



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° 213 - VENDREDI 17 AU JEUDI 23 MARS 2023

SOCIÉTÉ

Mères célibataires, où sont les droits ?

Il est une lutte pour les droits des femmes qui mériterait sans doute une attention des plus bienveillantes : l'état de mère célibataire. Loin d'être une condamnation, il alourdit pourtant de façon pratique le chemin de vie de jeunes femmes qui doivent assumer seules la charge d'une famille monoparentale. Maman Solo, que prévoit la loi au Congo ?

PAGE 9



MUSIQUE

Teddy Benzo en concert à l'IFC de Brazzaville

Celui que les fans appellent «Mwana mboka» va livrer un concert de hip-hop le 1er avril prochain, dans la grande salle de l'Institut français du Congo (IFC), à Brazzaville. L'artiste ponténégrin, qui enchaîne des hits chaque année, auteur de « Ya pamba », « Mwana mboka soldier » ou « D.A.T » voguera entre rap et afro soul, un mélange de genre dont il a le secret à garder en haleine ses fans.

PAGE 4



PORTRAIT

Muleck, corps, âme et arts de la scène

Figure incontournable de la vie culturelle à Brazzaville, Me Muleck c'est avant tout un nom qui précède un visage. Chorégraphe, percussionniste, conteur, danseur, l'artiste est un tourbillon d'énergie sur pied, ce sont des vibrations, une envie de croquer la vie et la transmission d'une passion qui court depuis l'âge de 6 ans. Me Muleck est aussi connu pour former les enfants de 4 à 10 ans à l'éveil corporel à l'IFC.

PAGE 3



INTERVIEW

Yannick Gemaël Mboumba : « Mettre le terrorisme hors de l'Afrique »

Universitaire congolais à la plume féconde, Yannick Gemaël Mboumba-Mboumba a publié un livre intitulé «Penser le terrorisme aujourd'hui». Il en dévoile le fond du message et propose des solutions contre le terrorisme en Afrique, à travers un entretien dans cette édition. PAGE 8



SOCIÉTÉ

Réveillez-vous, c'est la Journée mondiale du sommeil !

PAGE 8



Éditorial

Piège

Ceux qui ont compris que les réseaux sociaux ne sont pas qu'un couloir de divertissement ont sans doute déjà dépassé le cap des bénéfices attendus de leurs univers d'actions. Que l'on parle de vente, de promotion, de quête commerciale ou de e-réputation, des utilisateurs mieux organisés se frottent les mains à l'heure de quantifier la valeur de l'investissement en temps et en heure, maintenant que le maniement de ces médias sociaux ne représente plus un mystère avec la vulgarisation des terminaux et de l'internet.

Ces avantages fournis par le duo réseaux sociaux et internet n'ont malheureusement pas encore conquis la plupart d'utilisateurs encore dans le dos de vraies opportunités de ces plateformes. Des heures passées sur des vidéos moins constructives chez Tik Tok, des publications insoucieuses et stupides, des conversations inutiles à longueur de journée aux moindres notifications, la liste est longue sur des dérives que nous observons sur l'utilisation saine et profitable des médias sociaux.

Il est vrai que les réseaux sociaux offrent de nombreux avantages tels que garder le contact avec sa famille, ses amis, suivre leur actualité, multiplier ses contacts, et bien plus ! Mais comment concilier la présence et la notoriété de l'image avec l'intérêt réel que ces différentes plateformes offrent ? La réponse est sans doute de savoir tirer son épingle de jeu, se remettre en question que la vie virtuelle au travers de ces outils peut impacter positivement ou négativement la vie réelle.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 6 »

C'est le nombre d'accords de partenariats signés entre quelques villes congolaises et étrangères, dans le cadre du forum sur la revitalisation et la dynamisation de la décentralisation et du développement local.

PROVERBE AFRICAIN

« Le silence est parfois plus éloquent que les mots ».

LE MOT

« INCOTERMS »

□ *Ce mot est la contraction de l'expression anglaise « International commercial terms » et sert à définir les droits et devoirs des acheteurs et vendeurs participant à des échanges internationaux et nationaux.*

IDENTITÉ

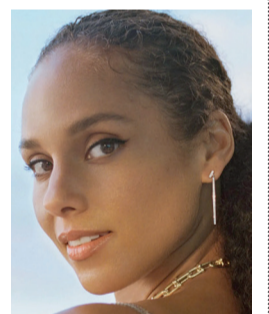
« AYLEEN »

Ce prénom est d'origine grecque. Il vient du mot « hélé » qui veut dire « brillance ou éclat de soleil ». Ayleen est une personne loyale. Fiable, elle est également empathique et en demande d'attention. Femme solaire, sociable et charmante, on apprécie sa compagnie que ce soient ses collègues de travail, ses amis ou sa famille. Partout où elle passe, Ayleen laisse une touche de bonne humeur et d'ondes positives.

LA PHRASE DU WEEK-END

« C'est lorsque nous sommes inquiets et effrayés par tout ce qui nous entoure que nous passons à côté de notre réel potentiel ».

- Alicia Keys -



Les Dépêches de Brazzaville, Le Courrier de Kinshasa, Les Dépêches du Bassin du Congo sont des publications 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

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédaction en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués : Roger Ngombé, Christian Brice Elion

Grand-reporter :

Nestor N'Gampoula
Service Société : Rominique Nerplat Makaya (chef de service) Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko

Service Politique : Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Firmin Oyé

Service Économie : Fiacre Kombo (chef de service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

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

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

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

Rédaction en chef délégué : Quentin Loubou
Durlly Emilia Gankama (cheffe de service)

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Chef d'agence : Victor Dosseh
Rédacteur en chef : Faustin Akono
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara
Bureau de Pointe-Noire : Av. Germain Bikoumat - Immeuble Les Palmiers. Tél. (+242) 06 963 31 34

RÉDACTION DE KINSHASA

Direction de l'Agence : Ange Pongault
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso
Rédaction : Laurent Essolomwa, Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi, Nioni Masela, Martin Enyimo
Comptabilité, administration, ventes : Lukombo, Blandine Kapinga, Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port - Immeuble Forescom commune de Kinshasa Gombé/Kinshasa-RDC - /Tél. (+243) 015 166 200

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo

Chef de service : Clotilde Ibara
Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, François Ansi

PAO - MAQUETTE

Chef de service PAO : Eudes Banzouzi
Chef de service : Cyriaque Brice Zoba

Mesmin Boussa, Stanislas Okassou, Toussaint Edgard Ibara, Jeff Tamaff

INTERNATIONAL

Direction : Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma,
Bureau de Bruxelles : Dani Ndungidi, Adrienne Londole

ADMINISTRATION - FINANCES

Direction : Ange Pongault
Adjoint à la direction : Kiobi Abira
Bermely Ngayouli, Vesna Mangondza, Martial Mombongo, Arcade Bikondi, Emeline Loubayi, Wilfrid Meyal Itoua Ossinga, Armelle Mounzeo

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga

Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna
Hortensia Olabouré, Marina Zodialo, Sylvie Addhas, Mibelle Okollo

Chef de service diffusion : Guylin Ngossima
Brice Tsébé, Irin Maouakani, Christian Nzoulani, Bob Sorel Moubelé Ngonzo

COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse
Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

Direction : Gérard Ebami Sala
Adjoint : Elvy Mombete
Coordonnateur : Rachyd Badila
Jules César Olebi, Siméon Ntsayouolo, Jean Bruno Ndokagna

INFORMATIQUE ET NOUVEAUX MEDIAS

Direction : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Darel Ongara, Myck Mienet Mehdi, Mbenguet Okandzé

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

Chef de service : Émilie Moundako Éyala
Eustel Chrispain Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphane Mozali
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi
Astrid Balimba, Magloire Nzonzi

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepechesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville, République du Congo - Tél. : (+242) 06 895 06 64
Email : regie@lesdepechesdebrazzaville.fr

Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Portrait

Muleck, corps, âme et arts de la scène

Figure incontournable de la vie culturelle à Brazzaville, Me Muleck c'est avant tout un nom qui précède un visage. Chorégraphe, percussionniste, conteur, danseur, Me Muleck, c'est un tourbillon d'énergie sur pied, ce sont des vibrations, une envie de croquer la vie et la transmission d'une passion qui court depuis l'âge de 6 ans.

Alexandre Mikouiza dit Me Muleck est le genre de personnes dont on dit qu'elles sont la chance du commun, la valeur ajoutée de la communauté sans jamais qu'elles ne le réalisent vraiment. Elles permettent l'émulation de l'égrégore mais restent souvent si simples, humbles et accessibles qu'on douterait qu'elles soient bel et bien l'œil du cyclone, le point G du succès général.

Ayant vu le jour il y a 48 saisons de pluie, « Mwana Leke » ou « Mwana Moke » (Petit enfant en français) est ce petit garçon de 6 ans qui joue de la percussion en salle de classe et entraîne tous ses petits camarades dans un spectacle improvisé. Lui aussi entraîné par la beauté de ce qu'il vient de créer, il se lève pris d'enthousiasme sur ses deux jambes encore frêles du petit âge jusqu'aux genoux couverts d'une grosse culotte flottante d'école et se met à danser sur la table du « i, u, o » par le rythme qu'il vient d'imprimer à ses camarades.

Mwana Leke, c'est ainsi un lien viscéral avec la percussion,

avec la danse et le spectacle qu'il hérite sans doute de ses parents, tous les deux artistes danseurs et percussionnistes pour le père.

Pourtant, c'est la voie de l'école qui lui est imposée mais le destin, joueur, l'attend à la maison après les heures d'école, où il retrouve tambours, instruments à corde et danse du groupe dirigé par son grand-frère qui lui aussi veut voir le petit avant tout à l'instruction. Après le départ de ces artistes qu'il admire en secret, Muleck s'essaie aux instruments jusqu'au jour où il est surpris par un des artistes du groupe, revenu sur ses pas. Face à l'enthousiasme du petit pour les instruments, il s'engage à le former en secret ailleurs qu'au domicile familial. En quelques années, le grand Muleck, tel que la postérité le connaîtra, était né.

Quelle ne sera pas la surprise de ce grand-frère à qui la scène a été refusée pour la direction administrative du groupe de réaliser, par le biais des coulisses de la célébration du 50e anniversaire de l'Organisation des

Nations unies au Palais du Parlement de Brazzaville, la programmation de son petit-frère en tant qu'artiste performeur, un artiste qu'il découvrira complet, bien loin des études agricoles pour lesquelles la famille l'avait préparé.

Entre la voie de la terre et celle de la scène, c'est surtout le destin qui décide de la place de Muleck. Son énergie débordante, son ouverture d'esprit, son envie de se performer dans différents domaines des arts oratoires et du spectacle vivant font de lui, en quelques années, une référence du monde spectacle congolais.

En 1997, il crée ainsi la compagnie Sama, la « termitière » en langue kongo, qui a pour mission de contribuer au développement de la culture congolaise, et a formé plus d'une centaine d'artistes utilisant leur corps et leurs voix comme matière d'expression au Congo et sous bien d'autres cieux.

Membre du Ballet national congolais de 2004 à 2008 et du Théâtre national congolais de 2009 à nos jours, Me Muleck est aussi connu pour former les



enfants de 4 à 10 ans à l'éveil corporel à l'Institut français du Congo (IFC).

Visage connu de « La marmite de Kokambala » de Guy Menga et de la pièce « Le Zulu » de Tchikaya U'Tamsi, Me Muleck a dans ses valises la création « Ntete » qui sera présentée à une date à venir à l'IFC et se veut être un pont entre le pas-

sé, le présent et l'avenir. Mordu de travail et passionné des arts, l'âme que la percussion fait se sentir en vie, confie que « Notre père, c'est le travail. Le feu, c'est le travail. Et nous faisons tout pour les lendemains meilleurs de l'humanité ; car après Dieu, c'est l'artiste ».

Princilia Pérès

« Les bonheurs d'Inès » !

Docteur en droit, enseignante-chercheuse, auteure de pièces de théâtre, libraire, passionnée d'art, Inès Févillyé est le genre de femmes que l'on trouve toujours plongées dans un bouquin et c'est sans doute grâce à une comtesse qui aura marqué son enfance.

A Poto-Poto, le troisième arrondissement de Brazzaville, Inès est une élève sage de CP. Si sage qu'une surprise l'attend à la maison. L'oncle cache d'abord les yeux de l'enfant : « Devine », lui dit-il. Inès ouvre les yeux, saute de joie et se souvient : « C'était un très beau livre qui sentait bon. Ma maîtresse l'avait recommandé et j'avais insisté au près de ma mère pour qu'elle me l'achète. Plus tard, pendant les vacances scolaires, notre père nous offrait à ma sœur et moi, qui étions les aînées de la famille, chacune un livre que nous nous échangeons sitôt lu ». Il y a aussi ce jour où son père l'emmène avec ses sœurs au supermarché pour choisir d'elles-mêmes leur livre. A l'heure du choix, ce sera « Les malheurs de Sophie » de la Comtesse de Ségur. « Une leçon de vie à l'échelle des enfants qui m'aura beaucoup marquée », dit Inès.

Contrairement à la petite Sophie empêtrée dans ses malheurs, Inès n'a pas la tentation de l'interdit et va filer un autre chemin beaucoup plus droit. Si elle garde en elle le goût de la lecture et le parfum des livres neufs, Inès, qui déteste l'injustice qu'elle combat depuis sa tendre enfance, souhaite être juriste. Etudes de droit et des affaires accomplies au Congo puis en France et couronnées d'un doctorat, c'est en 1995, en Normandie, qu'elle écrit sa première pièce de théâtre, « Si le Congo vous était conté », jouée à Rouen par une association d'étudiants dans un amphithéâtre. La passion de la lecture entraînant celle de l'écriture, Inès, qui a commencé à écrire dès l'âge de 13 ans, récidivera avec une autre

pièce, « Retour au pays », publiée en 2017 aux Editions L'Harmattan.

Inès Févillyé est aujourd'hui enseignante-chercheuse, une destinée qu'elle doit peut-être à ses parents, tous deux enseignants. Elle est aussi une femme passionnée non seulement par son métier, la lecture et l'écriture mais aussi par l'art en général et l'artisanat, avouant une préférence notamment pour la peinture. Au n°10 de la rue Mongo, à Poto-Poto, elle est aussi une femme joliment occupée : « C'est ici que se situe ma galerie-librairie et ma maison d'édition Primo, que j'ai créée en 2014 pour pallier l'insuffisance de librairies. La maison d'édition ne publie pour le moment que ma revue congolaise de droit et des affaires, mes livrets d'information, qu'ils soient sur l'économie informelle, la fiscalité, les partenariats public-privé ou encore la protection sociale », déclare Inès qui aura également publié d'autres ouvrages comme « Les droits des femmes au Congo » et « Le droit des affaires des Etats membres de l'Ohada », tous deux parus en 2020 ou « Le développement socio-économique du Congo », paru l'année suivante.

La librairie Primo aime aussi aller à la rencontre du public à la faveur d'expositions et autres événements où elle partage ce goût immodéré pour les livres qu'ils soient ouvrages professionnels, romans, mangas, bandes-dessinées... Assurément, les livres sont « Les Bonheurs d'Inès », aurait pu écrire Sophie Rostopchine aka la Comtesse de Ségur.

Philippe Edouard



Inès Févillyé

Musique

Teddy Benzo en concert à l'IFC de Brazzaville

Celui que les fans appellent «Mwana mboka» va livrer un concert de hip-hop le 1er avril prochain, dans la grande salle de l'Institut français du Congo, à Brazzaville. Tout ceci pour le grand plaisir de ses fans.

Considéré comme l'un des rappers les plus en vogue en République du Congo, Teddy Benzo est un artiste complet, doté d'une présence scénique sans équivalent qui lui permet d'être à l'aise sur scène. Pendant ses spectacles, le public chante ses chansons avec lui. Ses couleurs et les émotions musicales se mêlent et s'entrelacent lors de chaque morceau qu'il interprète. Mélancolie, ambiance, insouciance et lucidité affûtée sont toujours présentes tout au long de ses concerts.

L'artiste va assurer son spectacle en chantant et dansant sur ses plus gros succès, des plus anciens aux plus récents, en passant par les titres tels que «Ya pamba», «Mwana mboka soldier», «D.A.T», «Diable a té», «Street business», «Illégal», avec comme big papa Olomaniama, Seseseke, Bina kaka, Tia na se, Mibali, Bala-bala, Eta-liyo. Sa belle musique est un mélange de rap et d'afro soul sous forme de rythmes bantous savamment concoctés sous un temps old school, musique à travers laquelle l'artiste Teddy Benzo vante les mérites, les valeurs intrinsèques et incommensurables de l'Afrique.

Autrefois appelé Benzular, Teddy Benzo a fait ses débuts dans l'université du hip-hop en 1990 au sein du groupe Impartial Def, jouant avec Poki Diama et Stone, deux artistes rappers. Après le départ de ces deux artistes pour l'Afrique de l'Ouest et la France, il évolue avec Fuma Strong et adhère à la production afro centrique (PAC). C'est le début d'une longue et riche carrière qui fait aujourd'hui le bonheur de ses fans. Amoureux et pratiquant du basketball, Teddy Benzo attiré par ce sport, sa deuxième passion, va émigrer au Gabon puis en Afrique du Sud où il fait la connaissance de Cam, un artiste rappeur gabonais et Léon, un beatmarker et producteur, originaire de la République démocratique du Congo. Ensemble, ils ont mis sur pied le label large production. De cette structure va sortir le premier album de Cam «Entre joie et peine». Après le départ de Léon pour des raisons professionnelles, Cam et Teddy Benzo décident de monter le label rage qui sort dans la foulée l'album «Caneducation».

Cissé Dimi

Festival « Je consomme congolais » Deux marques de produits récompensées

La première édition du festival «Je consomme congolais (JCC)» a pris fin par une soirée de remise de prix d'innovation à deux marques qui se sont distinguées pendant les trois jours de l'exposition à Brazzaville. Il s'agit de la marque MamanLia de Liz Émilie Batantou et Ayeri de Julie Massembo. Les trophées JCC Awards leur ont été remis par le commissaire dudit festival, Rama Abagandzion.



Julie Massembo et Rama Abagandzion

« Je suis émue par cette récompense car je ne m'y attendais pas. Recevoir ce trophée veut dire que mon travail a été bien apprécié. Ce qui nous pousse, mon équipe et moi, à travailler davantage pour conquérir le marché congolais », a indiqué Julie Massembo, expliquant: « Ayeri c'est une marque qui est dans la transformation agroalimentaire. Nous faisons de la production infantile. Pour le moment, nous produisons de petits pots pour bébés qui sont des compotes de fruits ou de légumes ».

Cette récompense, à en croire le commissaire du festival, s'explique par le fait que sur toute l'étendue du territoire national, il

n'existait pas une telle marque de produit créé par une Congolaise. A ce titre, la valeur ajoutée est importante. Le second trophée d'innovation, destiné à Liz Émilie Batantou, a été remis à Nana Elengi en lieu et place de l'intéressée, absente à la cérémonie. Le Festival JCC a été créé pour encourager les producteurs locaux, une sorte de vitrine qui leur permet de présenter les produits et mieux se faire connaître auprès du grand public. C'est dans ce contexte que Rama Abagandzion a invité les promoteurs des produits made in Congo à s'inscrire lors de la prochaine édition.

Achille Tchikabaka

Salon international de tourisme Le Wild Safari Tours promeut l'image du Congo en Allemagne

Le promoteur de l'agence de tourisme Wild Safari Tours, Francel Emerancy Ibalank, a participé avec faste du 7 au 9 mars, à Berlin en Allemagne, au Salon international de tourisme (ITB).

Le grand moment de rassemblement des tours opérateurs mondiaux, des agences de voyages, des compagnies aériennes et d'autres services intermédiaires qui contribuent à la vente des produits touristiques au consommateur final a permis aux participants d'échanger sur l'avenir de ce secteur prometteur en Afrique, particulièrement au Congo.

Selon Francel Emerancy Ibalank, le but de ce salon est de permettre aux nations, aux sociétés privées, associations, groupes qui oeuvrent pour les uns dans l'industrie touristique et pour d'autres dans des produits touristiques, culturels et artistiques de promouvoir dans ce marché international de tourisme dit ITB.

« Plusieurs sujets seront débattus dont la relance du tourisme après les effets négatifs de la pandémie covid-19. ITB principalement avait fermé ses portes depuis 2019 et l'Allemagne n'a plus organisé ces événements. Nous allons représenter la République du Congo sous la bannière de notre société Wild Safari Tours dont je suis le fondateur, sous le stand 125b, Hall 21 zone Afrique subsaharienne », expliquait Francel Emerancy Ibalank, lors du lancement du salon.



Francel Emerancy Ibalank devant son stand/DR

Ce jeune profite ainsi de ces rencontres pour promouvoir la destination Congo auprès des grandes sociétés émettrices ou organisatrices de voyages touristiques en Afrique centrale en général et au Congo en particulier. Son souhait est d'inscrire le Congo comme une destination fiable à présenter sans ambiguïté auprès des clients de haute gamme. « Cela fera que nos produits touristiques soient insérés dans leurs catalogues de voyages lorsqu'il s'agira de vendre le Congo comme produit touristique. Notre agence, avec ses 7 ans d'expérience dans l'industrie touristique, a généré plusieurs circuits traversant tous les départements du Congo en faisant par la suite la promotion de

la culture congolaise à travers des découvertes à la carte. L'organisation des croisières sur le fleuve Congo et autres », a assuré Francel Emerancy Ibalank. Créée en 2016 par des jeunes Congolais avec pour mission de promouvoir la République du Congo sur les plans national et international, Wild Safari Tours est une agence de voyages et de tourisme. Notons que Francel Emerancy Ibalank participe du 16 au 19 de ce mois à un autre salon du même genre pour toujours faire briller le drapeau congolais au milieu de ceux des autres pays. Bien avant, il a réalisé un périple à Paris dans le même sillage, c'est à dire promouvoir le Congo au Salon mondial du tourisme, à Porte de Versailles.

Rude Ngoma

Bourses

Le programme Milead 2023 fait un clin d'œil aux Africaines

Adressé aux jeunes femmes africaines et de la diaspora âgées de 19 à 25 ans, le programme Milead offrira aux bénéficiaires des connaissances, des compétences, des valeurs et des systèmes de soutien dont elles ont besoin pour réussir en tant que leaders féminins du XXI^e siècle.

Le programme de bourses Milead est un programme de développement du leadership d'un an, conçu pour identifier, développer et promouvoir les jeunes femmes leaders émergentes africaines pour atteindre et réussir dans le leadership à travers le continent. Il cible les jeunes femmes dynamiques intéressées à développer des compétences en leadership transformationnel qui les aideront à résoudre les problèmes auxquels sont confrontées les femmes et filles dans toute l'Afrique.

Pour l'édition 2023, les objectifs visés par ce programme de bourses sont, entre autres, identifier, préparer et connecter un réseau de femmes leaders émergentes les plus prometteuses d'Afrique à travers le continent d'ici à 2025, grâce à un développement de leadership d'un an

en tant que nouveau cadre de femmes leaders qui sont équipées et positionnées pour diriger et influencer la prise de décision sur les questions critiques ; fournir un écosystème afin de faciliter l'accès continu des femmes leaders africaines aux ressources, aux opportunités pour atteindre leurs objectifs ; accroître la visibilité du leadership et des relations des jeunes femmes africaines, tout en utilisant leurs réussites pour motiver les autres ; établir un mentorat des dialogues multigénérationnels pour favoriser la solidarité, la croissance et l'action collective continue entre les nouvelles boursières et d'autres générations de femmes leaders en Afrique.

A travers des conférences, des séances plénières, des ateliers de formation professionnelle, des jeux de rôle, des projets pratiques,



des visites et des discussions ouvertes, cette édition abordera des sujets clés tels que le leadership panafricain, droits humains des femmes, leadership féminin, intelligence émotionnelle, innovation et entrepreneuriat, santé et sécurité des femmes, injustice économique, sociale et environnementale, droits en matière de santé sexuelle et reproductive. En effet, au cours des quatorze

dernières années, les boursières de Milead ont mené des changements audacieux dans différents domaines, en brisant des barrières, tout en mettant en œuvre des projets de changement de paradigme et ont mis fin aux injustices perturbant les traditions et les cultures discriminatoires envers des femmes et des filles. Les boursières de ce programme contribuent activement à la trans-

formation du continent africain et à une meilleure vie pour le peuple. Elles constituent un réseau et une diversité véritablement panafricains avec des parcours académiques professionnels et sociaux multidisciplinaires. De la pauvreté à l'autonomisation économique des femmes, en passant par la justice environnementale et la partition politique, cette nouvelle génération de femmes leaders africaines, expliquent les organisateurs, est en première ligne de la lutte pour le changement, fournissant un leadership audacieux, visionnaire et inspirant pour élever l'Afrique à la place qui lui revient sur la scène internationale. Pour toute information, les candidates intéressées sont appelées à consulter le site WWW.moreinitiative.org.

Cissé Dimi

Art

Kabala Metadjis Genia Yolande renoue avec le monde artistique

S'il y a des voix qui chantent l'âme, celle de Genia y fait partie. En effet, son époustouflante prestation a marqué le public le samedi dernier au Centre africain de Pointe-Noire, lors de la soirée Painter night en honneur à la femme peintre. Zoom sur cette artiste polyvalente (peintre, musicienne et designer) qui renoue avec la scène après moult remises en question.

A la croisée des chemins entre Edith Piaf et Patricia Kass, les compositions de Genia laissent de belles traces sur l'âme et l'esprit. Nostalgie, souffrance et joie de vivre se retrouvent dans cette virée musicale. «*Je suis fan de la musique française, mais pas fermée à d'autres styles musicaux vu que moi-même je fais de la world musique combinée à la musique tradi moderne*», explique la jeune femme qui est très penchée sur les vieilleries françaises.

«*J'ai longtemps hésité de remonter sur la scène. Ces dernières années n'ont pas été roses et j'avais entre parenthèses mis ma carrière de musique de côté. Mais aujourd'hui, plus jamais. J'ai cette forte conviction qui me vient du Seigneur que c'est mon temps de revenir*», a révélé la musicienne qui prépare un album avec des thèmes tels que les rapports humains, Dieu, l'ambiguïté de l'homme, le pardon de soi, mais aussi ses peurs, craintes, joie et victoires. «*J'ai dû faire un travail sur moi, je me suis donc débarrassée de mes peurs et fantômes...et quand je suis montée sur la scène, et je me suis sentie vivre, libre et entièrement en*

phase avec moi-même», a fait noter Genia qui renaît de ses cendres après plusieurs années d'errance.

Une renaissance qui tombe à point nommé puisque l'artiste a vu ses toiles être exposées lors de la



Genia devant ses tableaux

soirée Painter Night au Centre africain, en honneur de la femme peintre en particulier et de toutes les femmes en général. «*J'ai longtemps erré avant de trouver ma voie, mon style, ma signature car je me questionne beaucoup sur l'être humain, sur Dieu, ma vie, celle des autres, je suis dans une étape de ma vie où je veux me recentrer sur moi afin de ressortir le meilleur de moi...*», a indiqué l'artiste prête à vivre pleinement sa passion.

Après un passage dans le noir où elle se retrouve au chômage, l'artiste fatiguée et rangée par la peur du lendemain se lance dans l'aviicole, une décision qui fait sourire son entourage. «*J'ai connu les railleries de mon entourage, des humiliations, mais les gens ne savaient pas pourquoi je m'étais lancée dans cette entreprise. Je voulais être autonome et l'aviicole m'a permis de m'acheter du matériel pour commencer mon art*», assure Genia. «*C'était une véritable délivrance, faire ce que j'ai toujours aimé faire et être autonome m'a comblé de bonheur; j'étais en paix avec moi-même*», a reconnu l'artiste.

Ses peintures et ses créations d'accessoires

Ses peintures parlent de tout, mais la femme occupe une place prépondérante dans ses œuvres. «*La femme est le socle de la vie, et comme je parle de la femme, il y a évidemment un pan de mon histoire*», a-t-elle fait savoir, vouant une admiration pour les couleurs noir et rouge. Beaucoup de symboles aussi illustrent ses tableaux. En effet, l'artiste ne fait pas dans la dentelle car ses tableaux abstraits sont des sujets de réflexion vu qu'elle privilégie le débat via ses œuvres qui choquent parfois, intriguent et interpellent.

Bricoleuse dans l'âme, elle s'est remise à la fabrication des accessoires. Un marché prometteur, assure-t-elle, puisque les femmes congolaises consomment de plus en plus des articles locaux même si les expatriés, dit-elle, restent les premiers consommateurs de leurs produits. «*Qui a dit que la vie est facile? J'invite donc les jeunes filles à se battre pour leurs rêves mais aussi à ne dépendre de personne*», a fait savoir cette dernière, heureuse de vivre passionnément son art.

Berna Marty

Petites escapades dans Brazzaville

Bars et lounges qui font trop envie

Brazzaville est une ville à deux facettes : un côté jour et un côté nuit. Une ville des contrastes : le poids du jour, de la lutte et du quotidien et un côté fête, chic et paillettes ; les cocktails, la musique, la lumière feutrée des bars et lounges.

Après la lumière du jour, viennent les lueurs douces et feutrées du début de soirée et de la fin de nuit. Brazzaville, loin de l'agitation des rues et des cités, revêt sa cape d'élégance et de charme des endroits bien, des lieux secrets, à trouver, à découvrir.

Brazzaville, c'est une ville dans la ville, une vie derrière la vie ; une ville des envies et un rythme à deux leviers.

Il y a quelque vingt ans, les quartiers populaires prêtaient le nid aux bars classiques à grand bruit, aux décibels qui coupaient l'envie, mais dont la côte ne décroissait pourtant pas. Ces bars étaient pleins de jour comme de nuit, et saturés en période de fêtes de d'année.

Ces bars, c'était la promiscuité, les pères de famille qui descendaient des casiers de bière sur une table où pleuvaient les coques d'arachide, les amantes, les « deuxième bureau », qui essayaient de tenir la forme spirituelle de la moitié de l'homme en question mais sans évidence.

Leurs sourires étaient forcés, nerveux, leur attitude soit désinvolte, soit crispée face aux

amis de ce monsieur qui savaient pertinemment qu'elles ne faisaient que tricher, et qu'ils avaient déjà assuré leur loyauté à la « Mère ya palais » qu'ils feignaient là de ne plus connaître.

Puis sont arrivés les VIP dont le concept plaisait déjà un peu plus : un peu plus d'intimité, un peu plus de style mais résolument un niveau de décibels toujours trop élevé et des mineurs qui on ne sait comment en trouvaient l'entrée.

Il y a quelque cinq à dix ans, ont fait leur arrivée à Brazzaville des bars et lounges dans la suite stylée des lieux de joie qui ont fait le renom à de la ville tels que « Chez Temba », Mokili mobimba.

Les lounges, « salon » en anglais, sont des lieux de choix, de privilège et de style. La recherche visuelle est particulièrement prononcée ; tout est fait pour procurer le bien-être, la relaxation et assurer le jeu d'apparat.

Les lounges se déclinent en plusieurs offres : bar-lounges, lounge et restaurant, lounge et terrasse, lounge rhum et cigare, etc. Bien que le nom



ne ressort pas toujours toute l'offre de la maison, le bar et la restauration s'inscrivent comme des services de premier palier pour l'éventail des lounges de Brazza.

Les lounges attirent une cible jeune, fraîche, professionnellement active, aisée ou qui se challenge, s'autorise à avoir des entrées dans Brazzaville, quitte à y laisser quelques plumes mais définitivement

changer sa qualité de vie par le courage seulement et satisfaire ses envies, se faire plaisir.

Les bars et lounges sont foncièrement des lieux de rencontre, des endroits pour voir et pour être vu, se faire des amis et parfois des ennemis mais surtout trouver une chérie, un type bien, bien par la poche, par l'apparence extérieure. S'impose ensuite la nécessité de prendre le temps de vérifier

l'essence intérieure et c'est là que ce n'est plus du jeu.

« La nuit, tous les chats sont gris », comme dit cette célèbre chanson ivoirienne. Brazzaville, ville des envies, ville de la séduction, ville de Mami Wata, ne fera certainement pas exception à la règle alors... Il est bon de se faire envie, mais il est mieux de ne pas y laisser sa vie.

Princilia Pérès

Les immortelles chansons d'Afrique

« Mourir d'aimer » de Guy Lobé

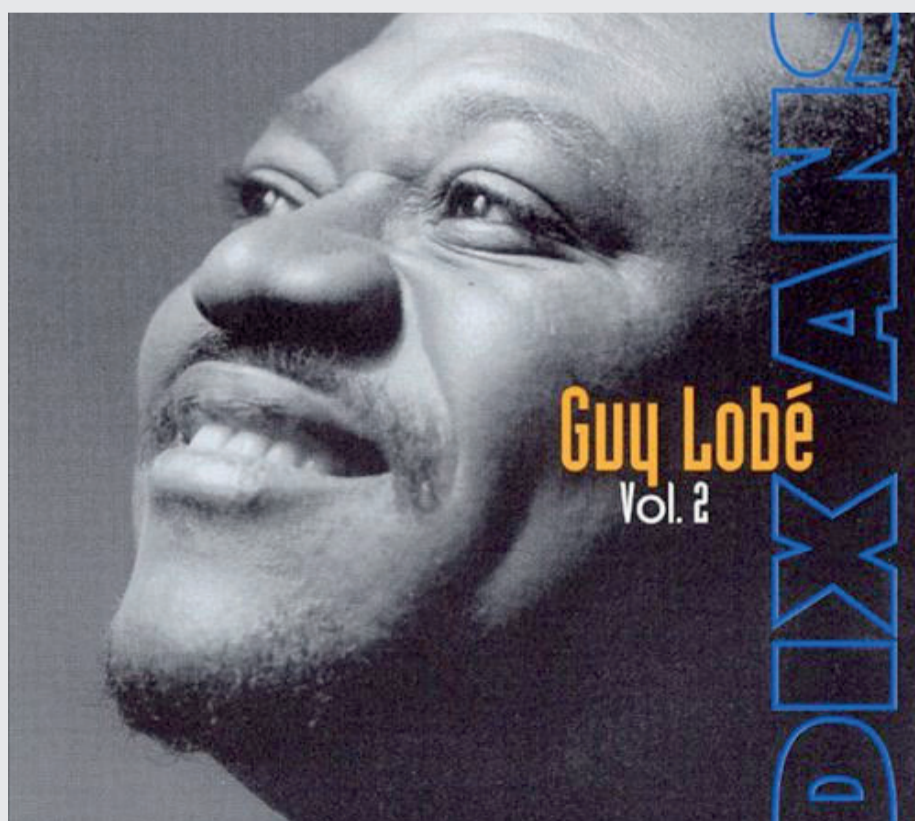
Auteur-compositeur et chanteur à la voix remarquable, Guy Lobé figure parmi les défenseurs du makossa. Sa chanson « Mourir d'aimer » est un spécimen du makossa raffiné.

En 1987, grâce au label Touré Jim's Records, Lobé sort l'album « Solitude ». Paru en format 33 tours, ce microsillon estampillé At 071 dispose de cinq titres dont deux sur la face A, « Aye Mba » et « Mourir d'aimer » ; et trois sur la face B, « Solitude », « O Longue » et « O Si bwa mba ».

Le label Touré Jim's Records, rappelons-le, fut créé dans les années 1980 par l'auteur-compositeur, arrangeur, bassiste et disquaire camerounais, Aladji Touré. C'est ce dernier qui joue de la guitare basse dans cet opus et c'est encore lui qui en est l'arrangeur.

La chanson « Mourir d'aimer » s'ouvre par une section instrumentale dans laquelle se mêlent les sons du clavier, de la trompette, du saxophone, du trombone appuyés par les percussions et la guitare basse. L'auteur y dévoile le secret d'un amour qui dure jusqu'à la mort. Dans le refrain de cette pièce musicale, on entend le chœur constitué des voix de Georges Séba, Marilou et Sissi Dipoko chantant :

« Si toi aimé moi et moi aimé toi, si nous nous aimons on va mourir d'aimer ». On peut comprendre par : « Si tu m'aimes et qu'en retour je t'aime, on finira par mourir tout en nous aimant ».



Ce disque 33 tours, mixé par Fred Garnier, a connu la participation de Rigo à la guitare solo, Jean Claude Naimro du groupe Kassav aux claviers, Jean Pierre Coco à la percussion, Mam Houari au saxophone, Alex

Perdigon au trombone, Comment à la trompette, Christophe Guiot, Jésus Gagnet, Pierre Defray et Roger Bertier aux violons.

Décédé le 16 mars 2015 à l'Hôpital général de Yaoundé, Guy Lobé est né 27 janvier 1959 au quartier Akwa, à Douala. Après son baccalauréat, il travaille pendant un moment dans le domaine des assurances avant de se lancer dans la musique. C'est en 1984 qu'il signera son premier long play intitulé « Dégager ». En 1985, il enregistre sous l'impulsion de Touré Jim's Records l'album « Esole Mba ». En 1986, il sort l'opus « Mon ami à moi ». Deux ans après, il met sur le marché le disque 33 tours « Union libre ». L'année d'après, il publie « Coucou », suivi de « Malinga » en 1990, « Sélélé » en 1991, « Africa » en 1992, « Ambiances » en 1994, « Sonandolo » en 1997, « O ya yo » en 1999, « Business Man » en 2001, « Moundjam » en 2002, « Cocktail » en 2003, « C'est moi Dieudonné » en 2007. Le long de son parcours, Lobé a travaillé avec huit labels : Touré Jim's Records, Tougata Production, Acp Music, Sim's Production, Emergence Production, Blue Sylver Distribution, Jps Production, Sonima Music et Tandem.

Frédéric Mafina

Portrait

Qui ne connaît pas le « Roi Elvis » ?

Comme pour le chanteur et acteur américain Elvis Presley, on pourrait surnommer Elvis Tchicaya le « Roi Elvis », roi d'une extrême gentillesse empreinte d'humilité, comédien, conteur, poète et personnage incontournable de l'Institut Français du Congo (IFC) de Pointe-Noire.

Elvis Tchicaya est un mec bien. ça saute aux yeux. Cultivé et passionné, toujours posé et souriant. C'est un homme de théâtre, un conteur et poète d'aujourd'hui. C'est aussi un enfant d'hier qui a grandi à Mvoumvou, là, juste derrière le stade Jean-Louis-Kokolo « Kopa », du nom de l'ex-avant centre de l'As Cheminot reconverti arbitre international. Mais Elvis s'est plus intéressé aux bandes dessinées de son père qu'au football, se glissant tantôt dans la peau de Blek le Roc, tantôt dans celle de Zembla, pour refaire l'histoire à sa guise en véritable comédien. A peine neuf années sur la terre et déjà des rôles à l'église dans des spectacles mettant la Bible en lumière ! L'enfant était précoce.

Baccalauréat D, Institut supérieur de technologie et de commerce, formation hygiène sécurité environnement et à la clé, une vie d'artiste ! Les pieds sur terre, la tête dans les étoiles, voilà de quoi est fait Elvis. Sous les feux des projecteurs, sa vie

de jeune comédien emprunte une voie royale marquée par les œuvres de grands auteurs, Mairivaux, Voltaire, Shakespeare, V. Hugo, Labou Tansi. On y croise des metteurs en scène comme Jack Percher, Pierre Claver Mbiala, Georges Mboussi... Elvis ne fait pas que jouer, il récite des poèmes, comme ceux de Tchicaya U'Tam'Si. « *Je suis né d'une famille de comédiens, musiciens, écrivains. L'art coule dans mes veines et c'est un sang dont je ne peux me passer, ça me poursuivra ainsi jusqu'au vieil âge* », précise Elvis qui est aussi conteur comme en témoigne sa participation à la Caravane des conteurs en janvier de cette année.

En parallèle de ses nombreuses activités artistiques, Elvis obtient, en octobre 2016, un stage d'agent d'accueil à l'IFC de Pointe-Noire, deux mois plus tard il signe un contrat à durée indéterminée jusqu'à devenir le coordinateur des Points lecture et le responsable médiation au-

près des écoles. Lui faisant observer que depuis son intégration à l'IFC il aura vu trois directrices déléguées aux commandes, on ne peut s'empêcher de lui poser la question de savoir comment il perçoit la vision féminine sur la culture : « *L'implication, la vision et l'apport des femmes dans la culture sont différents de ceux des hommes, il y a une sensibilité plus marquée et une intuitivité qui fait qu'elles se posent moins de questions. Les relations sont plus spontanées, elles osent plus que les hommes. J'ai beaucoup appris à leurs côtés et j'apprends encore aujourd'hui avec Gaëlle Médélus, la directrice déléguée actuelle, que ce soit sur le management ou la gestion d'équipe et de projets* », reconnaît celui qui aimerait un jour avoir la responsabilité d'une structure culturelle pour mener des projets de création de spectacles, de formations, de rencontres artistiques et de sensibilisation en milieu scolaire.

Œuvrant pour la culture congo-



laise d'un côté, travaillant pour un Institut français de l'autre, Elvis pose un regard aiguisé sur le fossé qui sépare les deux pays dans la considération de l'art. « *C'est le jour et la nuit, notamment dans l'accompagnement de l'Etat, de l'implication des acteurs culturels. Cependant, je constate une amélioration dans certains secteurs, des structures indépendantes se mettent en action sans attendre*

le soutien des pouvoirs publics parfois démissionnaires. C'est une démarche assez nouvelle et un progrès mais, là où le bât blesse, c'est qu'il reste un long chemin à faire quant à la création de lieux culturels et à l'amélioration des conditions de travail », observe Elvis qui a la trempe pour prendre un bâton de pèlerin et parcourir ce chemin de croix.

Philippe Édouard

Lire ou relire

« Carine, la prostituée de Pakadjuma » de Winner Franck Palmers

Préfacé par Ramsès Bongolo, le roman publié à L'Hamattan-Congo dévoile une face cachée de la vie d'une prostituée sous la crise de la covid-19.

Carine, la fausse héroïne du roman, vit en concubinage avec un expatrié arabe. Malgré la forte bourse et la grande générosité de son homme, elle se livre en même temps à la luxure en souillant la couche conjugale avec tous les tombeurs de la route, une véritable nymphomane. Dans ce plus vieux métier du monde, elle s'est créée tout un réseau, avec des affidés, des sbires et des clients fidèles à sa marchandise ambulante et infâme.

La belle Carine est aussi une vraie tigresse prête à agresser tous ceux qui osent gêner son entreprise. La violence et la prostitution sont deux réalités insolites qui se consomment dans la même sauce dans ce roman. L'écrivaine sait peindre, avec des imbrications de scènes et de personnages multicolores, la complexité de la vie dans les abysses apocalyptiques de la période de confinement. On voit défiler au cours du récit des vendeuses et des travailleurs sérieux, issus de tout horizon, des citoyens qui vivent dignement de leur saine labeur, loin des vilénies de Carine et de sa cohorte noctambule. L'écriture dans l'ensemble rend même les détails anodins assez croustillants, à l'image de ce passage : « *La musique fanfaronne et obscure traversait les toits, s'en prenait aux murs. Les sonorités à caractère pornographique éclataient comme des obus aux oreilles de ceux qui dormaient déjà. La musique parcourait des kilomètres jusqu'à ressusciter le chant*

Carine, la prostituée de Pakadjuma

Dans les abysses apocalyptiques de la COVID-19

Roman

Préface de Ramsès BONGOLO



éteint des crapauds épuisés de la rivière polluée Madukutsékélé (...) La nuit était offensée. La pudeur fusillée. La lune était rouge de la sottise de cette personne qui se dépouillait de son humanité ».

Winner Franck Palmers est une des plumes majeures de l'Afrique sub-saharienne. Auteur de dizaines d'ouvrages multigenres, romans, essais, poésie, nouvelles, elle est lauréate de plusieurs prix littéraires et enseignante d'université.

Aubin Banzouzi

« Le combat spirituel du prêtre en Eglise » de l'abbé Guy Roland Mouyamba

L'essai spirituel publié aux éditions Paulin Poucouta Yoba à Pointe-Noire, en République du Congo, livre les principes de base de l'exorcisme et de la délivrance dans la foi catholique.

L'abbé Guy Roland Mouyamba est officiellement un exorciste diocésain. Il s'inspire de l'expérience de son ministère pour édifier le public sur la pratique de l'exorcisme et de la délivrance dans un monde où l'influence du spirituel est plus que remarquable dans la vie privée des individus. Dans un volume de 202 pages, le prêtre exorciste décrit les arcanes du combat spirituel tel que l'Eglise le vit et le veut. Sa démarche transdisciplinaire implique à la fois la spiritualité, l'exégèse, la psychanalyse, la médecine, le droit et la sociologie. Huit chapitres, en effet, composent son discours. « *Au fil des chapitres, le lecteur va à la découverte de données précises sur la possession, les phénomènes paranormaux autour de la sorcellerie, la franc-maçonnerie, etc. Comme il ne suffit pas de stigmatiser l'action extraordinaire de Satan et ses adeptes : l'auteur nous invite à nous engager avec lui dans «le combat spirituel du prêtre en Eglise»* », écrit l'abbé Albert Nkoumbou à la préface.

Le lecteur découvre dans cet ouvrage avec force détails, les occasions, les lieux et causes de possession ou d'infestation démoniaque. Des remèdes à ces maux spirituels y sont proposés, suivant l'orthodoxie de l'Eglise et l'action de l'Esprit saint après de multiples expériences vécues. L'auteur invite à plus de lucidité, d'humilité et de prudence dans l'approche de ces phénomènes pour ne pas voir ou ignorer l'impact du démon à chaque situation. Il cerne, par

exemple, le cas de la transe, qui selon lui relève souvent de l'hystérie et des possessions démoniaques, car Dieu n'agit pas dans le désordre et ne cause pas de déséquilibres psychiques pour se dire ou agir. Ce livre est une mine d'informations sur la question du combat spirituel, un combat qui concerne chaque être humain à un moment ou un autre de son histoire. Car,



l'influence du monde invisible n'est ni à négliger ni à dramatiser. Toutefois, l'obéissance à la parole Dieu et les habitudes saines demeurent favorables à un climat serein qui éloigne des pesanteurs démoniaques et de leurs manifestations.

A.B.

Interview

Yannick Gemaël Mboumba-Mboumba : «Pour mettre le terrorisme hors de l'Afrique, il faut conscientiser les jeunes»

Universitaire congolais à la plume féconde, Yannick Gemaël Mboumba-Mboumba a publié un livre intitulé «Penser le terrorisme aujourd'hui». Il en dévoile le fond du message et propose des solutions contre le terrorisme en Afrique, à travers cet entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Vous venez de publier un livre contre le terrorisme, quel est son titre et son message de fond? **Yannick Gemaël Mboumba-Mboumba (Y.G.M.M.) :** « Le titre de notre livre est «Penser le terrorisme aujourd'hui », dont le message de fond est logé dans l'entre-deux du faire-croire à l'imminence de la mort et du faire peur. Or, le jeu terroriste est la gouvernance de la terreur. En un sens ontologique, cette gouvernance est une raison politique et elle s'impose comme l'exercice même de la raison. En conséquence, le terrorisme ou la politique en guise de terrorisme n'est pas une contingence, car il est structuré, ontologiquement, autour de l'être-chef : est terroriste celui qui confond son être avec celui de chef ; exister pour lui veut dire être chef, il s'identifie au maître et possesseur ontologique du pouvoir existentiel ».

L.D.B.C.: Doit-on parler de terrorisme ou des terrorismes ? Pouvez-vous succinctement en spécifier les particularités ?

Y.G.M.M. : Le terroriste est guidé par l'idée qu'il est au centre de l'Univers spatio-temporel, de sorte que l'histoire, entendue

comme déploiement de la vie des humains en société, est annihilée. Dans la mesure où il n'y a plus d'histoire, il y a également dissolution de la notion fondamentale de limitation et de longueur du temps. Ainsi, le temps, condition de l'existence humaine, est ici renvoyé au territoire de l'indifférence, de sorte que plus aucun meurtre ne pèse sur la conscience ; il n'y a pas de place à la conscience morale et à la limite. Certes, tout terroriste s'attache à un temps qui légitimerait son attitude au présent, mais un tel passé condamne le présent à n'être qu'une continuation et un recommencement éternel. La conscience morale chez le terroriste se manifeste par l'obstruction de tous les sentiments altruistes en général, et du remord en particulier. Parce qu'il se pose comme maître de la vie

L.D.B.C.: Souvent, la communauté internationale qui semble combattre le terrorisme avec acharnement est accusée de jouer au pyromane, partagez-vous cet avis ?

Y.G.M.M. : À bien observer les sociétés contemporaines dans leur déploiement phénoménal, on s'aperçoit de la prédominance de la violence ; en ce sens qu'elles

se laissent gouverner par les conflits. Au fait, dans ces sociétés, les acteurs sociaux (constituant la figure centrale des rapports sociaux) se trouvent parfois désaisis de leur capacité à instruire, jusqu'à son terme, le procès de la société ; ou encore interviennent pour que ce procès ne puisse s'énoncer dans les termes où il était défini jusqu'alors. C'est dire que les violences relèvent du projet humain de vivre ensemble ou de l'ultime spasme d'un mouvement social qui a échoué.

L.D.B.C.: Quelles sont les solutions à mettre en exergue pour bouter le terrorisme hors de l'Afrique ? Et quels sont les atouts dont dispose l'Afrique pour lutter contre ce phénomène ?

Y.G.M.M. : Les solutions pour le terrorisme doivent tenir compte des réalités du moment, en effet, pour mettre le terrorisme hors de l'Afrique, il faut conscientiser les jeunes afin qu'ils laissent ladite pratique. L'Afrique dispose de plusieurs atouts, en premier le dialogue et l'équité sociale.

L.D.B.C.: Nelson Mandela proposait qu'on s'appuie sur l'éducation pour changer les mentalités, est-ce suffisant si la méchanceté demeure impunie ?



Y.G.M.M.: Oui évidemment, la position de Mandela est louable et cela mérite d'être pris en compte. La prise de conscience est fondamentale dans la lutte contre ce phénomène. Or, dans du terrorisme, tout le monde a ses convictions, ses attentes et ses aspirations. Mais au-delà de l'être-là-immédiat de cet acte, de son immédiateté, quelque chose de fondamental se manifeste. C'est que le terrorisme, en tant que l'expression de la terreur

censée durer et perdurer, peut se justifier par la recherche du bonheur du plus grand nombre et paraît pour ainsi dire comme un acte salvateur, ou mieux, de salut face à certains systèmes archaïques ou totalitaristes qui subordonnent les libertés individuelles et collectives. La violence advient lorsque l'État fait de la domination sa fin dernière, lorsqu'il tient le citoyen par la crainte.

Propos recueillis par Aubin Banzouzi

Réveillez-vous, c'est la Journée mondiale du sommeil !

En soirée, faites en sorte que votre dîner soit léger, hydratez-vous, prenez une douche tiède avant d'aller vous coucher, dormez à des heures régulières pour préserver un bon rythme biologique et tout ira mieux !

C'est dire l'importance d'un bon sommeil : à 60 ans, vous aurez passé 20 ans de votre vie à dormir ! Ca pourrait être des chiffres à dormir debout. Ils sont pourtant bien réels. Avant un peu de lecture pour s'endormir dans les bras de Morphée, déesse du sommeil dans la mythologie grecque, et après avoir appris finalement que Morphée était un homme, fils d'Hypnos, dieu du sommeil et de Nyx, déesse de la nuit, faut-il, en ce 17mars, rester au lit toute la journée pour célébrer cette journée mondiale ? Que nenni. Gardons plutôt nos yeux ouverts pour en savoir un peu plus.

Le rôle du sommeil est un facteur déterminant pour la santé, peut-être pas de quoi en faire un cauchemar mais il convient de rester méfiant et ne dormir que d'un œil pour garder l'autre ouvert à se poser les bonnes questions. Votre sommeil est-il suffisant et réparateur ? Quel risque pour la population

congolaise où la chambre, non climatisée, est partagée bien souvent à plusieurs et parfois avec plusieurs personnes sur un seul matelas mousse à même le sol ? En cette saison des pluies, chaleur de température et chaleur corporelle ne favorisent pas les bonnes conditions d'endormissement malgré le ventilateur bruyant qui ne fait que balayer un air chaud. Quelles conséquences ?

Il est évident pour une majorité de la population congolaise qu'entre chaleur, moustiques, communauté de chambre, mauvais matelas, environnement sonore, la qualité du sommeil est forcément mise à mal. De nombreuses études scientifiques ont conclu que sept heures de sommeil constituent chez l'adulte la durée optimale pour la santé mentale, le bien-être et les performances cognitives, le manque de sommeil ayant de possibles incidences quant à l'hypertension et maladies cardiaques. Un rythme de



Le sommeil a un grand rôle pour notre bonne santé

sommeil irrégulier entraînera quant à lui de possibles facteurs de surpoids et de diabète sans compter qu'un mauvais sommeil entraîne troubles de l'humeur et baisse de l'attention, voire de dépression. Obésité, maladies cardio-vasculaires,

diabète, cholestérol, troubles psychologiques, bref nous voilà dans de beaux draps et on pourrait passer la nuit à écrire par le détail les effets négatifs d'un mauvais sommeil sur la santé. Manque de chance car, à contrario, l'hypersomnie, à

savoir dormir plus de 10 heures par jour aurait, plus ou moins, les mêmes conséquences. La nuit portant conseil, il vous faudra donc songer au lendemain à la qualité de votre sommeil et son incidence sur votre santé.

Phillipe Edouard

Maman Solo

Que dit la loi au Congo ?

Il est une lutte pour les droits des femmes qui mériterait sans doute une attention des plus bienveillantes : l'état de mère célibataire. Loin d'être une condamnation, il alourdit pourtant de façon pratique le chemin de vie de jeunes femmes qui doivent assumer seules la charge d'une famille monoparentale. Maman Solo, que prévoit la loi au Congo ?

« *Ils se marièrent, vécutent heureux et eurent beaucoup d'enfants* ». Ce serait tellement beau si le conte de fées de toutes les femmes pouvait porter cette phrase : rencontrer l'homme de leur vie, être honorées par le mariage puis entrer à deux dans la vie de famille.

Bien souvent et malheureusement, la réalité est cabossée, malmenée de bobos relationnels, familiaux ; des choix de vie non-centrés ou non-assumés. Aucune femme ne fait le choix de se retrouver seule à élever un enfant, avec toutes les implications morales, affectives, spirituelles, financières et matérielles que cela implique.

C'est souvent des « accidents de parcours » ou la prise de conscience de certains aspects, certains facteurs, qui semblaient mineurs ou invisibles au début d'une relation d'amour. En effet, les relations, presque comme tout dans la vie, sont dynamiques. Elles sont appelées à changer, à évoluer ou non.

Pour une partie d'entre les femmes et de leurs partenaires, le choix de faire un enfant n'est pas mûrement réfléchi. L'enfant s'inscrit dans leur histoire comme la conséquence d'une vie émotionnelle vive, colorée,

mais mal gérée, subie, ou simplement une vie sexuelle risquée, non-protégée.

Plusieurs, poussées par un partenaire qui fait volte-face ou qui disparaît dans la nature, ou simplement parce qu'elles n'assument pas les devoirs et contraintes de la maternité se font avorter une, deux, trois fois voire s'exposent aux risques et conséquences encourus de cet acte souvent réalisé clandestinement : erreurs et négligences chirurgicales, risque de stérilité, maladies infectieuses et dépression mentale....

Un bébé est porté au monde par un acte d'amour commun, ne serait-il que passager ou purement physique, émotionnel. Il devrait être assumé, accueilli avec amour et respect, porté au monde et dans la vie comme les enfants nés dans un cadre légal et protégé.

Au Congo où le concubinage l'emporterait par une écrasante majorité sur le mariage légal et officiel, les droits des femmes mères célibataires devraient être observés avec attention et bienveillance.

Elles sont nombreuses, livrées à la naïveté du jeune âge, à l'immaturité de leurs émotions et se retrouvent seules à devoir élever

un enfant. Si pour les hommes il semble facile de s'envoler dans la nature, de refaire leur vie à volonté avec une deuxième, puis une troisième partenaire, de poursuivre sans entrave leur carrière professionnelle, une femme qui assume sa maternité ne devrait pas être stigmatisée pour son choix mais aidée et soutenue de manière pratique dans son quotidien en passe de recevoir la déferlante de la néo-natalité et de la maternité.

Une femme nouvellement mère est foncièrement en situation de vulnérabilité. Les premiers mois de la vie de l'enfant sont un enchaînement de surprises et de découvertes, d'épreuves physiques et sanitaires autant pour l'enfant que pour elle-même. Entre les premières nuits complètes, les premiers pas, les premières dents et la diversification alimentaire, les fièvres et les vomissements qu'on ne comprend pas, l'idéal est la présence d'une mère avisée et d'un partenaire, coéquipier, pour alléger ce voyage au quotidien et permettre à la femme de poursuivre elle aussi sa carrière professionnelle.

Il est donc impensable de laisser une femme être vouée à son propre sort sans s'inquiéter de

son devenir, voire de son avenir. Le père, pour qui cette expérience est tout aussi nouvelle, devrait être aidé par ses aînés, ses parents, à trouver sa place dans tous ces changements et à assumer ses responsabilités.

La loi régit et arbitre la vie de la cité

Le Code de la famille du Congo aide à ce sujet. L'alinéa 6 de son préambule stipule que « *les parents ont envers leurs enfants nés hors mariage les mêmes obligations et devoirs qu'ils ont envers leurs enfants nés dans le mariage* ». La loi régit et arbitre la vie de la cité mais devrait être appliquée et non pas éternellement violée, à l'image de la dignité de la femme.

Etre une mère célibataire n'est pas une condamnation, c'est une expérience chargée de leçons sur la vie face à ce petit enfant qui devient un vis-à-vis à part entière avec lui aussi un chemin de vie à encadrer.

Malheureusement, les jeunes femmes non-accompagnées par leurs familles et abandonnées par leur partenaire s'enfoncent et trouvent des solutions inadaptées pour s'en sortir. Certaines se retrouvent livrées à la prostitution, étiquetées alors de

« pute ». D'autres, sans amour mais par nécessité, se donnent à des hommes mariés capables de les prendre en charge, sacrifiant ainsi leur droit à être elles aussi honorées. Une troisième catégorie se voit contrainte d'abandonner son sang à un membre de la famille ou dans les situations les plus critiques dans la rue ou dans les orphelinats. La dernière catégorie est de celles étiquetées « femmes de fer », celles qui s'imposent le devoir de la réussite professionnelle coûte que coûte pour sauver leur dignité et celle de leur enfant. Elles sont ainsi rendues dures et froides par la vie et, d'après certains hommes, « ne font pas envie ». Pourtant, derrière le bouclier, se trouve simplement une âme blessée.

C'est donc un devoir social et citoyen que de respecter toute femme qui élève seule son enfant. C'est le devoir de l'appareil de l'Etat de veiller à ce que ses droits soient respectés pour une réinsertion sociale et professionnelle à succès. Enfin, il revient à la femme avertie de cette expérience de parentalité de faire preuve de discernement afin d'orienter justement ses choix de vie et aller plus en sûreté vers un cadre marital plus équilibré.

Princilia Pérès

Les souvenirs de la musique congolaise

Implosion de l'orchestre Bantous de la capitale (1)

L'année 1972 est marquée par l'âge d'or du groupe emblématique les Bantous de la capitale, ba kolo mboka, et son implosion. L'orchestre s'éclate en trois groupes: Bantous, Nzois et Le peuple du trio Cépakos (Célestin, Pamela, Kosmos). C'est la fin de l'épopée de cet ensemble qui a marqué les annales de la musique du Congo et du continent africain.

Les Bantous de la capitale sont nés en août 1959 à la faveur du retour au bercail de Célio, Edo, Essous, de La Lune et Pandi évoluant à Léopoldville. Cet orchestre vient grossir les rangs à Brazzaville où l'on trouve, entre autres, Negro Band, Cercul Jazz... Au fil des ans, les Bantous de la capitale s'imposent rapidement comme un grand orchestre dont les œuvres le propulsent au firmament de la musique congolaise. Des titres tels que « Masuwa », « Samy na Katy », « Makiri », « Farce », « Miléna » et bien d'autres emballent les mélomanes du Pool Malebo. La tournée en Afrique de l'Ouest en 1961 (Togo, Dahomey, Ghana), la participation au Festival mondial des arts nègres à Dakar au Sénégal en 1965 et au Festival panafricain d'Alger en 1969 sont les différentes étapes de son épopée.

Il sied de noter qu'au début de l'année 1971, Essous Jean Serge rentre à Brazzaville et réintègre les Bantous après avoir séjourné aux Antilles, il en est de même pour José Missamou, virtuose de la salsa, découvert par Pandi lors d'un concert des Rebelles Massano à la

place rouge du rond-point Poto Poto, comme on l'appelait au temps du monopartisme. Le tandem Essous-José Missamou apporte une autre couleur dans le répertoire des Bantous. En 1972, au faite de sa gloire, l'orchestre est le seul maître à bord du bateau battant pavillon musique congolaise du côté de la rive droite du fleuve Congo, au regard de ses œuvres et prestations dans les différents bars dancing de Brazzaville qui attirent les ambassadeurs. La fastidieuse épopée des Bantous connaîtra sa fin le 6 novembre 1972. En effet, ce jour a lieu à la cabane Bantous, siège de l'orchestre, une réunion patronnée par Nino Malapet, le chef. La tension est vive au regard des points inscrits à l'ordre du jour, entre autres, la maison « Presse musique » destinée à la vente des disques produits par l'orchestre qui fut érigée dans le domicile de Nino Malapet et transformée en librairie; les fonds générés par la production des œuvres promotionnelles de certaines entreprises d'Etat telles que Ofnacom, Lina Congo, ATC et autres par les Bantous, fonds dont l'opacité de la gestion fut

entretenu par Nino Malapet, selon certaines bouches.

A l'issue des débats houleux, le chef Nino décide de suspendre pour indiscipline et ceci pour une durée indéterminée Kosmos, Pamela, Célio, Edo, Mpassi Mermans et Theo Bitsikou (attaque chant de l'orchestre). Frustrés et indignés, ces derniers vont claquer la porte de la maison Bantous de la capitale et créent à leur tour les orchestres les Nzois d'Edo Ganga, Mpassi Mermans et Théo Bitsikou (attaque chant de l'orchestre) et Mpassi Mermans (guitariste) qui seront rejoints plus tard par Ange Linaud (un ancien de l'orchestre Super Boboto). Pamela Mounka, Kosmos et Célestin Kouka conclurent une entente à trois et créent l'orchestre Le peuple du trio Cépakos. Par contre, une frange des musiciens, notamment les instrumentistes, resta solidaire à Nino et Essous. Ainsi, l'orchestre Bantous de la capitale se disloqua après une glorieuse décennie de stabilité, laissant les fans et sympathisants dans la tristesse et la consternation. (A suivre)

Auguste Ken-Nkenkela

Protection de l'environnement

Lancement du prix annuel « Champions de la terre »

Le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) a lancé, le 14 mars, un appel au public pour la désignation de candidats dans le cadre de son prix annuel des « champions de la terre », qui est la plus haute distinction environnementale des Nations unies afin de récompenser des dirigeants exceptionnels issus des gouvernements, de la société civile et du secteur privé pour leur impact transformateur sur l'environnement.

Cette année, le PNUE encourage la désignation d'individus, d'organisations et de gouvernements qui développent et mettent en œuvre des solutions et des politiques innovantes et durables pour éliminer la pollution plastique. Une résolution historique de l'assemblée des Nations unies pour l'environnement en 2022 vise à élaborer un instrument international juridiquement contraignant sur la pollution plastique, y compris dans le milieu marin. L'ambition étant de conclure les négociations d'ici à fin 2024, l'année 2023 est essentielle pour s'assurer que le monde s'unisse afin de mettre fin au fléau de la pollution plastique. Cette année, la Journée mondiale de l'environnement accueillie par la Côte d'Ivoire au mois de juin sera également axée sur les efforts visant à combattre la pollution plastique. Le défi que représente la triple crise planétaire du changement climatique, de la perte de la nature et de la pollution et des déchets n'est pas insurmontable. Partout dans le monde, des personnes s'efforcent chaque jour d'innover et de mettre en œuvre des moyens de



soutenir l'extraordinaire capacité de renouvellement de la nature. Le prix « Champions de la terre » contribue à cet effort. Depuis la création du prix en 2005, 111 lauréats l'ont reçu : 26 dirigeants mondiaux, 69 individus et 16 organisations. En 2022, un nombre record de propositions de lauréats pour le prix a été reçu

en provenance du monde entier. L'intérêt croissant au fil des ans reflète l'augmentation du nombre de personnes œuvrant en faveur de l'environnement ainsi qu'une reconnaissance plus importante de la valeur de leur travail.

Parmi les lauréats du prix en 2022, figurait la Camerounaise Cécile Bibiane Ndjebet, récompensée

dans la catégorie « Inspiration et action ». Cette dernière est reconnue pour être une défenseuse infatigable des droits des femmes en Afrique à la sécurité foncière, essentielle pour qu'elles puissent jouer un rôle dans la restauration des écosystèmes, la lutte contre la pauvreté et l'atténuation des effets du changement climatique. Elle

mène également des actions visant à influencer les politiques en matière d'égalité des sexes dans la gestion des forêts dans 20 pays africains.

L'appel à propositions de candidats au prix « Champions de la terre » est ouvert du 14 mars au 14 avril 2023.

Boris Karl Ebaka

Chronique

Promouvoir « la déclaration de Brazzaville » sur la protection des tourbières

Lors du récent sommet « One forest summit » qui s'est tenu au Gabon, réunissant des responsables d'Afrique et du reste du monde, il était question d'échanger sur l'état des forêts tropicales de la planète, qui, selon des spécialistes, disparaissent à un rythme alarmant, menaçant ainsi la vie sur la planète. La crise climatique augmente la fréquence de phénomènes météorologiques extrêmes qui aggravent les pénuries de nourriture et d'eau, perturbent les économies mondiales et menacent le bien-être humain. Le sujet crucial des tourbières a bien entendu fait l'objet des discussions puisque le bassin du Congo, grâce à ses tourbières, stocke davantage de carbone, facteur du réchauffement climatique, que l'Amazonie, mais est progressivement en train de disparaître.

Il faut savoir que le bassin du Congo abrite les plus grandes tourbières tropicales du monde, aux côtés du Brésil et de l'Indonésie. La forêt marécageuse tourbeuse du bassin du Congo stocke approximativement 29 milliards de tonnes de carbone, soit l'équivalent d'environ trois années d'émissions de gaz à effet de serre à l'échelle mondiale, tandis que l'ensemble du bassin du Congo absorbe près de 1,5 milliard de tonnes de dioxyde de carbone par an. Les tourbières sont des puits de carbone efficaces, absorbant plus de carbone de l'atmosphère qu'elles n'en rejettent. Les puits de carbone sont indispensables pour faire face à la crise climatique et protéger la santé de la planète. Toutefois, un rapport publié par le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE), intitulé « Devenons génération restauration », avertit que les tourbières et d'autres puits de carbone sont déjà menacés de disparaître en raison des changements climatiques, de la destruction de la nature et de la perte de biodiversité, ainsi que de la pollution et des déchets. Sans les services essentiels que fournissent ces écosystèmes, la crise relative au climat et à la nature ne fera que s'aggraver.

Les écosystèmes des tourbières jouent un rôle essentiel dans l'atténuation de la crise climatique. Ils abritent et protègent des espaces naturels rares et vitaux et favorisent la résilience grâce au captage de l'eau, à leur faculté de stockage et à bien d'autres éléments. Selon ce

rapport, la protection et la restauration des tourbières déjà dégradées permettraient de réduire les émissions mondiales de gaz à effet de serre de 800 millions de tonnes par an. Les tourbières couvrent seulement 3 % de la surface de la Terre, mais stockent environ 600 milliards de tonnes de carbone, soit deux fois plus que toutes les forêts du monde réunies. Selon des spécialistes, cela en fait l'un des écosystèmes puits de carbone les plus efficaces et souligne le besoin de les protéger. Plusieurs pays ont pris conscience de l'importance des tourbières et présenté des engagements en faveur de la protection de ces écosystèmes en péril. En 2018, lors de la réunion des partenaires de l'initiative mondiale pour les tourbières, qui s'était tenue à Brazzaville, trois pays, à savoir la République démocratique du Congo, la République du Congo et l'Indonésie, avaient signé la « Déclaration de Brazzaville » qui promeut une meilleure gestion et conservation de la zone de la cuvette centrale dans le bassin du Congo, l'une des plus grandes tourbières tropicales au monde.

Mieux encore, lors de la session de l'assemblée des Nations unies pour l'environnement de 2019, les Etats membres ont joué un rôle déterminant dans l'adoption d'une résolution qui les appelle, aux côtés d'autres parties prenantes, à mettre davantage l'accent sur la conservation, la gestion durable et la restauration des tourbières partout dans le monde. Mais malgré ces ac-

cords, les tourbières restent particulièrement vulnérables à l'activité humaine. Environ 15% des tourbières ont été drainées pour l'agriculture, tandis que 5 à 10 % supplémentaires sont dégradés en raison de la suppression ou de la modification de la végétation. Le drainage et le brûlage de tourbières émettent approximativement deux milliards de tonnes de dioxyde de carbone par le biais de l'oxydation ou d'incendies chaque année, ce qui représente près de 5 % des émissions anthropiques.

Un investissement annuel de 46 milliards de dollars jusqu'à 2050 est nécessaire pour réduire ces émissions de moitié, et des spécialistes avertissent que le coût de la sauvegarde des tourbières ne fera qu'augmenter s'il n'y a aucun investissement immédiat.

Pour cela, les gouvernements doivent conserver davantage d'aires protégées et mettre l'accent sur l'importance des services écosystémiques que fournissent les tourbières. L'attribution d'une valeur économique aux tourbières et la fixation d'un prix pour les émissions de carbone permettraient de dissuader la poursuite de l'extraction nocive et excessive des ressources et de générer dans le même temps des ressources financières essentielles au profit des communautés locales et du développement durable.

Boris Khari Ebaka

Le saviez-vous ? Pourquoi l'aéroport Maya-Maya s'appelle-t-il ainsi ?

Comprenant sept passerelles télescopiques vitrées et adaptées aux avions de types Airbus A380 et Boeing 747-400, l'aéroport Maya-Maya, à Brazzaville, a été construit en deux modules dont le premier a été livré et inauguré le 11 août 2010 avec une deuxième piste d'atterrissage de 3 700 mètres, et le second le 5 février 2014. Zoom sur l'ancien aéroport de Baongo vers la fin des années 1950 à l'actuel Maya-Maya.

Le terrain repéré pour le nouvel aéroport appartenait à une famille téké dont le chef s'appelait Mpiaka. Elle habitait un village implanté à l'emplacement de l'ancienne usine Minoterie et aliments de bétail ainsi que de la station de concassage de pierres Dalbeira et Boinega.

La famille Mpiaka était propriétaire d'un vaste terrain allant de l'Orostom à Diata jusqu'au carrefour de l'avenue Loutassi. Ce terrain englobait toute la zone de la Patte d'oie, du stade Alphonse-Massamba-Débat en passant par le côté gauche de l'avenue Loutassi en descendant du quartier Plateau des 15 ans vers Ouenzé, cinquième arrondissement de Brazzaville.

Interrogé par l'équipe des colons, M. Mpiaka ne comprenant pas la langue française appela en téké son neveu scolarisé en prononçant « maya, maya », autrement dit « viens, viens ».

Comme dans de nombreux cas de malentendus, lors des premiers contacts entre explorateurs blancs et la population africaine, ces techniciens avaient cru que la zone du terrain qu'ils avaient repérée s'appelait Maya-Maya. Le nouvel aéroport fut appelé ainsi, en abandonnant la pause observée en langue téké entre « maya, maya » car la virgule fut depuis remplacée par un trait d'union « Maya-Maya »

Pour la petite histoire, au début des années 1950 apparurent les premiers avions à réaction civils, destinés au transport des passagers, avec une vitesse de croisière portée au double de celle des avions à hélices. Les avions à réaction ayant besoin d'une piste plus longue, celle de l'avenue Matsoua, trop courte, ne pouvait être rallongée en direction du fleuve Congo, du côté du quartier Mbama et de la Case-de-Gaulle toute proche, ni du côté de Moukoundzi-Ngouaka, avec la proximité du ravin du cours d'eau Malari-Somé qui coule en contrebas du quartier Château d'eau. Il n'y avait pas d'autres choix que de délocaliser l'aéroport de Baongo pour



pouvoir construire une piste plus longue et appropriée afin d'accueillir les nouveaux avions équipés de moteurs à réaction. Dès la fin de la Seconde Guerre mondiale, une équipe technique française fut chargée de chercher un terrain pour la construction du nouvel aéroport. Elle repéra le plateau délimité par la forêt de la Patte d'oie, la rivière Mfilou et la dépression de Mougali.

C'est en octobre 1951 que fut inauguré à Brazzaville le vol de l'avion Constellation, un grand quadrimoteur à hélices qui avait une autonomie de vol plus impor-

tante, effectuant la ligne Paris/Douala/Brazzaville en dix-sept heures environ. En 1954, les DC 6 apparurent à Brazzaville, avec une liaison hebdomadaire entre Paris et Brazzaville, passant par Alger, Niamey, Fort-Lamy, Douala, Libreville, Pointe-Noire, pour remonter sur Marseille ou Nice. Finalement, ce n'est qu'en 1960 que Maya-Maya commença à accueillir les premiers avions à réaction avec le Boeing 707 d'Air France et le DC-8 d'UAT, sur la liaison Paris/Douala/Brazzaville.

Jade Ida Kabat

ADIAAC

Toute l'actualité
Du Bassin du Congo
EN VIDÉO



LES DÉPÊCHES
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER
DE KINSHASA

+336 11 40 40 56

info@adiac.tv

84, boulevard Denis-Sassou-N'Guesso
Brazzaville - République du Congo

www.adiac.tv



Adolescents

Des substances chimiques dangereuses dans les fournitures scolaires

Les fournitures scolaires contiennent des substances chimiques dangereuses. C'est pourquoi l'Anses réclame que soit appliquée à ces produits la même réglementation que celle sur les jouets.

Tout au long de l'année scolaire, les enfants et les adolescents utilisent cahiers, stylos et autres correcteurs. S'ils semblent bien inoffensifs, il s'avère que leur usage pourrait s'avérer dangereux pour la santé. En effet, plusieurs études conduites par l'Ademe, le Danish EPA, 60 Millions de Consommateurs ou encore l'UFC Que Choisir ont mis en évidence la présence ou l'émission de substances chimiques dans ces fournitures.

La présence de phtalates, de composés organiques volatiles dont le formaldéhyde, le chloroforme, le toluène ou encore de métaux lourds ou de bisphénol A, expose les enfants à des problèmes de santé. D'autant que les enfants ont tendance à mettre notamment les stylos à la bouche.

Cancérogènes, mutagènes, perturbateurs endocriniens
Parmi les substances relevées

dans les fournitures scolaires, les travaux ont rapporté la présence de bisphénol A. Interagissant avec le fonctionnement hormonal, il expose à des « *risques accrus de maladies et de troubles comme le cancer du sein, le diabète, des perturbations de la fonction thyroïdienne, l'obésité, la baisse de la fertilité et de la sécrétion de testostérone ou encore des maladies coronariennes* », rappelle France Assos Santé.

De son côté, « *l'ingestion ou l'inhalation (vapeurs ou poussières fines) de plomb est toxique* », rappelle le ministère de la Santé. « *Elle provoque des troubles réversibles (anémie, troubles digestifs) ou irréversibles (atteinte du système nerveux, encéphalopathie et neuropathie)*. »

Le formaldéhyde, autre substance analysée, expose de son côté à des irritations oculaires et

des voies respiratoires. Il est aussi classé comme cancérogène avéré par le Centre international de recherche sur le cancer de l'Organisation mondiale de la Santé et pourrait être associé à des troubles cognitifs. Quant aux perfluorés, ils augmentent le risque de cancer du testicule et du rein, de dysfonctionnement hépatique, d'hypothyroïdie ou encore de retard de la puberté.

Réglementer comme les jouets

Pour le moment, « *ni en France ni en Europe, les fournitures scolaires ne relèvent d'une réglementation spécifique permettant d'encadrer leur composition, leur fabrication ou leur utilisation pour s'assurer de leur innocuité* », se désole l'Agence nationale de Sécurité sanitaire (Anses). Cette dernière appelle à « *appliquer à l'ensemble des fournitures*



scolaires la réglementation européenne relative à la sécurité des jouets (n°2009/48/CE) ». Ce qui signifierait que l'utilisation de substances cancérogènes, mutagènes ou toxiques pour la reproduction serait interdite pour leur fabrication.

« *En attendant (...) je conseillerais aux consommateurs de*

Des fournitures scolaires/DR
privilegier les fournitures ne contenant ni substances parfumées, ni paillettes ou autre artifice pouvant induire des comportements détournés par les enfants, tels que le « machouillage », voire l'ingestion », suggère Céline Dubois, coordinatrice de cette expertise à l'Anses.

Destination santé

Psychologie

Les bienfaits des vacances déconnectées

Et si vous mettiez aussi tous vos appareils connectés en vacances ? En cessant d'avoir les yeux rivés sur des écrans et l'esprit dérangé par des notifications, on est plus présent aux autres, on profite mieux des paysages et surtout, on fait du bien à notre santé !

Les vacances, c'est fait pour se reposer ! C'est aussi une occasion rêvée de mettre en pause tous ces écrans qui nous nuisent et devant lesquels, c'est avéré, nous passons désormais la majeure partie de notre vie. Car entre le télétravail, la consultation compulsive des réseaux sociaux, les jeux vidéo ou le binge watching (visionnage des heures durant de séries TV), notre quotidien est devenu presque entièrement numérique. Les vacances, les vraies, se doivent désormais de se dérouler en mode offline, déconnectées



Profiter des vacances, en s'éloignant de son smartphone/DR

du World Wide Web. Une détox digitale, en quelque sorte !

Les effets du sevrage numérique ont fait l'objet de nombreuses études. Ils sont encore très disparates, voire contradictoires, selon une revue récente de la littérature médicale. Certains gros utilisateurs des réseaux sociaux peuvent par exemple éprouver, en cessant brutalement leurs interactions, un sentiment plus intense de solitude, ou, au contraire, une plus grande connectivité so-

cial. Mais, à moins d'avoir un rapport particulièrement problématique au numérique, on peut attendre de nombreux bienfaits de vacances déconnectées. On a moins de douleurs, car rester tout le temps sur un écran (d'ordinateur mais aussi de smartphone puisqu'il oblige à pencher la tête en avant pour regarder l'écran) entraîne des troubles musculosquelettiques qui s'améliorent avec le repos. On dort mieux, donc on « récupère » mieux. La lumière bleue des écrans perturbe la production de la mélatonine, l'hormone qui régule nos cycles d'endormissement.

Aussi, on est moins fatigué, donc on peut aussi avoir plus d'activités. Rester collé aux écrans est réputé entraîner fatigue oculaire, troubles de la vue et maux de tête ; on est mieux dans sa peau, car consulter les réseaux sociaux pousse à se comparer aux autres, et donc risque de modifier la perception que l'on a de soi-même. On est aussi moins déprimé (si on l'était) ; et le temps paraît plus long, donc les vacances aussi. Imaginez le temps gagné à ne plus faire défiler, liker, poster ou simplement surfer sur Internet !

Enfin, on se prépare ainsi d'autant mieux à la rentrée. Après une détox digitale, il semblerait que l'on soit moins enclin à procrastiner (c'est-à-dire remettre au lendemain ce qu'on pourrait faire le jour même), et même que l'on se mette spontanément à moins utiliser les réseaux sociaux !

D.S.

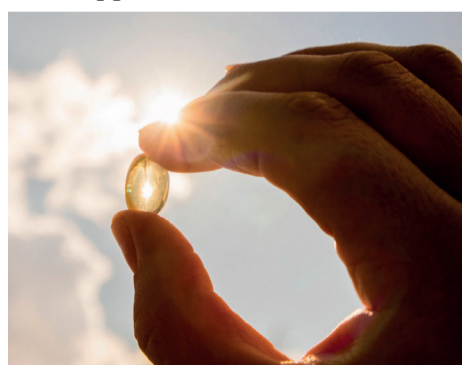
Médicaments

En cas de fortes chaleurs, comment les conserver ?

On n'y pense pas toujours mais, en cas de canicule, vous devez relire la notice de vos médicaments. Certains doivent en effet être impérativement conservés à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Même en dehors des périodes de fortes chaleurs, il convient d'être attentif au mode de conservation des médicaments. Mais lorsque le mercure grimpe, il est d'autant plus important de rester vigilant. Sur la notice, trois cas peuvent être décrits.

Aucune condition de conservation n'est apposée sur la boîte. C'est le



cas le plus fréquent. Cette absence d'indication révèle que le médicament est considéré comme stable. Ces médicaments peuvent supporter de fortes chaleurs s'ils sont dans leur emballage d'origine. Dans ce cas, laissez-les dans votre lieu de stockage habituel (armoire à pharmacie, placard, hors de portée des enfants) ; La notice recommande une conservation à une température inférieure à 25 °C ou 30 °C : ces médicaments peuvent résister à un dépassement

ponctuel... mais celui-ci doit rester très limité dans le temps ; Parfois, la conservation doit être maintenue entre + 2 °C et + 8 °C. Donc, conservez ces médicaments dans votre réfrigérateur et contrôlez régulièrement la température. Une fois sortis du réfrigérateur, utilisez-les rapidement et évitez de les remettre au froid s'ils sont restés exposés à la chaleur : cela pourrait les endommager.

Quand la chaleur modifie la consistance

La consistance de produits peut aussi être modifiée par la chaleur. Certains se ramollissent où se liquéfient. Citons notamment les ovules, les suppositoires ou encore certaines crèmes ou pommades. Vous devez donc les maintenir dans un endroit frais. A contrario, en voulant trop les protéger, ne les stockez pas dans un lieu trop froid. Ce qui altérerait aussi leur consistance. Là encore, la notice vous aidera à trouver les conditions de stockage idéales. Dans tous les cas, si la forme de votre médicament a changé, ne l'utilisez pas. Ses propriétés ont de grandes chances d'avoir aussi été altérées !

D.S.

Basketball

Trois villes pour accueillir la nouvelle édition de la Basketball Africa League

Comme l'an dernier, trois villes (Dakar, Le Caire, Kigali) vont accueillir la nouvelle saison de la Basketball Africa League (BAL), la compétition continentale de clubs, qui entre dans sa troisième année. Celle-ci a démarré à Dakar le 11 mars et s'achèvera le 21 mars pour la phase dite « Conférence Sahara ». La BAL reprend le format de l'année dernière, avec douze équipes réparties en deux conférences régionales, qui s'affronteront pour les play-offs au mois de mai dans la capitale rwandaise, Kigali.

Les champions tunisiens de l'US Monastir seront probablement l'équipe à battre. Ils ont dominé les Angolais de Petro de Luanda, 83 à 72, lors de la finale de 2022, pour compenser la défaite de l'année précédente face aux vainqueurs de la première édition, les Egyptiens du Zamalek. Chaque équipe n'étant autorisée à recruter qu'un maximum de deux joueurs non Africains dans sa liste de 12 joueurs, l'espoir est qu'une exposition accrue à la compétition de haut niveau permettra d'améliorer le niveau de tous les joueurs, en ce qui concerne les talents locaux.

Comme l'an dernier, les douze équipes seront à nouveau réparties en deux conférences : la conférence du Sahara et la conférence du Nil. Dans chaque conférence sera disputée une phase de groupe de quinze matches au cours de laquelle chaque équipe affrontera une fois les cinq autres concurrentes de sa conférence. La phase de groupe de la Conférence du Sahara se déroule à la « Dakar Arena » du 11 au 21 mars, et la phase de groupe de la Conférence du Nil aura lieu au « Hassan Mostafa Indoor Sports Complex » du Caire du 26 avril au 6 mai. Les quatre meilleures équipes de chaque conférence accéderont aux play-offs sous la forme d'un tournoi à élimination

directe et aux finales qui se joueront à la « BK Arena » de Kigali du 21 au 27 mai.

Les douze équipes de la BAL

Voici les douze équipes participantes à la BAL 2023 : Abidjan Basket Club - ABC Fighters (Côte d'Ivoire) ; AS Douanes (Sénégal) ; Kwara Falcons (Nigeria) ; Rwanda Energy Group - REG (Rwanda) ; Stade Malien (Mali) ; Union Sportive Monastirienne - US Monastir (Tunisie) ; Al Ahly (Égypte) ; Cape Town Tigers (Afrique du Sud) ; City Oilers (Ouganda) ; Ferroviário da Beira - CFV Beira (Mozambique) ; Club Atlético Petróleos de Luanda - Petro de Luanda (Angola) ; Seydou Legacy Athlétique Club - SLAC (Guinée).

« Le talent se trouve en Afrique », selon Amadou Gallo Fall

Pour Amadou Gallo Fall, qui a participé à la mise en place de la BAL, les deux premières éditions ont déjà eu un impact considérable sur la culture du basketball en Afrique. « Les équipes, en général, travaillent dur pour s'organiser. Elles se positionnent pour avoir une chance de remporter leur championnat local et de se qualifier pour la Basketball Africa League. Nous croyons au basket-

ball en Afrique », a-t-il déclaré.

« C'est la raison pour laquelle nous sommes impliqués ici depuis plusieurs décennies. Nous nous évertuons à poser les fondations, à mettre en place les premiers éléments de base nécessaires à la viabilité à long terme. Il s'agit de rendre le jeu accessible, afin que davantage de jeunes garçons et de jeunes filles fassent rebondir le ballon et s'intéressent au basket-ball », a-t-il poursuivi.

Il a estimé que la prochaine étape du projet est d'empêcher que ce talent africain ne s'exerce qu'à l'étranger, comme cela s'est produit avec beaucoup des joueurs qui ne sont jamais revenus.

« L'Afrique doit s'assurer qu'elle ne se contente pas que d'exporter des talents, mais qu'elle crée une valeur ajoutée autour de ses talents », a déclaré le Sénégalais, qui a travaillé pendant plusieurs années comme administrateur pour les Dallas Mavericks, un club de la NBA, avant de prendre en charge les activités de la NBA en Afrique. Rappelons que la saison 2023 de la BAL va offrir un total de trente-huit matches sur trois mois entre Dakar, le Caire et Kigali.

Boris Karl Ebaka

Football

Pronostics de notre expert

Notre expert vous propose une série de pronostics pour ce week-end.



Les paris sûrs de la semaine

En Angleterre : Tottenham bat Southampton; Chelsea bat Everton; Aston Villa bat Bournemouth.

En France : Lens bat Angers; Nice bat Lorient; Monaco bat Ajaccio et PSG bat Rennes.

En Allemagne : Borussia Monchengladbach bat Werder Breme; Borussia Dortmund bat Cologne et Union Berlin bat Francfort.

En Italie : Sassuolo bat Spezia; Atalanta Bergame bat Empoli et Fiorentina bat Lecce.

En Espagne : Real Sociedad bat Eiche; Real Bétis bat Majorque; Séville bat Getafe; Barça bat Real Madrid.

Les bonnes côtes de la semaine

Barça bat Real Madrid; Atletico Madrid bat Valence; Hoffenheim bat Hertha Berlin; Monaco bat Ajaccio; Lyon bat Nantes; Fiorentina bat Lecce.

Victoire ou match nul

Ces huit équipes vont gagner ou faire match nul : Barça, Fiorentina, Sampdoria, Union Berlin, Lyon, Montpellier, Chelsea, Aston Villa.

A la découverte de ...

Angela Ikonga, la vipère

L'imposante judokate est sans nul doute sur la voie de réaliser une carrière typique de judokate professionnelle. Sa taille, son gabarit, sa force physique ainsi que sa technique lui permettent souvent de faire des prouesses sur le tatami et de susciter l'engouement des supporteurs lors de ses combats.

Le mois des femmes oblige, Angela demande à ses compatriotes, dans leurs secteurs d'activités respectifs de donner le meilleur d'elles afin non seulement de sauver l'image des femmes, mais aussi de prouver leur compétence. « Il est important d'aimer ce que vous faites et les résultats viendront de façon naturelle », estime-elle.

Cette année, lors de la Coupe Edith-Lucie-Bongo-Ondimba qui s'est déroulée du 12 au 13 mars à Oyo, dans le département de la Cuvette, elle a dominé toutes ses adversaires et remporté, sans trop de peine, la médaille d'or qui était réservée à sa catégorie. La jeune Angela est encore ceinture marron mais compte déjà beaucoup de médailles dans sa gibecière.

Deuxième lors de la première édition de cette coupe, elle a marqué une évolution en occupant la première place. « Aujourd'hui je viens de changer de cap en obtenant la médaille d'or. Cela marque une évolution dans ma carrière et je me battraï pour conserver ce titre », a promis la vipère.

Basketteuse de formation, c'est en 2015 que celle qui se considère comme l'une des têtes d'affiche du judo féminin à Pointe-Noire a goûté au judo, mais apparemment c'était amer puisqu'elle a quitté le tatami à quelques semaines d'entraînement seulement. C'est finalement en 2019 que Me Falkao l'a obligée de rejoindre le club, l'avenir de Mvou-Mvou.

A l'image de son idole et star du judo féminin Miranda, la vipère souhaite faire mieux en honorant le Congo sur le plan international. Pour ce faire, elle se donne corps et âme au travail et multiplie parfois ses heures d'entraînement.



Rude Ngoma

Angela la vipère aux cotés de l'inspecteur sectoriel

Plaisirs de la table

Les arômes à l'état naturel

Certaines plantes telles que la menthe, le thym ou la lavande renferment bien des arômes incroyables et elles ne sont pas les seules. A part ces petites merveilles se trouvent également des fruits tout autant riches en parfums exceptionnels. Découvrons-les ensemble.

Toutes ces substances aromatiques aussi rares peuvent-elles sembler sont à rechercher près de nous, tout simplement dans la nature. L'arôme est un produit transformé dont on a concentré ses essences naturelles. La nature offre une gamme très variée de fragrances à base de plantes ou de fruits comme la vanille, le citron, la banane, la fraise, la menthe, le coco et de bien d'autres senteurs.

Plusieurs procédés de fabrication sont employés tels que la déshydratation, la distillation, mais le plus usuel est celui de l'extraction hydro-alcoolique à chaud. Selon le choix de la technique, on peut obtenir des huiles essentielles, des alcoolats ou des infusions et la liste n'est pas exhaustive.

L'arôme alimentaire est un ingrédient que l'on incorpore à très faible dose dans un plat et qui apporte une odeur particulière à la préparation. Ainsi gâteaux, crèmes, yaourts, jus, sorbets ou des plats salés comme du riz peuvent subir des modifications mais toujours assez incroyables pour les palais. A côté des arômes sucrés, on retrouve également des salés, indiqués pour sublimer les plats à base de pâtes, de soupes,

de légumes, des sauces vinaigrettes ou encore des viandes ou des poissons. Petite précaution tout de même pour tous les arômes salés ou sucrés, c'est qu'ils renferment déjà une certaine quantité de sel ou de sucre. D'où il faut en tenir compte dans les préparations des différents repas.

De nombreuses recettes en pâtisserie surtout mais pas seulement contiennent des arômes naturels, industriels ou synthétiques. le choix du produit ensuite ne dépend que du goût de chacun.

Le but d'ajouter des arômes se tient primo dans le fait de vouloir restaurer une senteur à un aliment qui au départ a son propre parfum qui ne convainc pas. Secundo, d'attribuer une odeur à un mets qui ne présente pas au départ une fragrance.

Pour ce qui est de l'arôme de vanille, par exemple, il ne s'obtient pas exclusivement qu'à partir des composés aromatiques mais d'autres substances viennent renforcer toute la technique d'extraction et ce ne sont pas toujours des éléments 100% naturels. En effet, il s'agit là de composants obtenus à partir de molécules

synthétisées chimiquement.

Il est à noter que dans la composition de ces aromates aussi rares que sensationnels, l'alcool est aussi présent et rarement ne figure pas dans la fabrication. Néanmoins, pour les consommateurs qui souhaitent utiliser des arômes sans alcool, il faudrait savoir qu'avec les traitements thermiques, les essences subissent ensuite une diminution de la teneur résiduelle d'alcool.

Pour ce qui est de la quantité à incorporer, de manière générale il est conseillé d'ajouter 5g d'arôme alimentaire par kilogramme de préparation on encore 5 ml (équivalent de deux cuillérées à café) par litre.

Pour ne pas se tromper, il est préférable de suivre les indications sur chaque flacon d'arôme où est inscrit le dosage, mais chaque essence est différente et possède ainsi sa propre dose selon le parfum qu'il est bien prononcé ou pas. A côté des arômes liquides il existe ceux en poudre dans les rayons des grandes surfaces. A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons !

Samuelle Alba

RECETTE

Filets de poulet au maïs

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

2 boîtes de maïs de 285g
2 filets de poulet
2 citrons verts
4 oignons nouveaux
Quelques feuilles de basilic frais
1 cuill. à soupe de ciboule ciselée
1 yaourt blanc
4 cuill. à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre

PRÉPARATION

Commencer par préchauffer le four à 220°. Préparer ensuite la sauce en mélangeant le yaourt et la ciboulette ciselée. Saler et poivrer. Couper les filets de poulets en cubes de 3 cm de côté. Couper les oignons en tranches et les citrons verts en petits quartiers. Enfiler les dés de poulet, les oignons et les quartiers de citrons sur des brochettes en les alternant. Arroser les brochettes avec 2 cuill. à soupe d'huile, saler et poivrer. Pendant ce temps, égoutter le maïs. Faites-le dorer dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile 2 min environ. Poivrer. Retirer les brochettes du four sans vous brûler et servir aussitôt avec la poêlée de maïs et le yaourt aux herbes.

SUGGESTION

En remplaçant d'un barbecue il est possible de cuire les brochettes à la poêle 10 min environ, en les dorant sur les 4 faces.
Bon appétit !



S.A.

SOLUTION :
Le mot-mystère est : *galanterie*

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

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°687 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°696 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°144

- 2 LETTRES
CE - EN - ES - NE - ON - RU - TE
- 3 LETTRES
EUS - MAS - MER - NUE - OUI - RUE - RIT - RUT - TON
- 4 LETTRES
AREC - ARME - AVEC - AXEE - GRET - CYAN - FUME - LYRE - RATE - REIN - RING - STAR - UNAU - USEE
- 5 LETTRES
AMERS - CESAR - CHAUX - CRUES - DRONE - EFFET - ENNUI - EXACT - IMITE - MOYEN - OISIF - OMEGA - REELS - RELAX - SCENE - TREMA
- 6 LETTRES
CASERA - DOCKER - ECRITE - METTRE

DESERT EN DRAPEL PARTIALE	A CHASSE LA FOULE DANS L'OBSCURITE	PREVABLE TRIANCHE DE VIE	YEUX LEONARD DEMONSTRATIF	RUT MALIN	DEURANT DROLE DE LANGAGE
VOIR DU MALIN ENFIN DOMESTIQUE				ONCLE AMERICAIN SERRAISEMENT	
DANS LA CORNE DE L'AFRIQUE DISPARU		PARTICULE	CRUSTACE DECONFLUE		MODEPNE REGION D'ESPAGNE
TEMPS MORT	FAIRE DES NOMBRES DETESTABLES			QUITE LES LIEUX DETTE	PIQUE DU ARRIGE
		SOUVERAIN FOOT A MILAN			
ORDRE PROFONDE OBJECTIF			FAREL BOMTICELP		
		PARTICULE CORROSE			TENTURE
SITUATION AMERIQUE			PROJECTION SANS CARGASON		
	PLANTE POTAGERE LA FEMME DU FILS				ADVERBE PATRE DES CARROCAS
HOMME DE MAIN EGARE			RAPPEL		ARTICLE ESPRANOCL
		OPERA A PARIS			
PAYS D'EUROPE			ECHARPE		

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

- ABDOMEN
- ACIDE
- AGORA
- ALEZAN
- ARBALETE
- BANANE
- BERCEAU
- CARBONE
- COMPLOT
- CULOTTE
- DANGER
- DIPLOME
- DRAGON
- ENERGIE
- FICELLE
- FILTRE
- FOETUS
- GAUCHER
- GAZON
- GLOBAL
- HAUBAN
- HORMONE
- HORODATEUR
- HYENE
- IGNOBLE
- LIVIDE
- MORSURE
- MOUTARDE
- ORIGAN
- PACTOLE
- PEGRE
- PEINDRE
- PRESURE
- PROTEINE
- PRUDENCE
- RAVIOLIS
- SCALPEL
- SOUFRE
- TREPLIN
- VACHERIN
- VESTIBULE

• SUDOKU • GRILLE N°688 • FACILE •

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

SUDOKU • GRILLE N°697 • DIFFICILE •

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

A cœur ouvert

« D'oublier et se mettre en retrait »

Dans un monde où l'ego joue en première ligne, s'oublier et se mettre en retrait reviennent à parler le langage des anciens. Oui, les hommes à la couronne blanchie par les années disent que l'humilité précède la gloire Mais se taire et écouter, observer et se mettre en retrait, est-ce vraiment humain ?

L'on vous dira souvent que celui qui veut diriger une nation doit apprendre à diriger une maison. L'on vous dira que personne ne peut prétendre diriger la cité s'il n'est pas capable de maîtriser son foyer. Et certaines fonctions administratives, civiles et militaires ne peuvent être assumées sans passage devant l'Etat civil.

Le mariage est ainsi le plus beau des camps d'entraînement si on veut percer dans la vie. Pourquoi ? Eh bien, c'est parce que c'est compliqué de gérer ses émotions, ses envies, ses besoins et aussi ceux de l'autre.

L'humain est la conception de l'être supérieur la plus complexe qui soit dans sa constitution, ses raisonne-

ments et son fonctionnement. Alors, qui veut diriger les autres doit être prêt à passer sur l'autel de sacrifice de son ego.

L'état émotionnel de nos familles, la sorcellerie, les envoûtements, la comparaison, la compétition prouvent à suffisance que l'élévation attire du monde mais il y a un secret qui n'a jamais trahi ceux qui le pratiquent : s'effacer.

On dirait un contre-sens, un illogisme, un paradoxe...

Mais qu'observez-vous quand votre mari hausse le ton, gronde dans la maison, s'irrite et vous percute de ses émotions et que vous répondez par le silence ? Pas un silence de frustration, pas une bouderie de méconten-

tement, ni même de renoncement ou de capitulation mais un silence qui laisse la place à l'autre d'exprimer tout ce qu'il ressent, même si c'est très difficile à entendre...

Un silence qui assume ses torts, autorise le mécontentement de l'autre et la divergence du moment. Un silence qui permet la désescalade, qui accorde une issue favorable à la crise et attend que la tempête des émotions passe pour permettre un contexte ultérieur de communication bienveillante, si nécessaire, car la laisser couler est parfois une solution à part entière...

Princilia Pérès

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

Votre énergie est débordante, vous êtes stimulé et passez sans difficulté d'un projet à un autre tout en maîtrisant parfaitement vos sujets. Vous attirez l'attention, de jolies missions vous seront confiées.

Lion
(23 juillet-23 août)

Vous avez le cœur à la fête, vous êtes entièrement dévoué à une personne importante et ferez tout en œuvre pour le bonheur de celle-ci. Vos actions du quotidien sont multiples et inspirantes.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Le calme après la tempête ! L'optimisme vient accompagner votre quotidien et vous pousse à sortir des sentiers battus. Cette belle dynamique est pour vous le meilleur moyen de vous épanouir.

Taureau
(21 avril-21 mai)

La famille sera un refuge sans faille ces jours-ci. C'est près de vos proches que vous vous sentez le plus vivant et à l'aise. Cette façon de vous ressourcer aura une influence positive sur toutes vos actions.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Un petit coup de fatigue pourrait se faire sentir en milieu de semaine. Ecoutez les signaux que vous envoient votre corps et lâchez prise dès que vous le pouvez. Vos amis seront présents pour vous entourer.

Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous saurez faire la part des choses et choisir vos camps et vos alliés. Les sollicitations sont nombreuses, vous aurez le sens des priorités. De jolis changements viendront pointer le bout de leur nez.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Votre optimisme guidera toutes vos prises de décisions et vous rendra particulièrement dynamique. Vous vous ouvrez à de nouvelles perspectives, vos idées se transforment rapidement en de beaux projets.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

La semaine sera placée sous les signes du changement et de la surprise. Les incertitudes seront nombreuses, il faudra s'armer de patience pour aborder au mieux vos défis. Cela devrait payer !

Poisson
(19 février-20 mars)

Les derniers signes du Soleil dans votre signe vous encouragent à aller de l'avant. Vous serez spontané et enclin à vivre de grandes aventures. Ceci vous pousse à sortir de votre zone de confort et à penser votre quotidien différemment.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Un proche pourrait vous mener la vie dure cette semaine. Attention à ne pas vous baisser les bras devant cet obstacle, il y a plusieurs manières de le contourner. Préparez des arguments solides.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Vous avez un sens infallible de l'organisation et cela sera d'une grande aide pour aborder cette semaine. Vos idées s'ordonnent pour laisser place à de belles initiatives, vous progressez nettement dans plusieurs domaines.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Votre imagination guidera un certain nombre d'idées que vous souhaitez mettre en action. Ceci vous confère une certaine originalité qui ne laissera pas indifférent, surtout si vous êtes célibataire... vous brillerez de mille feux.

PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE
19 MARS 2023

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

MAKÉLÉKÉLÉ

Centre sportif
Mazayu
La Providence
Galien
De l'OMS

BACONGO

Raph (Arrêt CCF)
Dr Jésus (Ex-Saint Michel)
Saint Pierre NG

POTO-POTO

Divina
La gare
Marché Poto-Poto
Renande et Maat
Clairon (Camp Clairon)

MOUNGALI

Avenue de la paix
Espérance (Marché de Moukondo)
Gim
Pont du centenaire
Del Grâce (DRTV Moungali III)

OUENZÉ

Béatitude
Mampassi
Soberme
Ghallis

TALANGAI

Denise
Siracide (Face à l'hôpital de Talangai)
Goless (Pont Mikalou)

MFILOU

Hebron

DJIRI

Antony
Du Domaine