre, Dido Senga, Kassoul, tous sortis du groupe Extra Musica Zangul.

PAGE 5



PARCOURS

Guer2vie, du slam au théâtre



On connaît, peut-être, Guer2vie la slameuse, mais connaît-on la comédienne ? L'artiste congolaise sera une fois de plus à découvrir sur les planches, le 24 mai, à l'Institut français du Congo de Brazzaville, lors de la représentation de la pièce « L'Afrique est morte ce soir ».

PAGE 3

WHATSAPP

Bientôt une offre payante pour les professionnels?

PAGE 8

SOCIÉTÉ

L'article 23 de la loi Mouebarara mis à nu !

Quelle soit incomprise, critiquée ou applaudie, la loi Mouebarara, entrée en vigueur le 4 mai, fait débat en République du Congo. La loi conçue pour lutter contre les violences faites aux femmes s'avère tout d'abord d'une nécessité absolue pour endiguer la violence ordinaire constatée dans les mœurs congolaises. L'article 23, qui présente probablement un



flou artistique sur ce qui peut porter préjudice à l'image des femmes, ouvre à lui seul un autre débat.

PAGE 9

DÉCOUVERTE

La merveilleuse équipe de Ghzlonge Aussous

Vous aurez l'impression de dialoguer avec ce beau monde depuis mille ans. De jeunes dames formées pour remplir la noble mission d'assister des personnes en détresse, disons des patients en quête d'écoute ou simplement d'être renseignés sur des pathologies dont ils pensent souffrir.

PAGE 8



Éditorial

Ponctualité

Il est clair que la culture du mépris du temps s'étend désormais à tous les secteurs d'activité chez nous. Etre en retard au boulot, à une invitation ou même chez son médecin, débiter une cérémonie après des heures d'attente relève de plus en plus d'une espèce de norme que les Congolais justifient par plusieurs prétextes.

Le retard est ancré dans nos habitudes et fait partie d'un malaise collectif. Si l'on n'aperçoit pas aussitôt l'impact du syndrome de l'imponctualité sur la vie, ce qui est sûr, il est improductif, brise le travail d'équipe, en somme contraire au développement et traduit l'absence patente de discipline individuelle et collective.

Alors que nous essayons d'aborder la question dans ce numéro, l'exercice est évidemment loin d'être exhaustif. En jetant ce pavé dans la mare, il s'agit tout simplement d'une remise en cause d'un sujet qui fait couler tant d'encre mais qui s'enracine chaque jour au gré d'a priori et sans issues. Pourtant être en retard peut se corriger. Se respecter et se réconcilier avec sa montre est sans doute le début d'une mutation que l'on sait difficile, mais pas impossible.

Les Dépêches du Bassin Congo

LE CHIFFRE

« 12 »

C'est le nombre de milliards que va allouer la Banque mondiale dans les jours à venir à de nouveaux projets destinés à répondre à la crise alimentaire dans le monde. La majorité des ressources ira aux pays d'Afrique, du Moyen-Orient, d'Europe de l'Est et d'Asie centrale et du Sud. Ces budgets devront soutenir l'agriculture, la protection sociale pour amortir les effets de la hausse des prix des denrées alimentaires, et favoriser des projets d'approvisionnement en eau et d'irrigation.

PROVERBE AFRICAIN

«La vie quotidienne est une école de courage».

LE MOT

« REMUGLE »

□ *Issu du norvégien mygla qui veut dire « moisissure », le mot « remugle » est l'expression d'une odeur désagréable qu'exhale un corps qui a été enfermé dans un endroit humide*

IDENTITÉ

« LEYLA »

Prénom féminin d'origine arabe, Leyla est dérivé de « Laylâ » qui signifie « la compagne de la nuit », symbole de fidélité. Dotée d'une personnalité très affirmée, Leyla tend à se montrer protectrice et dévouée. Elle est passionnée de l'art et du sport. En effet, en plus d'être passionnée, elle est également ambitieuse et ne renâcle pas à la tâche. Ce qui la caractérise, c'est sa bienveillance, son altruisme et sa générosité envers son entourage.

LA PHRASE DU WEEK-END

« La réussite n'est pas finale et l'échec n'est pas fatal. Le plus important est de continuer. »

- Jean-Michel Mbono -



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

Secrétaire général des rédactions :

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé
Service Afrique/Monde : Yvette Reine Nzaba (chefe de service), Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

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

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

MAQUETTE

Eudes Banzouzi (Chef de service)

PAO

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

INTERNATIONAL

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

ADMINISTRATION ET FINANCES

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

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

Administration des ventes: Marina Zodialho,
Sylvie Addhas

Commercial Brazzaville :

Erhiade Gankama
Commercial Pointe-Noire : Méline Eta Anto
Chef de service diffusion de Brazzaville :
Guylin Ngossima
Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,
Irin Maouakani, Christian Nzoulani
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel 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 pré-press : 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, Epiphanie Mozali
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

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

ADIAC

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

Portrait

Kris Pannecoucke, un autre regard sur l'Afrique

Né sur les berges du fleuve Congo, Kris Pannecoucke, d'origine belge, est un photographe et vidéaste qui est parvenu à saisir l'âme du grand Congo au travers de son objectif. Portrait de l'invité spécial du festival Kokutan'Art qui se tient du 27 mai au 1er juin, à l'Institut français du Congo de Brazzaville.

Léonard De Vinci, peintre et savant italien, a déclaré que « *Celui qui aime va à la chose aimée comme les sens vont à la chose sensible* ». Sensibilité est le mot qui reste à l'esprit quand on rencontre Kris Pannecoucke et quand on découvre son art. Tout comme l'on peut aussi dire qu'« *une image vaut mieux que mille mots* », un adage qui trouve ici tout son sens tant Kris arrive à traduire l'indicible au travers de ses clichés. L'on ne saurait déterminer si c'est Kris qui a choisi la photographie ou si c'est la photographie qui l'a choisi. En effet, bon gré mal gré des études supérieures en communication et photographie, Kris avoue qu'il n'en retirera pas grand-chose, se considérant plus autodidacte que le produit d'une formation formelle.

Son premier contact avec la photographie se déroule à l'âge de 9 ans lorsque son père lui met un appareil photo entre les mains, et même si le déclic ne se produit pas à ce moment-là, le cheminement, lui, se fait doucement vers une véritable évidence.



Kris Pannecoucke, artiste photographe/DR

Passionné de voyage, Kris qui a rejoint la Belgique avec ses parents souhaite retrouver son Congo natal et les berges de ce fleuve qui a marqué les premières années de sa vie.

Au fil de ses navettes entre les deux continents, l'Europe et l'Afrique, Kris photographie la République démocratique du Congo (RDC), notamment le fleuve Congo, en ses

fil et dans ses scènes de vie courante qu'il arrive à capter dans toute leur authenticité. Lorsqu'on lui demande comment parvient-il à s'immerger complètement dans ces scènes pour les photographier avec tant de vérité, de fidélité, de justesse, il répond qu'« *il faut parvenir à se rendre invisible* ». Parvenir à se rendre invisible avec une différence de peau qui ne passe pas inaperçue laisse interrogateur. Pour se rendre invisible, Kris use de patience, de beaucoup de patience, d'énormément de patience pour tisser des liens de cœur, des liens de l'âme. Une fois qu'il n'est plus considéré comme un « étranger », sa présence passe pour naturelle et les clichés en trouvent toute leur teneur.

Ce travail qui s'étale sur le temps et qui n'est pas réductible à un simple travail technique mais qui trouve sa valeur ajoutée, sa valeur prisee, dans le contact humain, a valu à Kris d'être sollicité pour des collaborations avec les plus grands magazines de découverte tels que « National Geographic Magazine », « l'Obs »

ou « Arte ». En tant qu'observateur privilégié de l'intime congolais, Kris ne souhaitait pas dépendre de ce pays-continent comme une terre de misère bien qu'on ne puisse pas ignorer cette douloureuse réalité. Il voit au travers de ses voyages en Afrique en général et en RDC en particulier un continent et un pays qui débordent de créativité et qui sont animés de débrouillardise.

Dans son livre photo intitulé « *Fleuve Congo River* » publié à Picha Éditions, en 2017, l'on voit ce contraste entre dureté de la vie et créativité, beauté et expressivité. Invité spécial du festival Kokutan'Art, Kris Pannecoucke, dont l'art a le mérite d'être engagé, espère contribuer à son échelle et à sa manière à une prise de conscience des problématiques auxquelles des millions d'individus sont confrontés chaque jour dans leur quotidien mais aussi rappeler à chacun la beauté et la simplicité de la vie, quand on se laisse porter par son mouvement.

Princilia Pères

Parcours artistique

Guer2vie, du slam au théâtre

On connaît, peut-être, Guer2vie la slameuse, mais connaît-on la comédienne ? L'artiste congolaise sera une fois de plus à découvrir sur les planches le 24 mai, à l'Institut français du Congo (IFC) de Brazzaville, lors de la représentation de la pièce « *L'Afrique est morte ce soir* ».

Aux cordes d'autrice et de slameuse de Guer2vie, il faut désormais ajouter celle de comédienne. « *L'Afrique est morte ce soir* », dans laquelle elle jouera le 24 mai, n'est pas sa première apparition au théâtre. En effet, en 2018, Guer2vie goûtait au plaisir des planches grâce à un rôle décroché pour jouer dans la pièce « *La gueule de rechange* » de Soni Labou Tansi, mise en scène par Harvey Massamba de la compagnie Tsala.

Pour cette nouvelle pièce, la compagnie Les rideaux

des lianes était à la recherche d'une comédienne pour un second rôle devant représenter Martha. Son premier passage sur les planches ayant marqué les esprits, c'est tout naturellement que Guer2vie s'est faite recommandée par son premier metteur en scène au théâtre, à savoir Harvey Massamba, qui incarne notamment le premier rôle, celui de Georges, dans « *L'Afrique est morte ce soir* ». Et avec beaucoup d'enthousiasme, elle n'a pas hésité à bondir sur l'occasion.

« *Je ne m'imaginai pas faire du théâtre en dehors du slam. C'est peut-être parce que je ne savais pas tout ce que cela représentait jusqu'à ce que je regarde le théâtre sous un autre angle et là j'ai su que je ne pouvais pas dissocier les deux. Les deux arts, le théâtre et le slam,*

me complètent tellement et ils font de moi une artiste », a confié Guer2vie.

Cette pièce raconte l'histoire d'un couple universitaire africain dans la quarantaine qui invite pour un dernier verre un jeune couple, qui est loin de se douter de ce qui va se passer. Car Georges et Martha ont des jeux pervers qui n'épargnent personne... « *Jouer dans cette pièce est une très belle expérience qui m'a permis de me dépasser, de repousser mes limites, d'aller rechercher mes émotions les plus enfouies. La carrière de comédienne avait, certes, débuté mais là elle prend une toute autre tournure* », affirme l'artiste congolaise.

« *L'Afrique est morte ce soir* » est une œuvre d'Edward Albee et pour ce spectacle, elle a été mise en scène par Bernard Sallé, dramaturge, auteur, metteur en scène et réalisateur fran-



Guer2vie, artiste slameuse et comédienne congolaise/DR

çais ayant acquis la nationalité congolaise depuis 2009. Aux côtés de Guer2vie, outre Harvey Massamba, on retrouvera également Asira et Bienvenu Makita. Pour ce rendez-vous, l'artiste invite le public brazzavillois à y

venir nombreux. « *Que chacun en suivant cette pièce y trouve sa part de vérité. Mais je dirai surtout que l'art nous parle !* », a lancé Guer2vie à l'endroit du public.

Merveille Jessica Atipo

Salon du cinéma africain

Mettre à l'honneur le potentiel du continent noir

Organisé du 16 au 26 mai, le pavillon Afriques s'inscrit dans le cadre des manifestations du festival de Cannes. Ce salon du cinéma africain aura pour objectif de montrer les évolutions du septième art sur le continent africain, et de discuter des moyens pour améliorer sa qualité et sa rentabilité commerciale.

Organisé depuis quatre ans par Karine Barclais, en partenariat avec l'Organisation des Nations unies pour l'éducation, la science et la culture et l'Organisation internationale de la francophonie, le pavillon Afriques revient cette année pour sa troisième édition consécutive, à l'occasion du festival de Cannes. Au cours de ce salon, plusieurs thématiques seront abordées, dont donner à l'industrie cinématographique d'Afrique et de sa diaspora les moyens de s'approprier son avenir ; le rôle de la critique dans le développement du cinéma africain ; promouvoir les talents d'Afrique et de sa diaspora par la connaissance ; encourager les coopérations régionales et internationales.

Le pavillon Afriques 2022 sera d'un succès éclatant, tant par la qualité des intervenants que pour les opportunités et des cocktails qui sont proposés, à savoir des masters classes, formations, tables rondes, présentation des pays, forums sur la co-production, sessions de pitch de projets, projections. « Au-delà d'un projet, le pavillon Afriques est un outil de promotion du cinéma d'Afrique et de sa diaspora



ra. Il repose sur deux piliers, les professionnels du cinéma à qui nous proposons de solutions de monétisation, de la formation, des contacts avec des investisseurs et, les pays que nous invitons à faire des présentations pour montrer leurs atouts et attirer des productions étrangères », a expliqué Karine Barclais, initiatrice de ce pavillon.

Pour cette troisième édition, l'Afrique va de nouveau se conjuguer au pluriel avec ses diasporas pour présenter au monde potentiel cinématographique du continent et d'ailleurs toute sa richesse. Ce pavillon Afriques, comme l'explique son initiatrice, est la première tente au marché du film consacré exclusivement au commerce du contenu télévisuel et cinématographique africain et de ses diasporas. Son ambiance est de créer une plateforme internationale permettant aux professionnels de l'industrie du film venant d'Afrique et de ses diasporas de présenter leur travail, leurs aspirations, discuter de leurs attentes et de leurs futurs projets.

« Les fonds manquent pour créer des contenus plus ambitieux.

Des sessions de pitch de projets auront lieu cette année devant des investisseurs potentiels. J'espère vraiment que certains projets trouveront un financement. Les cinémas qui fleurissent actuellement sur le continent passent très peu de films africains, donc les débouchés sur un réel problème pour les cinéastes qui veulent que leurs films soient vus », a déclaré Karine Barclais.

Partie intégrante du festival de Cannes, le marché du film en est le bras commercial, le plus grand rassemblement international des professionnels du secteur du septième art. Vendre et acheter des films, trouver des financements ou des distributeurs, nouer des partenariats, mettre sur pied des co-productions, sont autant de possibilités offertes aux professionnels par ce pavillon. En faire partie est une occasion pour les participants de montrer le dynamisme de leurs structures, de promouvoir des échanges avec le public ciblé, de bénéficier d'une couverture médiatique et d'avoir un impact fort au niveau régional, national et international.

Cissé Dimi

Appel à projets Tènk/Mediapart

Ouverture des dépôts le 23 mai

Pour la quatrième fois, Tènk et «Mediapart» s'associent afin de soutenir trois à quatre projets de documentaires de création autour d'enjeux politiques, sociaux et écologiques contemporains. Le dépôt des dossiers se fera du 23 mai au 20 juin.



Depuis 2016, Tènk, plateforme de diffusion de documentaires d'auteur et «Mediapart», journal d'information numérique, indépendant et participatif, travaillent ensemble à la visibilité du cinéma documentaire. Cette année, ce soutien à la création est ouvert aux cinéastes professionnels du monde entier. Pour postuler, le réalisateur ou société de production est invité à remplir un formulaire qu'il signera avant de renvoyer aux organisateurs. Ce, en plus d'autres éléments à fournir tels le dossier artistique (résumé ; note d'intention ; note de production ; traitement ; éventuellement un séquenceur court) ne dépassant pas trente-cinq pages hors photos ; le plan de financement et le budget prévisionnel détaillés précisant les financements déjà acquis ; tout autre élément audio ou filmé qui apporte un plus à la présentation ; les CV de ou des auteurs et le(s) catalogue(s) de la (des) structure(s) de production ; un contrat d'option ou de cession de droits liant le réalisateur et la société de production déposant la demande.

Selon les organisateurs, les films sélectionnés bénéficieront d'un préachat de droits de diffusion de Tènk compre-

nant un apport numéraire et une résidence aux Studios de Tènk à Lussas, en Ardèche. Ce préachat de droits de diffusion de Tènk comprend notamment un apport en numéraire compris entre 3 000 et 4000 euros, selon le nombre de films soutenus ; un apport en industrie déterminé en fonction de la durée et des besoins du film, à savoir jusqu'à neuf semaines de mise à disposition d'une salle de montage, jusqu'à cinq jours de mise à disposition d'une salle d'étalonnage et jusqu'à douze jours de mise à disposition d'une salle de montage son. « En cas de sélection, le détail de cet apport fera l'objet d'une discussion et d'une validation entre Tènk et la production. Les salles de post-production se situent à Lussas, en Ardèche. L'hébergement et le transport restent à la charge de la production. Les films soutenus seront diffusés sur Mediapart (accessible à l'ensemble des abonnés de Mediapart) et sur Tènk », souligne le communiqué diffusé par les responsables de cet appel à projets. Rappelons que la date limite de candidature est fixée au 20 juin. L'annonce des sélections se fera le 26 août.

Merveille Jessica Atipo

Célébration du mois de l'Afrique

YouTube annonce une série d'événements

Le troisième concert annuel « YouTube Africa Day » se tiendra le 25 mai à Lagos, au Nigeria, en vue de célébrer le mois de mai, consacré à l'Afrique.

Organisé en partenariat avec l'acteur et musicien britannique Idris Elba, le YouTube Africa Day Concert se veut un événement grandiose, diffusé en direct sur cette plateforme. Grâce à la participation des plus grands noms de la scène afropop, ce concert panafricain envisage d'utiliser la musique comme plateforme de mise en valeur de la culture continentale. En plus de ce concert, YouTube annonce une série d'événements tout au long du mois, réaffirmant son engagement à développer l'écosystème des créateurs africains tout



Des artistes musiciens africains/DR

en mettant en lumière les créateurs qui animent l'industrie musicale du continent. Il vise également à aider les participants à développer des audiences dans le monde entier tout en générant des revenus. La série verra les auteurs-compositeurs, producteurs et créateurs de contenu en herbe de toute l'Afrique subsaharienne recevoir un soutien sous la forme de formations et d'ateliers virtuels et en présentiel pour améliorer leurs compétences ainsi que pour faire évoluer et développer leurs chaînes. Ceux-ci incluent un atelier vir-

tuel Creator 360, qui permettra la collaboration et le partage de compétences entre les créateurs de contenu, et des ateliers Creator Day dirigés par des experts de l'industrie.

Dans la même veine, YouTube entend également animer des ateliers dans le cadre de son programme « Future Insiders » pour donner aux producteurs et auteurs-compositeurs en herbe une formation pratique. Des producteurs de musique tels que Sarz et Musa Keys sont confirmés comme facilitateurs. « Nous sommes extrêmement fiers de fournir une plateforme qui partage la créativité de l'Afrique avec le reste du monde », a déclaré Alex Okosi, directeur

général de YouTube Europe, Moyen-Orient et Afrique pour les marchés émergents.

« De la musique, de la mode et de la beauté aux dernières tendances, YouTube joue un rôle important dans l'émergence et l'expression des histoires culturelles uniques de l'Afrique auprès des publics locaux et mondiaux. En commémorant le mois de l'Afrique à travers ces initiatives percutantes, nous continuons à mettre en lumière et à élever le travail des créateurs

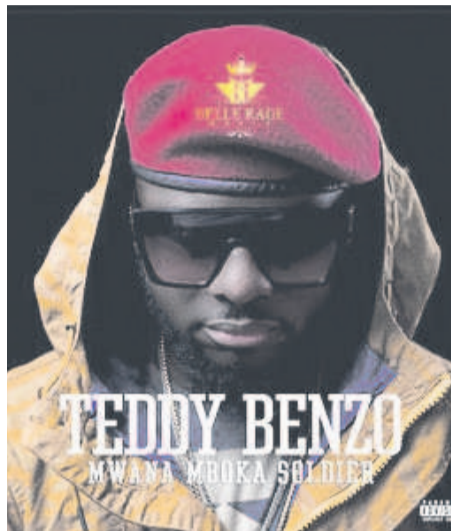
et des artistes qui sont à l'avant-garde de l'explosion créative du continent », a-t-il poursuivi. Plus tôt cette année, YouTube a nommé vingt-six créateurs du Kenya, du Nigeria et d'Afrique du Sud et cent trente-cinq autres du monde entier dans la classe des créateurs de voix YouTubeBlack 2022. Les créateurs bénéficieront d'un fonds de cent millions de dollars et d'un soutien dédié pour les aider à développer leurs chaînes et à prospérer sur la plateforme YouTube.

Chris Louzany

Musique

Teddy Benzo en tournée médiatique pour « Mwana mboka soldier »

L'artiste rappeur et entrepreneur congolais Teddy Benzo est actuellement en tournée médiatique afin de promouvoir son deuxième album intitulé « Mwana mboka soldier ».



Disponible depuis quelques semaines, « Mwana mboka soldier » arrive sur le marché du disque huit ans après le premier album de Teddy Benzo, « Illegal ». Cet opus de dix-sept titres marque déjà son emprunte dans l'univers musical congolais.

Après le lieu où il est basé, Teddy Benzo est à Brazzaville depuis le 14 mai pour vulgariser et faire connaître son produit à travers les médias de la ville capitale. Caractérisé par sa diversité de styles et par les différentes thématiques abordées, « Mwana mboka soldier » est une véritable

joaillerie musicale. Il combine, en lui seul, plusieurs grands noms du rap congolais.

Le patron du label Bellrage Music, Teddy Benzo dit Mobola Tetu ou Mwana mboka, estime que cet album déjà disponible sur toutes les plateformes de téléchargement légaux prêche l'unité et la prise de conscience de la jeunesse. Avec les chansons comme « Big papa », « Africain », « Tia lokolo », « Sésé Séko » ou « Etali yo », Teddy Benzo prouve, à nouveau, son talent et son intelligence artistique.

Le Space man- Mutu ya zulu est, en effet, l'une des figures emblématiques du hip-hop congolais, notamment de la ville de Pointe-Noire. Il a débuté avec le rap en 1990 avant de faire un tour au Gabon puis en Afrique du Sud grâce à sa deuxième passion, le basketball. De retour au Congo, il a lancé le label Bellrage Music, structure ayant facilité la sortie de son album « Illegal ». Quelques années après, Teddy Benzo a encore frappé en chantant avec le rappeur Quincy Alfred.

Rude Ngoma

Extra Musica nouvel horizon annonce une tournée européenne

Sonor Digital et le groupe Extra Musica nouvel horizon continuent leur conquête au-delà des frontières africaines. Pour la tournée européenne qui le conduira dans trois pays et six villes, le groupe musical congolais garantit au public l'ambiance, le plaisir et d'autres surprises.

Après Bouaké, en Côte d'Ivoire, en mars dernier, le groupe extra Musica nouvel horizon se lance désormais à l'assaut du continent européen pour une tournée dénommée « Europe tour concerts live ». Cette tournée inédite le conduira dans trois pays dont la France, la Suisse et l'Allemagne, avec des dates et salles bien précises. Ce périple d'un mois débutera le 11 juin à Paris, dans la salle Cabaret sauvage. Une semaine après, le groupe se rendra en Allemagne dans la ville de Frankfurt où il se produira le 18 juin dans la salle La villageoise. Huit jours plus tard, il reviendra en France pour se produire à Lyon, le 25 juin, dans la salle Squash et le 2 juillet à Dijon, commune de la France, chef-lieu de la Côte d'Or, de la région administrative la Bourgogne. Le marathon se poursuivra le 9 juillet en Lausanne, en Suisse. Avec son style combinant sèbene, rumba, ndombolo et un peu du coupé-décalé, le groupe séduira le public tant par son alchimie que par son énergie débordante. Sa musique et ses voix exceptionnelles vont livrer douceur et émotion, pour plonger ainsi le public qui sera à ses prestations dans les airs de son Congo natal, comme il a toujours l'habitude de le faire. Cette flexibilité vocalique donnera la capacité à l'orchestre de conquérir d'autres horizons à travers le monde. Extra-Musica nouvel horizon mettra à l'honneur le Congo et l'Afrique lors de cette



tournée inédite. Aussi, cette machine à musique qui connaît depuis un certain temps un buzz grandissant dans le monde présentera au public des villes précitées l'exclusivité de ses chansons contenues dans l'album « Vision », dont certaines défraient la chronique.

Aussi, le public découvrira lors de cette tournée la guitare entêtante de Sonor Digital, dont personne ne pourra s'empêcher de bouger le corps; cette guitare qui remet au goût du jour la recette de son ancien groupe Extra-Musica Zangul. Dirigé par Sonor Digital, Extra Musica Nouvel Horizon a été créé en 2019 par Sonor Digital, Ramatoulaye, Zaparo de guerre, Dido Senga, Kassoul, tous sortis du groupe Extra Musica Zangul.

Cissé Dimi

Prix Fondation Merck 2022

L'appel à candidatures ouvert jusqu'en juillet

Avant le 30 juillet prochain, la Fondation Merck, en partenariat avec les premières dames d'Afrique, annonce aux étudiants et aux nouveaux talents potentiels d'origine africaine dans les domaines tels que les médias, la musique, le design de mode et le cinéma, l'ouverture des appels à candidatures de ses huit prix.

Selon la présidente et directrice générale de la fondation Merck, le Dr Rasha Kelej, les candidatures devront leur parvenir via l'adresse mail « submit@merck-foundation.com ». En plus, les produits et créations des participants doivent être conçus dans quatre différentes langues, à savoir l'anglais, l'arabe, le français et le portugais.

La première récompense en lice est le prix de reconnaissance des médias africains de la Fondation Merck « Plus qu'une mère ». Elle est destinée aux étudiants et représentants des médias. Leurs travaux devront porter sur la stigmatisation de l'infertilité, l'éducation des filles, l'autonomisation des femmes, le mariage des enfants, la suppression des mutilations génitales féminines et/ou la violence ayant pour base le

genre à tous les niveaux.

Le deuxième prix, dénommé Merck Foundation Film Awards « Plus qu'une mère », concerne les cinéastes africains, les étudiants en cinéma ou les jeunes talents du continent. Il invite les participants à créer et à partager un long ou un court métrage, à caractère dramatique, documentaire ou docu-drame pour délivrer des messages forts et influents sur un ou plusieurs des problèmes sociaux. Le troisième prix « Merck Foundation Fashion Awards, Plus qu'une mère » privilégie les étudiants et les créateurs de mode africains. Ces derniers sont invités à créer et à partager des produits censés délivrer des messages forts et influents sur les réalités de la société africaine.

Le quatrième, « Prix de la chanson de la Fondation Merck, Plus qu'une mère », est ouvert aux chanteurs et artistes musiciens africains. Merck Foundation Media Recognition Awards 2022 « Diabète et hypertension » est l'apanage des représentants des médias. En effet, ils sont encouragés à proposer des produits permettant de promouvoir un mode de vie sain et de sensibiliser à la prévention et au dépistage précoce du diabète et de l'hypertension.

Merck Foundation Film Awards 2022 « Diabète et hypertension », sixième prix en lice, cible les cinéastes, étudiants et jeunes talents africains évoluant dans le domaine de la cinématographie dont l'objectif est de proposer des travaux portant sur la sensibilisation des mala-



Dr Rasha Kelej, présidente et directrice générale de la Fondation Merck/DR

dies populaires comme le diabète et l'hypertension.

Les septième et huitième prix dénommés Merck Foundation Fashion Awards 2022 « Diabète et hypertension » et Merck Foundation Song Awards 2022 « Diabète et hypertension » concernent tous

les étudiants et créateurs de mode africains ainsi que chanteurs et artistes musicaux africains pour cette problématique sanitaire.

Notons que le montant forfaitaire alloué à chacun des huit prix s'élève à 1000 dollars.

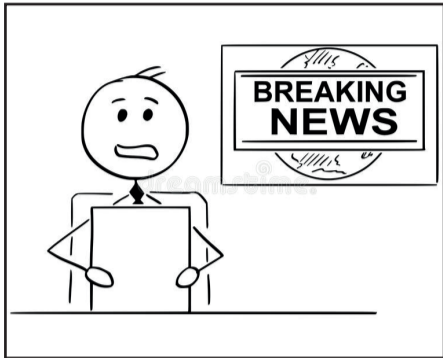
Chris Louzany

Média

Breaking News. Ceci n'est pas un fake !

Restez informés mais attention, entre fake, vrake, deep fake, tout ce que l'on vous dit n'est pas parole d'évangile et ce n'est pas forcément une good news.

Comment se perdre et se retrouver dans l'information qui surgit en mode continu à la télévision, à la radio, dans la presse ou sur les réseaux sociaux ? Pour un public non averti, commençons par le début et le plus simple. Il est facile, en effet, de comprendre et de traduire ce que sont les « Good news » [Les bonnes nouvelles] ou, à contrario, les « Bad news » [les mauvaises nouvelles]. Venons en maintenant aux « Breaking news » que l'on peut traduire indifféremment par dernières nouvelles ou nouvelles de dernière minute. Utilisées principalement en télévision, elles viennent généralement entrecouper un programme existant lorsqu'un événement d'actualité est jugé important. Jusque là, tout va bien, oui mais... Tout ce qui peut être dit n'est pas obligatoirement paroles d'évangile. Il existe, plus que jamais, les « Fake news », appelées également infox [Contraction de info et intox] qui sont, quant à elles, des nouvelles mensongères dont la diffusion est destinée à manipuler ou tromper le public. Pas cool ! A quel saint se vouer, me direz-vous lorsque l'on sait qu'il existe également les « Vrake news » ! Allons bon, ces quoi ces histoires ? Je vous explique : La « Vrake news », qui



contracte les termes « vrai » et « fake », est un néologisme pour définir une information vraie mais désignée comme fausse pour travestir le réel à son propre avantage. Oui, ce n'est pas du joli-joli ! Mais allons encore plus loin avec le « Deep fake », abréviation de Deep learning, qui est une technique de synthèse multimédia reposant sur l'intelligence artificielle. Elle peut servir à superposer des fichiers vidéo ou audio existants sur d'autres fichiers du même type. Ce trucage hyper sophistiqué, et plus vrai que nature, génère ainsi à sa guise manipulation, désinformation, s'abaissant parfois à l'humiliation et diffamation et s'avère être un média synthétique dangereux.

Philippe Edouard

Lire ou relire

« A l'orée de ma quête » de Renaud Kouoma Kobi

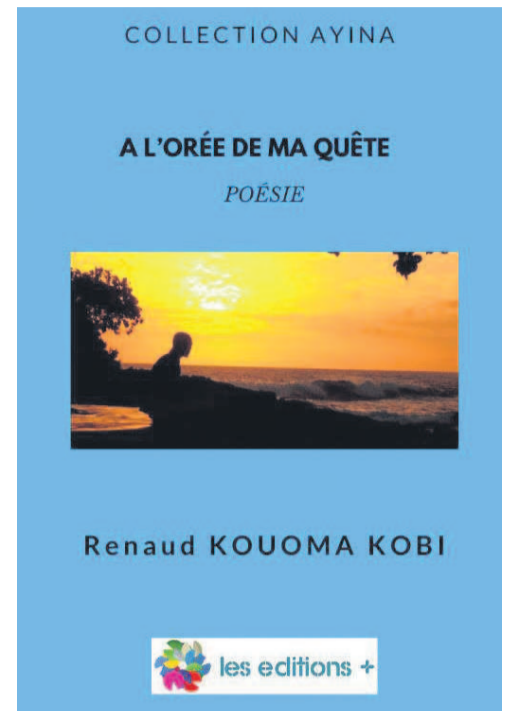
Publié aux Editions+ et préfacé par Auguy Ibang, le recueil de poésie de Renaud Kouoma Kobi est l'expression de son attachement à sa terre natale.

Le Congo, patrie de l'auteur, est la source inspiratrice des différents textes poétiques du recueil. Profitant d'errance solitaire, Renaud Kouoma Kobi s'arme de sa plume pour réécrire l'univers de son enfance. Le fruit qui en découle est une mélodie d'espoir. Car, c'est par un effort de réminiscence qu'il peint, à la manière des fresques, la trame de son vécu et de toutes les créatures mirobolantes qui l'ont marqué dans le temps. Des hommes aux paysages, cette description pittoresque enchante par une imagerie langagière qui procure des sensations diversifiées.

L'absence des siens et l'odeur mirifique au bord du fleuve Kouyou, dans la belle plaine d'Ottalla, stimulent la verve du poète. Il remonte son arbre généalogique pour plaindre les vilénies d'aujourd'hui. Avec les chants des carabines qui remplacent les chants des criquets, ou les larmes d'innocents qui semblent noyer les larmes d'amitié et de fraternité. Et pourtant, la contemplation des eaux des rivières, des fleuves et de l'océan nourrit une conviction certaine que tout est éphémère, les souffrances comme les plaisirs, que tout se renouvelle à l'image des saisons, du printemps à l'hiver.

« *Matin des Roses/ Matin qui réinvente le printemps/ Pour éliminer les fumées de l'hiver/ Dans un combat sans merci des lois de l'univers/ Qui pourrait repeindre les murs en vert. (...) Matin couronné de joie/ Et d'espoir/ Où l'espérance n'est plus teintée de noir/ Tout transite par le chemin de l'entonnoir/ Pour s'émerger vraiment de tous les déboires* », écrit le poète.

Seulement la nuit nous est décrite avec d'autres réalités assez lugubres, lorsque la délinquance juvénile fait obstacle au déploiement de l'art poétique. « *Dès le premier chant de l'obscurité*



J'affronte la page des aventures inachevées/ Dans la pure irascibilité de Massengo/ Pour un pur labeur à Bacongo. (...) Les bébés noirs créent le tohu-bohu/ Je perds les accords de ma guitare/ Pour chanter l'hymne national des polars », s'insurge-t-il.

Renaud Kouoma Kobi est un ancien enfant de troupe de l'Ecole militaire préparatoire général Leclerc. Il signe par ce recueil son second ouvrage.

Aubin Banzouzi

Les immortelles chansons d'Afrique

« Eve » de Monza 1^{er}

« Eve » est l'une des œuvres emblématiques de Monza 1^{er}, lui permettant d'asseoir sa notoriété dans la scène musicale congolaise.

Parue sous l'impulsion des éditions Gina Zaïre, la chanson a commencé par inonder les ondes de la radio et les écrans de la télévision zaïroise avant de déferler à Brazzaville où son impact a été considérable. Enregistré au studio Madeleine à Paris, en France, ce tube sort en 1985 en format 45 tours sous la référence GN 17. C'est au sein de l'orchestre Choc stars que l'artiste signe ce morceau impérissable.

C'est l'expression d'un homme épris d'une jeune fille qui se montre capricieuse, malgré toutes les stratégies qu'il met en place pour la conquérir. Elle profitera d'une banale discussion pour se fâcher contre son amoureux. Dans un premier temps, l'homme qui se sent lésé s'enflera d'orgueil. N'ayant pas la force de lui résister, il finira par la supplier en ces termes : « *Zonga Evé bolingo nzoto ekomi kolenaga na vie oyo mama simba ngai simba ngai tokende oye aye o Eve bolingo* ». Approximativement, on peut comprendre : « *Reviens Evé mon amour car mon corps est en train de trembler dans cette vie où*



je me retrouve seul, chérie prends ma main, marchons ensemble ».

Cette chanson s'ouvre par une séquence instrumentale suivie de la première partie chant. Ensuite, intervient la deuxième constituée d'un refrain et de trois couplets et enfin la partie animation dans laquelle Ditutala explose. Signalons que dans la première partie, Monza 1er chante en homophonie, alors que dans la deuxième il est

soutenu par un chœur polyphonique composé de Koffi Alibaba, Adoli Bamweniko et le général Défao. Sédjo kha est à la guitare solo, Dada Kombe assure la basse, Carrol Mankamba exécute la guitare rythmique, Otis Edjudju la batterie et Epineron Makiese la percussion

Né en 1957, Bakanzo Monza, dit Monza 1^{er}, avait devant lui une carrière musicale très prometteuse qui s'est brutalement achevée en laissant les mélomanes dans une profonde douleur avec son décès survenu en 1990. Sa notoriété s'est accrue dans Choc stars. Selon Ben Nyamabo, « *après le succès de « Evé » et de « Malé », Monza commença à devenir indiscipliné. Il venait aux répétitions aux heures qu'il souhaitait. Cela m'avait poussé à le révoquer de l'effectif des chanteurs de Choc stars* ». Monza quittera le navire Choc stars pour créer, en 1986, les Stars Magnats. Cette année-là, il sortira deux albums « Fleur du lac » et « Melina ». En 1987, grâce au label Aswe Record, il enregistrera l'album « The top » et signera aussi, sous la férule du label VDE, l'album « Rumba Rock » avec l'accompagnement de l'orchestre Black-White.

Frédéric Mafina

Cinéma

« Injustice », un film contre la corruption et la mauvaise gouvernance

Construit comme un véritable thriller politique, le long métrage « Injustice », sorti le mois dernier, dénonce les névroses d'une société africaine bloquée, caractérisée par la corruption, la tyrannie, le dysfonctionnement et la mauvaise gouvernance.

Le long métrage du réalisateur béninois Gabriel Agbahonou met en scène Isaac Houeto, un homme âgé de 40 ans détenant une boutique dans un quartier populaire de Ghani, à Cotonou, convoité par un homme d'affaires riche étranger, Alain Deschamps, dont les ambitions sont de détruire une grande partie du quartier pour construire des centres commerciaux de haut standing. Mais le maire de la ville, Ernest Koffi, s'oppose à cette décision à la veille des élections municipales. « L'art du dialogue m'interpelle depuis quelques années à plus d'un titre. C'est vraiment fastidieux d'écrire de bons dialogues et moi je suis de la nature à aller vers le genre qui semble le plus difficile. L'autre défi, c'était d'écrire des dialogues qui révèlent des questions

qui touchent à la municipalité, le nouveau type de gestion décentralisée des pouvoirs publics dans les Etats africains », a expliqué Gabriel Agbahonou. Par ailleurs, comme le détaille le film, Carole Houeto, journaliste et rédactrice en chef à la télévision nationale, va mener des investigations sur le dossier avec sa collègue Jessy Lawson. Cette dernière découvre une affaire qui entache la réputation du maire Ernest Koffi et confie les preuves à Carole. Alain Deschamps, informé de la situation, décide par tous les moyens de récupérer les preuves en vue de faire chanter le maire. Dans ce bras de fer, l'univers d'Isaac Houeto et de sa famille s'effondre. A Ghani, la population aide Isaac à s'évader et, depuis sa cachette, il décide de retrouver les vrais cou-

pables afin que justice soit faite. « En écrivant ce film, j'avais constamment à l'esprit cette pensée de l'écrivain Albert Camus. J'ai compris qu'il ne suffit pas de dénoncer l'injustice, il fallait donner sa vie, pour la combattre. Ce combat ne devrait pas se limiter qu'au verbe, mais beaucoup plus à l'action, même s'il faut y perdre son âme », a déclaré Gabriel Agbahonou. Ce film raconte l'histoire dans laquelle se mêlent drame, suspense et action. Pour le réalisateur, l'injustice est l'un des principaux maux qui minent particulièrement le continent africain. Ce phénomène est à la base de plusieurs inégalités flagrantes observées aujourd'hui dans la société. Comme l'explique le réalisateur, si l'on n'y prend



pas garde, cela peut conduire à la haine, au terrorisme et à la guerre. La question qu'il pose est celle de savoir comment combattre l'injustice sans rentrer soi-même dans ce cercle vicieux. Tourné par une équipe professionnelle originaire de trois pays, dont le Bénin, le Togo et la France, le film met aussi en exergue la cohabitation de différentes régions. « Je suis convaincu que la cohabitation pacifique entre les ré-

gions est un bien inestimable pour la paix. Dans ce film, nous avons créé une fraternité forte de plusieurs régions dans un climat de respect et de confiance réciproque », a souligné Gabriel Agbahonou. Ce long métrage du réalisateur béninois Gabriel Agbahonou est sorti le 27 avril dernier. Il est programmé pour faire le tour de l'intégralité des salles Canal Olympia dès le 27 mai.

Cissé Dimi

Voir ou revoir

« Je suis toutes les filles » de Donovan Marsh

Film puissant inspiré de faits réels, « Je suis toutes les filles » aborde la réalité du viol, de séquestration et du trafic des enfants sur fond d'enquête policière et de dénonciation des violences faites aux femmes et de leurs conséquences d'un point de vue psychologique.



Production Netflix, le film « Je suis toutes les filles » est sorti en 2021 et dure environ 1h 47 min. Le récit se déroule à Johannesburg, en Afrique du Sud. Jodie Snyman, une détective, enquête sur une série de meurtres impliquant des hommes riches et influents du gouvernement. Durant son investigation, elle découvre alors qu'un tueur en série venge des jeunes filles séquestrées et violées en éliminant, un par un, les hommes qui ont participé aux enlèvements, aux meurtres et aux trafics de ces victimes. Toute l'ossature du film s'articule autour du périple de Jodie Snyman, déterminée à faire tomber ce réseau de pédophiles impliquant de grandes personnalités

de l'Etat sud-africain.

Ce film, c'est en quelque sorte le combat de deux femmes avec le même objectif, mais pas avec les mêmes méthodes, à savoir Jodie et la tueuse en série. Ce thriller policier se rapproche beaucoup de l'histoire de Gert van Rooyen, un pédophile et tueur en série sud-africain, qui avait enlevé deux filles âgées de 10 et 13 ans en 1979, et qui les a ensuite agressées sexuellement. Condamné à quatre ans d'emprisonnement et libéré après n'avoir purgé que les trois quarts de sa peine, l'homme réitérera à partir de 1988 et fera six victimes au moins, dont les corps n'ont jamais été retrouvés.

Si le sujet de la traite des femmes

et notamment des mineures, que ce soit pour de la pédocriminalité ou de l'esclavage comme ici, voire pour le trafic d'organes ou la servitude sexuelle, est un sujet tabou et rare, « Je suis toutes les filles » délie les langues et ouvre le débat sur cette réalité crue dont les conséquences s'avèrent désastreuses tant sur le plan physique que sur le plan psychologique. Avec habileté et intelligence, il se situe à la frontière entre le polar classique et le revenge movie.

Avec une mise en scène et une réalisation haletante mêlant des plans larges de toute beauté, ce long-métrage traite avec beaucoup de justesse le rapport contexte politique et fait social robuste. Cependant, on lui reproche de dévoiler trop vite l'identité du tueur. Ce qui enlève un peu de mystère à « Je suis toutes les filles » car dans la suite du film, la trame apparaît évidente et linéaire. Des personnages un peu plus imposants, notamment l'actrice principale, et des détails plus profonds sur la traite humaine dont sont victimes encore certaines personnes en plein XXIe siècle auraient contribué à rehausser davantage l'éclat de ce film. Néanmoins, en dépit de quelques fausses notes, « Je suis toutes les filles » demeure plaisant à regarder, notamment grâce à sa touche d'action, de tension, du sujet fort qu'il aborde et de l'émotion qu'il véhicule.

Merveille Jessica Atipo

Festival de Cannes



L'Afrique est sur le Pavillon Africain, à l'image de la top-modèle et influenceuse franco-congolaise Didi Stone Olomide (PATRICIA DE MELO MOREIRA / AFP)

WhatsApp

Bientôt une offre payante pour les professionnels ?

Rien ne va plus pour le numéro 1 du streaming mondial, qui vit la pire période de son histoire. Netflix vient d'annoncer le licenciement de cent cinquante de ses employés, quelques semaines après la présentation de ses résultats trimestriels catastrophiques pour début 2022.

L'application veut élargir son activité en allant chercher les professionnels. Selon WABetaInfo, Meta va prochainement annoncer une version premium pour élargir ses perspectives.

La célèbre messagerie de Meta a connu son lot d'évolutions depuis le rachat par Facebook en 2014. En 2021, elle s'est heurtée aux autorités européennes de la protection de la vie privée pour ses conditions générales d'utilisations controversées. L'application reste très utilisée, mais n'a pas connu une croissance importante au dernier trimestre.

Le site web WABetaInfo, qui se consacre au suivi de l'actualité de WhatsApp, a fait une découverte très intéressante, le 17 mai. En observant les notes de mise à jour de la version bêta de l'application, disponible sur iOS, Android et PC, il est possible de voir qu'une offre payante

de WhatsApp est en cours de développement.

Ce nouveau service lié à la messagerie s'appelle simplement WhatsApp Premium. Il serait disponible exclusivement pour les utilisateurs qui disposent d'un compte professionnel. Cette offre n'oblige pas les entreprises à s'en servir, elle est donc entièrement optionnelle. Avec WhatsApp Premium, les utilisateurs professionnels devraient pouvoir lier dix appareils différents au même compte. Chacun de ces appareils peut être renommé comme l'utilisateur le souhaite pour s'y retrouver plus facilement.

Les utilisateurs standards de WhatsApp ne seraient pas concernés

WhatsApp Premium prévoirait aussi d'ajouter une fonctionnalité qui permet de créer et personnaliser un lien unique pour inviter des utilisateurs à rejoindre un canal de discussion. Les professionnels peuvent



déjà envoyer des liens à leurs clients, mais celui-ci contient le numéro de téléphone de l'expéditeur. Avec Premium, les comptes professionnels peuvent créer un lien à leur convenance, comme : siclee.digital/contact. Pour autant, le numéro de l'utilisateur resterait masqué. Il s'agit surtout d'un moyen pour mémoriser plus facilement les liens. Le lien ainsi créé est unique et

permet d'ouvrir un canal de discussion bien spécifique, sélectionné au préalable. Ce lien ne pourrait être modifié qu'une fois tous les quatre-vingt-dix jours.

Meta n'ayant pas encore communiqué officiellement, il n'y a pas plus d'informations sur Premium pour le moment. Le prix et la date de sortie sont encore inconnus et des fonctionnalités supplémen-

taires pourraient arriver dans le futur. Cette offre ne sera pas accessible pour les comptes standards. Meta a dû revoir à la baisse son budget pour le métavers et cherche de nouveaux moyens pour financer ses projets. Ce service pourrait améliorer la rentabilité de WhatsApp, qui reste une activité forte du géant de la tech.

Siècle digital

Découverte

La merveilleuse équipe de Ghzlonge Aussous

Vous aurez l'impression de dialoguer avec ce beau monde depuis mille ans. De jeunes dames formées pour remplir la noble mission d'assister des personnes en détresse, disons des patients en quête d'écoute ou simplement d'être renseignés sur des pathologies dont ils pensent souffrir.

Ghzlonge Aussous est une cheffe d'équipe au sourire lumineux distribué à toutes ses collaboratrices. Vous êtes mis au petit soin et ne manquez de rien. Tentez alors, pour «service rendu», de leur renvoyer l'ascenseur moyennant quelque intérêt pécuniaire : «S'il vous plaît, c'est mon travail» vous répondra votre interlocutrice. Insistez une fois, deux fois, trois fois, la réponse ne variera pas. Et l'attention à votre égard est

décaplée participant par avance à votre soulagement on peut dire.

À la vérité, ce groupe de prestataires pour l'intérêt public, le professionnalisme est contagieux. Il vient des administrateurs et des médecins qui le partagent à leurs joyales assistantes préparées comme dit plus haut pour guérir. Il y a des métiers qui ne s'improvisent pas. Comme chez cette équipe rencontrée, à Casa, au Maroc.

Gankama N'Siah



La joyeuse équipe en compagnie du Dr. Ksikes Zone contenant les pièces jointes

l'article 23 de la loi Mouebara mis à nu !

Quelle soit incomprise, critiquée ou applaudie, la loi Mouebara, entrée en vigueur le 4 mai dernier, fait débat en République du Congo. L'article 23 ouvre à lui seul un autre débat. Et il est question de l'image de la femme !

Sur le fond, - à chacun d'en apprécier la forme - la loi luttant contre les violences faites aux femmes s'avère tout d'abord d'une nécessité absolue pour endiguer la violence ordinaire constatée dans les mœurs congolaises. Entre autres articles, on s'arrêtera cependant sur l'article 23, à même de concerner le secteur culturel : « *Sont interdites la publicité et la diffusion, par tous moyens et supports médiatiques, des matières concernant des images stéréotypées, scènes, paroles ou actes, préjudiciables à l'image des femmes, ou concrétisant des violences exercées contre elles, ou atténuant la gravité de celles-ci* ». L'article 23, qui présente probablement un flou artistique sur ce qui peut porter préjudice à

l'image des femmes, ouvre à lui seul un autre débat. Sans pudibonderie, il est en effet courant de constater que les femmes (Interprètes, danseuses, figurantes) sont réduites bien souvent à une représentation de femmes-objets dans nombre de clips, entrouvrant ainsi la porte à de possibles fantasmes masculins. Si cette représentation est parfois un argument artistique, elle est aussi un argument de vente et de marketing encourageant inconsciemment certaines artistes à faire valoir, à travers tenues ou poses suggestives, leur charme supposé. Il n'y aurait pas manière à s'en plaindre exagérément si cette érotisation, orchestrée de toutes parts, ne s'exerçait pas à outrance et de façon quasi systématique. Entre



La ministre Ines Nefer Ingani

sensualité, érotisme, vulgarité, les frontières sont parfois fragiles et il n'est pas sûr que la femme, ainsi suggérée comme un objet de désir, ait du reste conscience que ces représentations puissent dégrader parfois son image.

Cette récurrence conduit peu ou prou certains hommes à l'objectivation sexuelle, autrement dit, le fait de considérer une personne sous un angle sexuel qui, selon des études, est un précurseur du harcèlement

sexuel et même de violence sexuelle. Si la liberté d'expression est - et doit - rester la règle, il n'en reste pas moins que la représentation de la femme comme objet de consommation est susceptible de présenter un décalage avec la réalité et d'influencer négativement la construction identitaire d'un jeune public. Au regard des polémiques entrevues ici et là, l'espoir demeure que l'article 23 soit donc mieux compris sur le fond sans qu'il ne soit un frein à la création et à la liberté d'expression, qu'elle soit chantée, vestimentaire ou comportementale. Car, n'en déplaise aux puritains, c'est l'un des principes de l'art que de s'affranchir des règles en vigueur !

Philippe Edouard

Evocation

Revenant de Ngatali (14)

Le jour suivant la diffusion de la rumeur sur la bâtardise des enfants de Gabriel Elongo, une querelle vit le jour, grossit et s'enfla. Ngatali se divisa en deux camps. Certains blâmaient Nathanael Gwabira. Ses exploits amoureux passés auprès de la femme de Gabriel Elongo étaient jugés immoraux et assimilés à de la sorcellerie. Le camp des partisans de « coup de main » aux maris impuissants raillait ceux-là en louant les œuvres de « celui qui permit à la population de Ngatali de se multiplier ».

Le sujet se mua rapidement en une querelle des époux et des concubins qui menaçait la paix du village. Justin Elongo et son clan, principale cible de la rumeur, se retrouvèrent comme par miracle au-dessus de la mêlée.

Des partisans inespérés vinrent à leur rescousse. Les vociférations qui s'élevaient de la querelle accusaient la présence des bâtards dans tous les foyers de Ngatali. Dany Gwabira fut le premier à s'apercevoir de son mauvais calcul : son attaque avait échoué et menaçait de se retourner contre sa famille. Le sujet des enfants nés hors mariage était très sensible dans le village. Ce sujet contribua à polariser la population alors qu'il recherchait des appuis. Personne n'était dupe sur l'origine de la rumeur qui visait les Elongo. L'effet boomerang de cette rumeur contribua à former un puissant parti contre les Gwabira.

En effet, les nuits qui suivirent la manœuvre ratée de Dany et son oncle furent parmi les plus sinistres et les plus mouvementées de Ngatali. Le matin, les villageois commentaient terrorisés les appels au secours, les cris et le bruit des pas des inconnus qui couraient dans le village, frappaient les portes et disparaissaient sans attendre. Ce climat de terreur reçut une explication : la nuit, Ngatali était hanté par des reve-

nants qu'il fallait rapidement réduire au silence. Sortis de nulle part, les noms de Nathanaël Gwabira et sa sœur Nia'ndinga furent relayés de bouche à oreille jusqu'à l'adjutant Gwabira consterné. La rumeur réclamait l'exhumation immédiate du frère et de la sœur et la crémation des restes du frère et de la sœur, et, leur crémation.

La contre-attaque des Elongo, concéda l'adjutant, était foudroyante et populaire. Alors qu'il espérait rapidement brandir le scalp d'un des Elongo aux gendarmes, c'est lui et les siens qui se retrouvaient le dos au mur face à l'exigence de crémation de leur parent. Il résolut d'appeler le colonel Sondzon à l'aide dans son premier rapport d'étape. Il écrivait :

Mon colonel,

Vous avez des beaux restes dans la sous-préfecture de P. comme à Ngatali et son voisinage. Votre prestige peut nous éviter le déshonneur qui nous menace si jamais votre oncle, mon père et sa sœur étaient exhumés et leurs restes jetés au feu de l'infamie.

Mon colonel, je n'hésiterai pas à ouvrir le feu sur le premier qui oserait s'approcher de notre caveau familial à des fins d'exhumation des restes mortuaires de mes parents.

Mon colonel, la peur des revenants habilement manipulée par Justin Elongo et son parti a

créé une psychose qui pousse les habitants à la faute, à l'exhumation de Nahanaël Gwabira et sa sœur. Vous êtes, à l'heure où j'écris, avec M. le sous-préfet et ses gendarmes, les seules autorités qui peuvent encore empêcher le sang de couler à Ngatali...

Un renversement de situation se produisit alors que l'adjutant venait d'expédier son courrier. Des informations lui parvinrent selon lesquelles Elongo et les siens avaient abandonné l'épreuve de force qui s'annonçait mouvementée. A la place des pelles, ils avaient requis les services d'un certain Iloyi Djoungou réputé comme le fut Tsa'mbé dans la domestication des revenants. L'adjutant perçut rapidement le calcul de la partie adverse : le tour de passe-passe de Djoungou ne serait pas moins humiliant que la solution des pelles menacée par une opposition armée. Dans les faits, s'avisa l'adjutant, quelques jours après l'arrivée de Djoungou et ses séances d'exorcisme, ceux qui manipulaient les marionnettes de la peur devaient cesser leur jeu. Comme par miracle, les revenants disparaîtraient et la sérénité reviendrait à Ngatali et ses environs de nuit comme de jour. Au finish, la tare de revenant resterait estampillée sur le dos de la branche maternelle des Gwabira.

Hors, c'est justement cela que l'adjutant voulait éviter. (A suivre).

Ikkiya Ondai-Akiera

Environnement

L'augmentation de la production pétrolière menace l'équilibre climatique de la planète

La guerre en Ukraine et l'incertitude géopolitique qui en résulte poussent de nombreux pays à vouloir réduire leur dépendance à l'égard des combustibles fossiles en raison de la hausse des prix des carburants. Pourtant, comme le montre un récent rapport du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat, les projets actuels et futurs en matière de combustibles fossiles vont pousser la planète au-delà d'une augmentation à 1,5 °C. Produire davantage de combustibles fossiles serait donc la catastrophe assurée.

Alors que les prix du pétrole sont à leur plus haut niveau depuis près de dix ans, plusieurs pays producteurs ont augmenté leur production de combustibles fossiles, ce qui, selon l'Organisation des Nations unies, ne fera qu'aggraver la situation à long terme. L'utilisation de stocks stratégiques et de réserves supplémentaires pourrait contribuer à atténuer la crise énergétique à court terme. Mais les experts des questions climatiques estiment que les pays doivent s'efforcer d'opérer un changement radical, en éliminant progressivement le charbon et les autres combustibles fossiles et en accélérant le déploiement des énergies renouvelables.

Pour Mark Radka, chef du service « Énergie et climat » du Programme des Nations unies pour l'environnement, il n'est pas surprenant de constater que les entreprises

du secteur de l'énergie et les producteurs de pétrole s'opposent à la réduction de la production de combustibles fossiles, mais il est important de faire la distinction entre les différentes entreprises, car ni elles ni les pays ne sont monolithiques. Il y aura de l'opportunisme, et il serait surprenant qu'il n'y en ait pas. Mais les entreprises les plus éthiques sont engagées dans une transition énergétique, et elles vont certainement maintenir le cap, même s'il y a des fluctuations à court terme.

Selon ce dernier, il faut du temps avant que l'argent investi dans un nouveau champ pétrolier ou gazier produise des hydrocarbures, il s'agit donc d'investissements à long terme. Les entreprises ne prennent pas ce genre de décisions en fonction de la politique du moment.

Pour Mark Radka, il est clairement plus facile pour cer-



tains pays d'être autosuffisants en matière d'énergies renouvelables que pour d'autres. Si vous êtes dans une région très ensoleillée,

le coût de l'énergie solaire est intéressant, alors que d'autres pays peuvent avoir de meilleures ressources éoliennes. La majorité des pays

disposent de bonnes sources d'énergie renouvelable. Si le vent souffle quelque part et que le ciel est couvert ailleurs, vous pouvez exporter l'énergie. Logiquement, vous voudriez qu'il y ait un partage des ressources, permettant d'équilibrer l'offre.

Selon lui, ce type de projet est positif car il réduit les coûts globaux et augmente la fiabilité. Le monde s'électrifie de plus en plus, mais l'électricité n'est pas comme le pétrole ; on ne peut pas la stocker en grandes quantités, d'où l'importance d'une plus grande interconnexion. Ce dernier conclut en précisant qu'il y a suffisamment d'élan pour continuer à avancer en matière de décarbonisation, mais il pourrait y avoir des revirements à court terme, à cause des différentes crises auxquelles le monde est confronté ces dernières années.

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Les fortes chaleurs mettent en danger la survie de l'humanité

Il fait très chaud sur la planète. Et aucun continent n'est épargné par ces vagues de chaleur insupportables. En Inde et au Pakistan, par exemple, les températures au thermomètre atteignent même des valeurs fatales pour l'homme. Cette chaleur humide tue aussi des personnes jeunes et en bonne santé. Ce seuil, les scientifiques l'évaluent à 35 degrés Celsius au thermomètre humide pour les personnes en bonne santé. Une valeur qui prend en compte la température ambiante et l'humidité de l'air. Plus l'air est humide, plus il est saturé d'eau, et plus l'efficacité de notre transpiration diminue.

Lorsque l'humidité est trop élevée, les gouttelettes d'eau sur la peau due à la transpiration ne s'évaporent plus. Résultat: le corps n'arrive plus à se refroidir. Pour survivre, le thermostat corporel doit rester à 37°C. Mais quand les températures sont trop élevées et que le corps ne peut plus évacuer la chaleur par la transpiration, elle s'accumule. L'organisme se réchauffe d'environ un degré toutes les 45 mn. En moins de 4h, la température corporelle atteindra 42°C, seuil au-delà duquel le corps subit des dommages irréversibles, explique un ingénieur spécialiste des risques climat.

La question que tout le monde se pose est : à quoi devons-nous ces vagues de chaleur que l'on constate partout sur la planète ?

L'effondrement récent d'une plateforme glaciaire d'une superficie de 1100 km² en Antarctique est survenu à un moment où les températures ont atteint un niveau record. C'est le symptôme d'une planète en crise climatique, selon les experts. La plateforme de glace

« Conger », qui s'est détachée du côté Est de l'Antarctique en mars dernier, est la dernière

victime de la hausse des températures aux pôles de la Terre. Selon les experts, le réchauffement des régions polaires entraînera probablement la fonte de davantage de glace, ce qui pourrait faire monter le niveau des mers et inonder les communautés côtières. La fonte de la glace de mer entraîne des changements dans l'écosystème marin, la circulation océanique et les événements météorologiques. Dans l'Arctique comme dans l'Antarctique, le réchauffement des eaux océaniques contribue à la fonte des calottes glaciaires. Si la fonte de l'Arctique n'entraîne pas d'augmentation significative du niveau des mers, car la glace est déjà dans l'eau, la fonte de la glace du Groenland ou de l'Antarctique en entraînera une, car elle se trouve sur la terre ferme.

Pour enrayer la fonte de la glace de mer et des calottes glaciaires, il est essentiel d'atténuer le changement climatique et de maintenir la hausse des températures dans le cadre de l'Accord de Paris sur le climat. Selon ce pacte, les États membres se sont engagés à limiter le réchauffement de la planète à bien moins de 2°C, et de préférence à 1,5°C, par rapport aux niveaux

préindustriels. Si le monde respecte ses engagements actuels en matière de climat, la planète se réchauffera encore d'au moins 2,7 °C d'ici à la fin du siècle, selon le rapport du Programme des Nations unies pour l'environnement sur l'écart entre les besoins et les perspectives en matière de réduction des émissions. Cependant, le dernier rapport du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat indique que le réchauffement médian de la planète sera de 3,2 degrés Celsius d'ici à 2100.

Il faut dire que nombre d'experts trouvent qu'il y a une grande apathie autour du changement climatique, car souvent les gens ne réalisent pas l'impact massif que chaque degré de réchauffement peut avoir sur la planète. Selon ces derniers, à 1,5°C, l'élévation du niveau de la mer est contenue à 48 cm. A 3°C, le niveau de la mer augmenterait de sept mètres et les écosystèmes marins pourraient s'effondrer. A 4°C, les experts ne voient pas comment l'adaptation au changement climatique serait possible. Il est grand temps que l'humanité en prenne réellement conscience.

Boris Kharl Ebaka

Le saviez-vous ?

Les bienfaits de la vanille de Madagascar

La vanille est reconnue pour ses multiples bienfaits sur la santé. On l'utilise souvent pour faire descendre la tension artérielle d'un individu hypertendu. La vanille de Madagascar est deux fois ou trois fois plus puissante que la vanille normale ou classique.

Ingrédient de cuisine tropicale très succulente, elle est diffusée en Europe et aux États-Unis. Le produit possède des vertus sanitaires et utilisées pour le traitement des problèmes d'hypertension, de cœur et de bien-être.

La vanille de Madagascar, pas cher, est une source alternative de vanilline riche en antioxydants, en acide aminé, en protéine et en graisse végétale. Elle est un produit de façon hautement standardisée à température ambiante. On obtient de l'huile essentielle de vanille de Madagascar ayant subi un procédé de fermentation à des températures comprises entre 65 et 80 °C et resté un mois environ dans un environnement humide contrôlé. Ce complément alimentaire contient des composés acides de vanilline hydrosolubles et stables, mais aussi des protéines végétales, quelques composés de graisses végétales et d'autres éléments tels que les vitamines. Les composés chimiques de la vanille de Madagascar

La vanille est spécialement fermentée afin d'obtenir un parfum caractéristique et de dévelop-



per des substances actives de nombreux effets thérapeutiques. Parmi ces substances, on a la vanilline qui est un composant extrait de la vanille, responsable des effets cardioprotecteurs et des antistress naturels. Outre ceux-ci, la vanille contient une plus grande quantité de calcium et de protéines.

La vanilline contenue dans la vanille inhibe la prolifération de nombreux microbes dans l'estomac qui protège donc cet organe contre la maladie ainsi que le froid.

Les avantages de la vanille de Madagascar sur la santé

La vanille de Madagascar possède de nombreux

bienfaits pour la santé que la vanille classique. Tout d'abord, elle protège les voies respiratoires, diminue le taux de cholestérol, réduit la pression sanguine et diminue le danger de certains cancers. C'est un défenseur cardio-vasculaire qui peut battre contre l'hypertension. Il est aussi l'une

des propriétés thérapeutiques les plus connues qui possède une capacité hypotenseuse et qui abaisse la tension artérielle. C'est pour cela qu'on parle de produit antidépresseur naturel. Par la suite, la vanille de Madagascar peut réduire le taux de cholestérol sanguin qui permet d'avertir les troubles cardio-vasculaires et peut être défenseur du cancer de l'estomac.

Puissant antibiotique et antibactérien, la vanille de Madagascar peut combattre toutes formes de contamination de bactéries. Elle reste également forte dans la prévention et le traitement des otites. Enfin, la vanille est efficace dans le traitement des gastroentérites. Ce genre de complément alimentaire assure le réchauffement de l'organisme grâce à son acide gras végétal.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourses de licence et de master entièrement financées pour étudier en Italie à Padoue 2022-2023

L'université de Padoue, la région de Vénétie et d'autres organisations proposent divers programmes de bourses pour soutenir les étudiants. Cette année, il est proposé cinquante bourses à des étudiants potentiels très talentueux souhaitant poursuivre un baccalauréat ou une maîtrise entièrement en anglais à Padoue.

Le programme de bourses est très sélectif. Seuls les candidats affichant les réalisations les plus élevées et les dossiers scolaires/académiques peuvent recevoir une bourse. Les boursiers retenus devront remplir un rôle d'ambassadeur et représenter l'Université lors d'un certain nombre d'événements.

Montant de la bourse : dispense de frais + bourse de 8 000 euro (montant brut) par année universitaire. Le seul montant à payer par les étudiants bénéficiaires pour chaque année consiste en un droit d'entrée, correspondant à la taxe régionale et à la marca da bollo.

Durée : la bourse d'excellence internationale de Padoue a une durée maximale de deux années continues pour les candidats au master ; trois années continues pour les candidats au bachelor et au cycle unique.

Après la durée indiquée ci-dessus, les étudiants bénéficiaires devront couvrir leurs propres dépenses ainsi que les frais de scolarité jusqu'à l'obtention de leur diplôme.

Qui peut postuler ? Des étudiants internationaux potentiels très talentueux du monde entier souhaitant s'inscrire à l'un des diplômes de licence ou de master de l'université de Padoue entièrement en anglais.

Comment postuler : vous pouvez être considéré pour la procédure de sélection, sous peine d'exclusion, si vous remplis-

sez les conditions ci-dessous.

Ne pas posséder la nationalité italienne (sauf pour la double nationalité dont l'italienne) ; être titulaire d'un diplôme d'études secondaires étranger non italien (pour les candidats à un baccalauréat ou à un cycle unique) ou d'un baccalauréat non italien (pour les candidats à un master) permettant l'admission au système universitaire italien ; ne pas résider en Italie ; postuler à un ou plusieurs des programmes d'études susmentionnés entièrement enseignés en anglais à l'université de Padoue. N'oubliez pas que vous pouvez appliquer jusqu'à trois programmes d'études.

Si vous répondez à ces exigences, vous serez automatiquement pris en compte pour la procédure de sélection. Il n'y a pas de candidature séparée ou de documents spécifiques supplémentaires à soumettre en plus de ceux requis pour postuler au programme d'études sélectionné.

Critères de sélection : le comité académique de chaque programme d'études présélectionne les candidats éligibles et attribue les bourses aux candidats les plus méritants, en fonction de l'excellence académique dans leur domaine d'études, de la qualité et des résultats de leurs apprentissages antérieurs.

Résultats de la sélection : les bourses sont principalement réservées aux candidats postulant pour la première période de candidature ; à titre exceptionnel, les commis-

sions académiques peuvent décider d'attribuer la bourse aux candidats éligibles de la deuxième période de candidature. Les résultats de la sélection des bourses seront publiés à l'adresse : www.unipd.it/en/assestment-results selon le calendrier indiqué dans l'appel à candidatures.

Acceptation : si une bourse Padoue international excellence vous est proposée, vous recevrez une offre de bourse Padoue international excellence indiquant la procédure et le délai pour l'accepter. Pour bénéficier de la bourse, vous ne devez pas bénéficier d'autres bourses et être en mesure de respecter les conditions pour finaliser votre inscription à l'université de Padoue. Vous recevrez le premier versement à votre arrivée à Padoue. Les conditions de mérite requises pour le maintien de la bourse sont détaillées dans l'appel à candidatures.

Modalités de paiement et conditions d'entretien : la bourse sera versée en deux tranches de 4 000 euro (montant brut) chacune par année universitaire une fois satisfaites les conditions de mérite indiquées dans l'appel à candidatures.

Révocation : l'université de Padoue révoquera votre bourse si : vous n'avez pas obtenu au moins 20 ECTS au 30 novembre 2023 ; vous décidez d'être transféré dans une autre université ou d'abandonner vos études. Dans les cas ci-dessus, vous rembourserez le montant de la bourse déjà reçue.

Bien-être

Un câlin à son amoureux pour faire baisser le stress

Il existe de nombreuses méthodes contre le stress. Pour autant, les scientifiques continuent de chercher les moyens les plus efficaces induisant le moins d'effets indésirables pour réduire l'anxiété. Une récente étude révèle qu'un câlin à son amoureux est très efficace pour les femmes.

Vous devez passer un examen, faire une présentation orale ou vous présenter à un entretien d'embauche ? Pour que tout se passe bien, il faut vous détendre et faire baisser le stress. Pour y parvenir, vous pouvez faire une séance de yoga, de la méditation ou boire une tisane relaxante. Mais selon une équipe allemande, vous pouvez aussi, si vous en avez un, serrer votre amoureux dans vos bras. Ce n'est pas une plaisanterie. Le contact physique a déjà

montré ses effets sur le bien-être. C'est pourquoi l'équipe de Gesa Berretz de la Ruhr Universität à Bochum a souhaité évaluer l'intérêt d'une embrassade dans le couple. Pour ce faire, elle a demandé à dix-neuf couples de se faire un câlin avant d'être soumis individuellement à une expérience stressante. Il s'agissait de maintenir une main dans un bain glacé pendant trois minutes tout en maintenant le regard fixé sur une caméra. Dans le même temps, dix-neuf

autres couples ont subi la même expérience sans s'être embrassés au préalable.

Baisse du cortisol

Les câlins se sont révélés utiles, au moins pour les femmes participant à l'étude. En effet, plusieurs indicateurs de stress, parmi lesquels les taux de cortisol dans la salive, ont baissé chez celles ayant pris leur amoureux dans leurs bras avant le test. Le cortisol est une hormone produite par l'organisme dans une



situation de stress ou de peur. Le même câlin n'a pas produit les mêmes effets chez les hommes participants à l'étude. Les auteurs n'apportent aucune explication à cette différence.

Toujours est-il que ce constat apporte bien un outil supplémentaire à l'arsenal de méthodes an-

ti-stress pour les femmes, à supposer qu'elles aient un partenaire à portée de bras. C'est pourquoi les chercheurs ont bien l'intention de vérifier si les mêmes résultats pourraient être obtenus en prenant dans ses bras de simples amis. Rien ne vous empêche d'essayer.

Destination santé

Comment protéger les enfants de la chaleur ?

En période de fortes chaleurs, certains publics sont particulièrement vulnérables. C'est le cas des enfants. Coup de chaleur, déshydratation... Lorsque les températures augmentent, il convient de rester vigilant.



Un bébé/DR

Lorsque le thermomètre vire au rouge, le corps éprouve les plus grandes difficultés à se refroidir et à se maintenir à 37°. En raison de leur jeune âge, les tout-petits sont plus à risque de souffrir d'un coup de chaleur ou de déshydratation rapide. Alors comment les protéger ?

Avant tout, ayez à l'esprit que toute exposition solaire reste fortement déconseillée aux moins de six mois. Et après cet âge, un enfant ne doit pas être exposé entre 12h et 16h. Tranche horaire pendant laquelle les températures atteignent leur summum.

À l'intérieur, n'hésitez pas à laisser votre bébé en simple couche, particulièrement pendant le sommeil et les jeunes enfants en sous-vêtements (sans les recouvrir d'un drap ou d'une couverture) ;

De jour comme de nuit, pensez aussi à lui donner régulièrement à boire pour éviter la déshydratation. Le jeune public ne réclame pas nécessairement et est extrêmement sensible aux carences hydriques. Une petite astuce :

les fruits frais (pastèque, melon, fraise, pêche...), les yaourts ou le fromage blanc peuvent vous aider à hydrater votre petit.

Si vous sortez, question de bon sens, ne laissez jamais seuls les enfants dans une voiture, même pour une courte durée.

Pour tout déplacement, prévoyez d'emporter des quantités suffisantes d'eau.

Habillez-le légèrement en préférant des vêtements amples, légers sans oublier un chapeau, des lunettes et appliquez de la crème solaire toutes les deux heures sur les parties non couvertes.

Pulvérisez de l'eau sur le visage et les parties découvertes du corps avec un brumisateur. Et proposez-lui des bains fréquents dans la journée... toujours sous surveillance.

Tous ces conseils limitent le risque de coups de chaleur, caractérisés par plusieurs signes : une forte fièvre, la bouche sèche, le pouls rapide, une somnolence anormale, une hyperexcitabilité, les yeux creux et les pupilles dilatées, des nausées et vomissements ainsi que des pertes de conscience. Gardez aussi en mémoire les symptômes d'une déshydratation : une perte de poids anormale, des urines moins abondantes et plus foncées.

Si votre enfant présente ces symptômes, placez-le à l'ombre, déshabillez-le et rafraîchissez-le, faites-le boire et mouillez sa peau. Et dans la mesure où il s'agit d'une urgence, appelez immédiatement le 15 ou le 18.

D.S

Soins corporels

Chaleur, transpiration... Comment éviter les irritations entre les cuisses ?

Les beaux (et chauds) jours sont bien installés, et avec eux la tentation de s'habiller léger. En jupe, par exemple. Sauf que cela ne va pas de soi pour toutes les femmes : celles qui sont dotées de cuisses qui se touchent, par exemple. Voici quelques astuces pour éviter les irritations et brûlures causées par leur frottement.



Des jambes/DR

Les « cuisses de sirène », vous connaissez ? Ce nom poétique né voici quelques années sur les réseaux sociaux décrit une forme de cuisses, celles qui se touchent du pubis jusqu'aux genoux, et recouvre une réalité plutôt désagréable, voire franchement douloureuse. En effet, aux beaux jours, le frottement constant des cuisses entre elles peut provoquer des irritations très handicapantes.

En cause, la combinaison entre cette forme de cuisses et la transpiration causée par les fortes chaleurs. A force de frottements, la peau du haut des cuisses va peu à peu se léser et laisser la place à des rougeurs, des irritations, voire des cloques et des fissures, si l'on en croit les (nombreux) témoignages sur les blogs et réseaux sociaux. Pour ne pas remiser vos jupes au placard, voici quelques astuces pour éviter (et soulager)

ces irritations.

Appliquer une crème anti-frottement pour sportifs. Les frottements répétés qui causent des brûlures concernent aussi les sportifs, pour lesquels des crèmes spécifiques ont été conçues. Rien ne vous empêche d'appliquer ce type de crème (que l'on trouve facilement dans les magasins de sport), si ce n'est leur texture : elles peuvent être un peu épaisses et difficiles à faire pénétrer.

Appliquer une crème isolante. La plupart des laboratoires de dermocosmétique ont imaginé des crèmes « isolantes » qui, après application, laissent un léger film transparent sur la peau. Ils permettent donc à la peau des cuisses de glisser l'une contre l'autre, sans frottement douloureux. Bonus : ces soins contiennent le plus souvent de l'eau thermale, aux propriétés apaisantes, voire réparatrices.

Les fausses bonnes idées. Du talc, du déodorant... Voilà quelques-unes des options système D que l'on peut trouver sur internet. Si elles peuvent fonctionner ponctuellement, le Dr Nina Roos, dermatologue interrogée par nos confrères de Slate, émet de sérieuses réserves. Ainsi, le talc « peut absorber la transpiration mais aussi accentuer le phénomène de macération en créant un macérat dans la sueur ». Et entretenir l'irritation. Concernant le déodorant, le médecin conseille de s'en tenir aux recommandations inscrites sur les étiquettes : « ne pas utiliser sur une peau irritée ou abîmée ».

Côté garde-robe. Il y a quelques années, il fallait regarder du côté des Etats-Unis ou de la Grande-Bretagne pour espérer trouver des jarretières ou bandes anti-frottement pour les cuisses. De quoi s'agit-il ? Tout simplement de bandes élastiques plus ou moins larges, à positionner en haut des cuisses et qui tiennent généralement au moyen de bandes de silicone antidérapantes. Il en existe des versions dentelle et plus neutres (pour le sport, par exemple). Mais vous pouvez aussi trouver votre bonheur avec de simples shortys. En matière naturelle (coton) et sans couture, c'est l'idéal.

D.S

Boxe

L'hégémonie des Africains dans les sports de combat

Francis Ngannou, Ilunga Makabu et Martin Bakolé, trois Africains qui ont réussi à se faire une place au soleil dans le féroce univers des sports de combat. Les deux premiers sont champions du monde dans les catégories respectives où ils combattent. Et le moins que l'on puisse dire est que le chemin qui a mené ces champions vers les sommets n'a pas été de tout repos, mais leur réussite donne de l'espoir à ces jeunes Africains qui rêvent d'imiter leurs illustres aînés.



Francis Ngannou « Terminator », champion du monde des poids lourds de MMA

Le MMA, pour mixed martial arts en anglais ou arts martiaux mixtes en français, et anciennement appelé « combat libre » ou « free-fight », est un sport de combat complet, associant pugilat et lutte au corps à corps. Et depuis deux ans, c'est un Camerounais qui est champion du monde des poids lourds de cette discipline sportive assez récente et qui est très appréciée des fans de sports de combat. Le Camerounais Ngannou a donc conservé sa ceinture de champion du monde « UFC des poids lourds », en dominant le Français Cyril Gane par décision

unanime, le 22 janvier dernier, lors d'un combat disputé à Anaheim, en Californie, aux Etats-Unis. C'est au bout des cinq reprises que le champion camerounais s'était imposé, ajoutant une dix-septième victoire à son palmarès (trois défaites) et infligeant à son adversaire du jour son premier revers en onze combats. Au final, dix mois après s'être emparé de la ceinture de champion du monde aux dépens de l'Américain Stipe Miocic alors mis K.O sans ménagement sous ses coups de poings, Ngannou a prouvé qu'il reste, à 35 ans, le meilleur pugiliste actuel dans sa catégorie. Après avoir dominé le MMA, il caresse le rêve de se lancer dans la boxe avant de mettre un terme à sa carrière.

Ilunga Makabu, le champion venu des rives du fleuve Congo

Le Congolais Ilunga Makabu a réussi à conserver au mois de janvier dernier son titre WBC des poids lourds-légers qu'il détient depuis 2020 et qu'il remettait en jeu pour la deuxième

fois, en battant aux points le Sud-Africain Thabiso Mchunu. A 34 ans, Makabu retrouvait un adversaire qu'il avait déjà battu en 2015, par arrêt de l'arbitre à la onzième reprise. Mais son nouveau succès a été beaucoup plus difficile que le premier. Après ce combat, le palmarès du Congolais est désormais de vingt-neuf victoires (dont vingt-cinq avant la limite) et deux défaites. Ilunga Makabu pourrait



affronter lors d'un prochain combat dont rêvent tous les amateurs de boxe le Mexicain Saul Alvarez, l'une des grandes stars actuelles de la boxe, ce mois de mai. Alvarez, champion du monde dans quatre catégo-

ries différentes (super-welters, moyens, super-moyens, mi-lourds), a unifié en novembre les titres WBA/WBC/IBF/IBO des super-moyens. Un défi largement à la portée du champion Congolais.

Martin Bakole, le Congolais qui a mis un frein à la « conquête » de Yoka

Le 14 mai dernier à Paris, en France, le boxeur congolais, Martin Bakole, du haut de son 1m 98 et de ses 120 kilos, a infligé au Français Tony Yoka la première défaite de sa carrière, chancelant, impuissant, le regard hagard, le nez en sang. Devant les neuf mille spectateurs de l'AccorArena de Paris, Tony Yoka est tombé de haut. Mais il est surtout tombé sur Martin Bakole, un gros cogneur qui lui a d'entrée imposé une épreuve de force dont il n'a jamais su se dépêtrer. Né à Kananga, dans le Kasai-central, en République démocratique du Congo, son père boxeur a certainement transmis à ses fils l'amour de ce sport. Car le grand frère de Martin Bakolé n'est est autre



qu'Ilunga Makabu, le champion du monde des lourds-légers WBC. Six ans séparent les deux frères. L'aîné a toujours incité son cadet à enfiler les gants. « C'est lui qui m'a emmené dans ce monde », a déclaré Martin Bakole ? juste après son triomphe face à Yoka.

Dans un sport bizarrement structuré comme la boxe avec ses multiples fédérations internationales, certains classements mondiaux font toutefois autorité. Celui de « BoxRec » est l'un d'eux. Martin Bakole y pointe au 11e rang dans la catégorie des poids lourds.

Boris Khari Ebaka

A la découverte de ...

Archange Tchikaya, jeune champion en devenir

Très petit par sa morphologie et son âge mais très intelligent et beaucoup épanoui sur le tatami grâce à sa technicité et sa force, Archange Tchikaya vise un grand parcours de sportif, notamment en taijutsu.

Agé de 10 ans seulement, Archange Tchikaya cumule déjà plusieurs médailles et trophées glanés lors des compétitions de taijutsu, de Jujitsu et de judo. Né dans un environnement totalement sportif, il surprend plus d'un et fait en même temps plaisir à ceux suivent souvent ses combats. Dynamique, ambitieux et athlétique, il souhaite porter haut le drapeau congolais lors des compétitions internationales.

Pour illustrer sa vivacité sportive et son désir de faire partie des grands sportifs du pays, ce pensionnaire du Club l'œil de l'aigle a fait ses preuves lors du récent championnat départemental de taijutsu. Il a battu tous ses adversaires jusqu'à atteindre et remporter la médaille d'or. Une manière de prouver la rigueur de son maître.

« Je me porte bien et je suis en forme. J'ai fait plusieurs combats. Je dois être champion du Congo et champion du monde. Je salue ma famille et mes amis du club sans oublier Me Bowa. Je n'ai



Le championnat départemental de taijutsu/Adiac

pas de secret, je fais juste ce que mon encadreur me demande aux entraînements », a-t-il déclaré.

Notons que le taijutsu qu'on retrouve aussi sous l'appellation taijitsu, tai-jitsu ou tai jitsu, est un art martial japonais d'origine. C'est une ancienne appellation générique aux méthodes de combat à mains nues (jadis nommées Koshi no mawari) d'où est sorti le concept de jujutsu (Technique de la souplesse). Le taijutsu, tout comme le jujutsu, était fréquemment associé au yawara. Le taijutsu se traduit par conséquent par l'art du corps ou la technique de corps.

Rude Ngoma

Close combat

Le développement de la discipline lancé au Congo

Le Congo qui compte dans ses rangs le pratiquant du close combat le plus gradé du continent africain, en la personne du moniteur Roland Francis Mahoungou, est à l'honneur en France depuis le mois d'avril, dans le cadre d'une série d'activités organisées par la Fédération internationale de close combat (FICC). Une manière de permettre au pays de promouvoir cet art martial dans le continent et ailleurs.

Sur invitation de la FICC, une délégation de la Fédération congolaise de close combat et disciplines associées (Fécoclose-Da) a effectué, depuis le 12 avril dernier, le déplacement de Paris, pour prendre part aux activités au Centre sportif Jean-Talbot de Jussieu, notamment le stage de close combat relatif au chapitre du combat rapproché, arme contre arme avec les modules comme le maniement, les attaques, les défenses et contrattaques. « Ce module très complexe se fonde essentiellement sur l'étude des techniques complémentaires obligatoires, faisant partie du cursus officiel de formation des moniteurs et instructeurs de close combat reconnus par la FICC. Ceci étant, à l'issue des sessions théoriques et pratiques (technique et tactique) proprement dites, des séances à caractère pédagogique, didactique et déontologique ont aussitôt pris le relais, s'étendant sur près de deux semaines », a déclaré le moniteur Francis.

Selon lui, cette phase non négligeable a porté systématiquement sur la révision ou encore l'harmonisation de l'ensemble des programmes de formation de base, non seulement dans leur forme, mais aussi dans leur fond. En marge de ces activités, les participants ont eu droit à un atelier de formation pour encadreur et administrateurs de leurs structures respectives. Les représentants congolais, le directeur technique national Francis Mahoungou et le secrétaire général de la fédération, Barnabé Boukoungou, ont reçu des diplômes et distinctions spéciales.

En présence des membres du Conseil d'administration de la FICC, le président de cette structure internationale, Jean Marc Legrand de Morgues qui a eu à séjourner au Congo à deux reprises, a tenu à remercier les délégués de la Fécoclose-Da ayant effectué le déplace-



Le président de la FICC récompensant le directeur technique national de la Fécoclose-Da/DR

ment de Paris. Il a, par ailleurs, loué les efforts consentis et les avancées considérables réalisées par le bureau exécutif fédéral.

Notons que le Congolais Roland Francis Mahoungou, l'un des initiateurs du projet de création de l'Union africaine de close combat, a débuté avec ce sport en 1989. Il a été choisi récemment par ses pairs comme directeur technique régional de cette structure continentale. Des nouveaux rendez-vous sont prévus dans les prochains mois au Mali, en Italie, en France et au Canada, suivant le calendrier événementiel de la FICC.

Rude Ngoma

Plaisirs de la table

A la découverte de la coriandre

Proche du persil, le condiment de cette semaine appartient à la grande famille des apiaceae qui regroupe également d'autres plantes comme le fenouil. Plusieurs espèces sont recensées à travers le monde, partant de la coriandre de Chine à celle de la Bolivie ou encore du Vietnam. Découvrons-la ensemble.

Comme pour la plupart des plantes, la coriandre n'échappe pas, elle aussi, à l'usage multiple que l'on peut en faire en cosmétique, en parfumerie, en aromathérapie et surtout en cuisine.

Grâce au parfum de ses feuilles, la fraîcheur de ce condiment se retrouve dans de nombreuses préparations culinaires. Si en Afrique on tend encore, à découvrir l'épice, ailleurs en Asie, en Amérique latine et dans tout le pourtour du bassin méditerranéen, la plante a bien fait son long chemin bien que son origine est difficile à situer.

La présence de la coriandre a été belle et bien retracée à travers les périodes anciennes notamment chez les hellénistes, les romains et même auprès des israéliites. Certaines de ces civilisations utilisaient l'épice dans la conservation des viandes et d'autres pour parfumer des galettes.

Toutefois l'utilisation de la plante aromatique de nos jours se heurtent d'un côté à la mauvaise publicité de ceux qui n'apprécient pas la coriandre. Elle revê-

trait une odeur de « punaise » et de bien plus pire.

Reconnue pour faciliter la digestion, la coriandre en cuisine doit encore être mieux exploitée. Commercialisée sous la forme moulue, en grain ou fraîche dans les grandes surfaces, les différentes espèces de coriandre s'adapteraient bien aux recettes traditionnelles de nombreux autres contrées.

Ainsi, en remplacement du persil ou de la ciboule, elle aurait bien sa place dans un plat de haricot « madeso » ou dans un bon bouillon sauvage ! la plante sublimerait également les convives à table dans les recettes à base de viande de poisson ou de crustacé.

Petite précaution à prendre tout de même lors de la préparation des différents plats, les feuilles de coriandre doivent être ajoutées juste en fin de cuisson.

Les feuilles peuvent selon les recettes, peuvent être utilisées entières, ciselées ou pilées dans les plats à base de riz par exemple, des ragoûts où dans une simple salade ou omelette. Elles libèrent un parfum unique et envoûtant



partout où les feuilles sont employées. Appelée aussi persil arabe, la coriandre est aussi associée dans les mélanges d'épices où elle apporte aussi un plus. Elle

peut être échangée contre du persil, carvi ou encore par le fenouil. Ce sont des herbes très proches et le choix de l'une de ces épices relèverait par exemple, les prépa-

ration à base de sauces. A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons !

Samuelle Alba

RECETTE

Poulet à la coriandre

Cuisson: 20 min.

Marinade: 1 heure

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

1,5 kg de cuisses de poulet désossées (cuisses ou ailes de poulet)

huile pour la friture

Pour la garniture

des tranches de citron vert

des feuilles de coriandre ou de persil (à hacher finement)

Pour la marinade (15 min):

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

4 gousses d'ail émincées

4 cuillères à soupe de coriandre (tiges et feuilles pilées)

2 cuillères à soupe de jus de citron vert

1 piment rouge

½ cuillère à café de sel

PRÉPARATION

Commencer par mélanger tous les ingrédients de la marinade dans un grand plat ainsi que le poulet. Puis laisser mariner au moins pendant 1 heure.

Faire chauffer de l'huile dans une poêle avec les morceaux de poulet, jusqu'à ce la viande soit légèrement dorée de chaque côté.

Préchauffer le four à 150°C, thermostat 5.

Ensuite, dans un plat au four laisser cuire le poulet pendant 20 min.

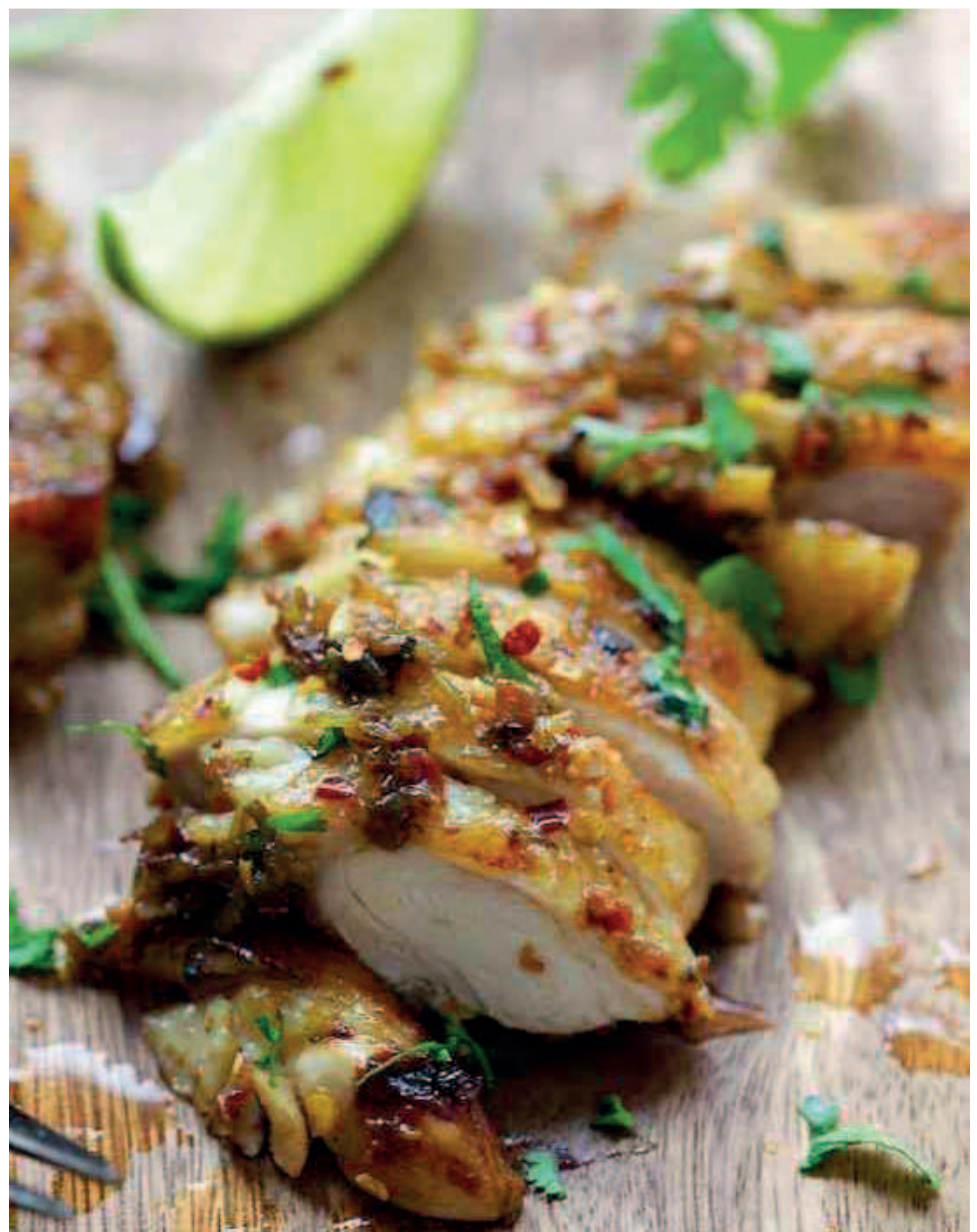
Sortir le plat du four, placer les morceaux de poulet bien cuit et ajouter au-dessus ce qui reste de la marinade dans un plat pour servir.

Décorer votre assiette avec la coriandre hachée et les quarts de citron.

ASTUCE

Le poulet peut être cuisiné aussi au grill.

Bonne dégustation !



S.A.

SOLUTION :
Le mot-mystère est : prestigieux

Grid solution for puzzle N°2127. The words are: CROISSOLRAB, RENTABILISE, TRACE SMOGI, OIRRITIONS, EMISE DRUES, PRIORITE FA, EUROHERTZN, ANGINE APT, LADANNIHILE, LISTIEZRAS, BLEUET EMOI, UBUEEAIDA, FRAIS TOISER, ENTETE SERA.

FLÉCHÉS 12x15 SOLUTION • N°2127 • © FORTISSIMOTS 2021

MOTS CASÉS 10X13 • N°333

Grid for puzzle N°333 with words: PORTERON, OUILAICE, URQUETON, LIERDELAI, ENTUEOS, DAISAVIS, LEVEES EST, AEEOLER, INNESSES, DURUSAS, LESINESH, ALUFIRME, NEESSRAILS.

• SOLUTION DE LA GRILLE N°588 •

Sudoku solution grid for N°588.

• SOLUTION DE LA GRILLE N°595 •

Sudoku solution grid for N°595.

Grid for puzzle N°2128 with clues: RÉSERVE COUCHE D'AIR, POIL AU DOS RENAGE EN FORME, PÉRIODE DE CÉDEUR IL SÉVIT SUR LES FEMURS, SOUMETTRA À SA VOLONTÉ, CONDUITE HELLUM AU LABO, MOYEN DE TRANSPORT EXASPÉRANT, CACHER PARFAIRE, CRIBNEL PREFECTURE DU 81, AMOUP-PROPRE RELÈVE LE PLAT, POIDS EN CHÊNE TRAVAIL DE CHOIX, FUYILLE DU REGARD CHARITÉE PAR BRUEL, MANQUE D'EAU, SORTI DES MINES GARLOS, GARIE DES PILES METVEUSOS ALLEREM JUSTICE, N°1 AU TERRE DÉPÊTE, MYELLE, PRÉNOM MASCULIN, UNE BONNE COUCHE SORTIE DE PRISON, CHOSE LATINE, PRIX IMPOSE BANQUEUR À VIE, COMME DU BÉTON, COUP DU SORT TANFOUR, FAIT L'OBJET D'UN CARTE, CRATE DE LÉGUMES, PETITE LUMÈRE VIA AIR USA, EDUCOSES PERSONNEL, RAS DE GAMME ENVOYÉS AU TAPES, ÉQUIPE ÉCLAT DE VOIX, METTRAS EN DÉSORDRE, RABACHE, COUP DE CHAUD.

FLÉCHÉS 12x15 • N°2128 • © FORTISSIMOTS 2021

MOTS CASÉS 10X13 • N°334

Grid for puzzle N°334 with one letter 'N' at row 4, column 7.

- 2 LETTRES: DU - EX - IF - LE - ME - NU - RE - SU - TU - UN
- 3 LETTRES: ARA - DIX - DON - ERE - ETE - ICI - ILE - NEF - RER - TRI - USE
- 4 LETTRES: CONE - DOME - EGOT - EPEE - ERRE - FIEF - GUET - IRAN - OMET - ONDE - OREE - OSER - PAIN - PUCE - PUER - RANG - REND - RIXE - ROND - TRUC
- 5 LETTRES: CREUX - EMERI - EPICE - EPURE - GIBUS - ICONE - RETRO - RUGIR
- 6 LETTRES: AGREER - AURORE - ENIGME - GÈNÈRE

Word search grid for puzzle N°334 containing words like REUGUFACHEUXNYL, TIRGAVROCHEGPIH, etc.

- AMBRE / AVOUER / BEGONIA / BETON
- CANCRE / CAVITE / CHAROGNE / CHOSE
- CONCERT / CORDE / COUPOLE / CUMULUS / DEPECER / DESAVEU / DRAGON
- DRAME / EIDER / EMBARGO / FACHEUX
- FANTASME / FOURMI / FUGUER
- GAVROCHE / GAZON / HAGARD / IDYLLE
- JUNGLE / LYNX MERCURE / MEXICAIN
- OPERA / PAUME / PERRON / POÈME
- PORTO / POSITIF / POULS / RHIZOME
- ROBOT / TENDON / TIMBRE / VENIN
- VERNIS / VERTEBRE

• SUDOKU • GRILLE N°589 • DIFFICILE •

Sudoku grid for N°589.

• SUDOKU • GRILLE N°596 • FACILE •

Sudoku grid for N°596.

L'art et la manière

Relation épistolaire

À l'ère des réseaux sociaux qui ont favorisé rencontres et relations à distance, les relations épistolaires sont à nouveau au goût du jour bien que le support soit désormais numérique. Que la rencontre physique ait déjà eu lieu ou non, partager des sentiments par le biais des mots obéit aussi à un certain code pour entretenir une certaine élégance et maintenir un équilibre dans les échanges.

« Je te tiendrai dans mon cœur jusqu'à ce que je puisse te tenir dans mes bras », a dit un anonyme. Si la mondialisation a permis à de nombreuses personnes de tisser des liens de cœur de part et d'autre du globe, reste encore pour les âmes-sœurs à entretenir la flamme jusqu'à ce que les corps eux puissent s'embraser dans une union sacrée. Loin des pièges relatifs à la cybercriminalité, certaines histoires suscitent toujours curiosité et admiration, surtout qu'elles ne sont pas de l'ordre de l'évidence.

Les sentiments éprouvés et partagés ne sous-

traient pas pour autant la relation aux diverses étapes qu'elle est appelée à traverser afin de se consolider. Les mots sont alors de précieux partenaires pour les deux amoureux. Ils créent et amplifient l'intimité émotionnelle car ils laissent beaucoup plus de place à l'imagination et à l'idéalisation. Au-delà de l'authenticité et de la profondeur des sentiments, il faut pourtant veiller à une certaine forme dans les échanges qui en dit long sur la personne au bout de l'onde virtuelle, plus qu'elle ne peut le dire elle-même.

Dans l'art et dans la manière, il faudra alors veil-

ler aux fautes d'orthographe, considérées comme de véritables tue-l'amour pour la plupart des personnes qui ont passé le cap de l'adolescence, veiller à la quantité de pages de texte envoyées qui peuvent noyer le partenaire amoureux sous une quantité d'informations et d'émotions qui donnent un sentiment de saturation, et enfin observer le rythme de connexions de l'un et de l'autre afin de ne pas entraver le rythme personnel de chacun tout en veillant à trouver des plages horaires communes pour le bien de la relation.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier
(21 mars - 20 avril)

Vous tenez bon et verrez enfin une situation se dénouer. Vos efforts et votre ténacité portent leurs fruits, vous êtes sur la bonne voie. Il y aura un dénouement et un changement positif quant à vos interrogations du moment.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vous serez libéré d'une pression qui vous empêchait jusqu'à là d'avancer. Vous serez dans les meilleures dispositions pour reprendre vos activités et vos projets à zéro. Votre dynamisme vous donnera des ailes.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous reprenez une activité soutenue et y trouvez une source d'épanouissement. Vous serez audacieux et prêt à porter vos idées. En amour, la force et le courage triomphent. Vous avez confiance en vos sentiments.



Taureau
(21 avril-21 mai)

Vos maladresses pourraient blesser pour de bon quelqu'un de vos entourages. Pesez vos mots, attention à ne pas réagir sur le coup de la colère, vous pourriez avoir du mal à remonter la pente.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous prenez vos défis à bras le corps, vous êtes volontaire et votre enthousiasme sera un moteur pour vous et pour vos proches. Ainsi, votre compagnie sera recherchée et on vous sollicitera pour votre bon sens.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous éprouverez le besoin de revenir aux basiques, de revenir aux sources. Votre famille sera très présente ici et vous donnera la force d'avancer. Discussions animées en perspective, attention à vos coups de sang.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Le Soleil entre dans votre signe et insuffle une énergie toute nouvelle à votre quotidien. Vous êtes dans d'excellentes dispositions pour vous hisser et pour réussir tout ce que vous entreprenez. La chance est avec vous.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

S'il vous arrive de manquer de discernement vis-à-vis d'une situation, c'est que vous n'êtes pas prêt à vous y engager. Ne vous découragez pas pour autant et continuez de creuser les questionnements qui vous taraudent.



Poisson
(19 février-20 mars)

Plus que d'habitude, vous éprouvez le besoin de vous faire entendre et de vous faire respecter. Vous serez porté par des idées et des valeurs qui vous semblent capitales, vous aurez besoin de les faire circuler.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

Il vous arrive de douter fortement et de remettre en question ce qui vous paraît pourtant évident. Les questions que vous vous posez sont légitimes et vous aideront à avancer dans la bonne direction.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Une personne de votre entourage vous donne du fil à retordre. Quelles sont ses intentions ? C'est le moment d'ouvrir le dialogue et d'éclaircir vos doutes. Vous pourrez demander des conseils à un proche.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

À force d'être trop à cheval sur vos principes, vous pourriez bien passer à côté de belles aventures... cela, particulièrement dans le domaine amoureux. Vous serez dans une forme olympique, vous vous portez volontaire pour beaucoup de choses.



PHARMACIES DE GARDE

**DIMANCHE
21 MAI**

Pharmacies de garde du Retrouvez, 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

OUENZÉ

Béni (Ex-Trois martyrs)
Marché Ouenzé
Rosel
Relys

TALANGAI

La Gloire
Clème
Marché Mikalou
Yves

MFILOU

Santé pour tous
Le bled