

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

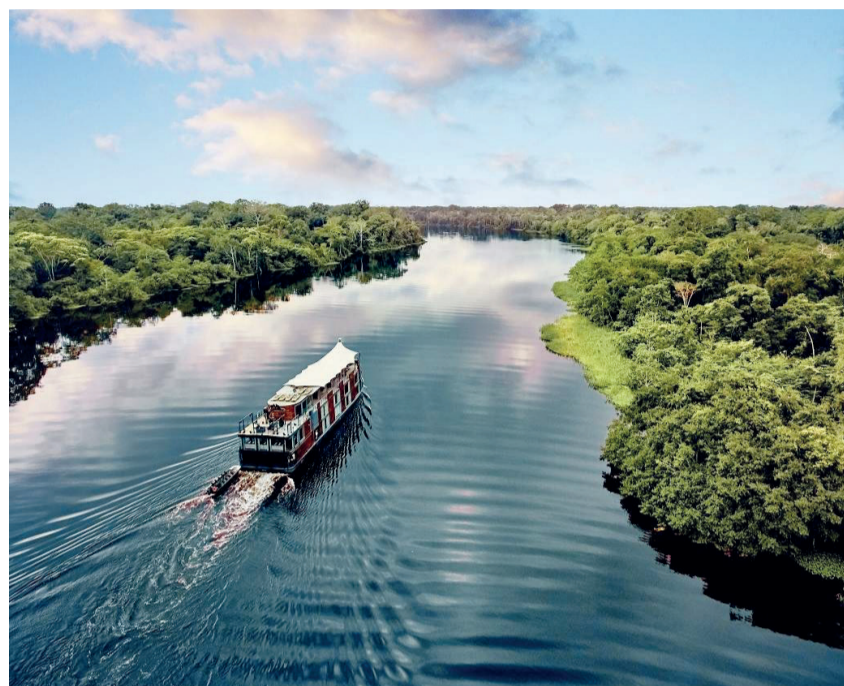
N° 233 - VENDREDI 4 AU JEUDI 10 AOÛT - 2023

TOURISME

Balade de l'indépendance sur le fleuve Congo

Dans la série des activités qui rythmeront la fête de l'indépendance cette année figure « Happy indépendance », une croisière sur le majestueux fleuve Congo prévue pour le 13 août, soit deux jours avant la date solennelle du 15 août. Au menu de cette virée touristique, la découverte, sur fond de musique, jeux et dégustation, de quelques îles qui parsèment ce grand fleuve comme Moutou ya Ngombe, Manguenguengué et bien d'autres.

PAGE 8



ÉDUCATION

Oui ou non une nouvelle tenue scolaire ?



Soucieuses de répondre à la problématique des violences en milieu scolaire, les autorités compétentes du système éducatif national prévoient une uniformisation de la tenue scolaire au secondaire dès la rentrée scolaire 2023-2024. Si le sujet révélé par une réunion de travail entre les administrations concernées fait écho, il oppose les opinions au point de créer des incertitudes chez les parents d'élèves qui attendent.

PAGE 9

MUSIQUE

M'passi de retour avec un album gospel

La célèbre chanteuse de Melgroove et de Bisso Na Bisso revient sur le devant de la scène avec « Dieu m'a appelée ». Un disque de douze titres sorti le 19 juin dans lequel M'passi mélange soul et gospel. Il marque non seulement un virage artistique dans sa carrière mais montre également une nouvelle facette de l'artiste qui se dévoile, spirituelle, intensément portée par sa foi pour chanter Dieu.

PAGE 4



ART

Stavic, une image vaut mille mots

Stavic Nam-Hinguina Kato, 29 ans, connu sous son nom d'artiste Bignam, est artiste peintre et dessinateur diplômé des beaux-arts en 2022. Sur nos écrans défilent ses petites images qui témoignent d'un grand talent à peine éclos. Pas besoin d'en faire des tonnes, une image vaut mille mots, disait le philosophe chinois Confucius.

PAGE 3



ÉVÈNEMENT

Les « Soft Power Days » du 11 au 12 août à Brazzaville

PAGE 5



Éditorial

Sur le fleuve

Les festivités de l'indépendance vont investir le fleuve Congo courant ce mois d'août pour un voyage touristique destiné non seulement à divertir, mais également faire remonter la solennité d'un des plus grands bassins fluviaux du monde.

« Happy Indépendance », du nom de cette belle initiative imaginée par un réseau d'entrepreneurs congolais, a choisi ce moment solennel pour célébrer sa majesté, découvrir le long de ses 4371 km les lieux témoins de l'histoire florissante du pays, rebondir à l'occasion sur ses îles aux personnages et à la mythologie qui ont façonné son histoire dont quelques esprits détiennent encore des mystères peu développés.

Quoique la croisière ait choisi de se circonscrire sur un angle événementiel; pour cette édition spéciale, il est possible qu'elle se tienne désormais sur des dates programmées d'avance pour permettre à des milliers de Congolais et de touristes étrangers de découvrir les abysses de ce majestueux bassin et son peuple chaleureux.

C'est évidemment un vœu. Le même que carresse, sans doute, les organisateurs de cette croisière qui saisissent, à travers l'initiative, la valeur, le rôle et l'importance du fleuve Congo, avec derrière les enjeux écologiques, environnementaux, économiques et culturels.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 36 »

C'est le nombre d'équipes présentes au championnat national juniors filles et garçons, prévu du 4 au 14 août à Madingou.

PROVERBE AFRICAIN

« Donner l'amitié à qui veut l'amour, c'est comme donner du pain à qui meurt de soif ».

LE MOT

« OLYMPIEN »

□ *Cette expression a vu le jour au XIXe siècle dans le domaine de la littérature. Le terme olympien a notamment été employé dans le sens de «Majestueux, serein» par Marguerite Duras, Edmond About et Pierre Louis. Exemple : Un calme olympien.*

IDENTITÉ

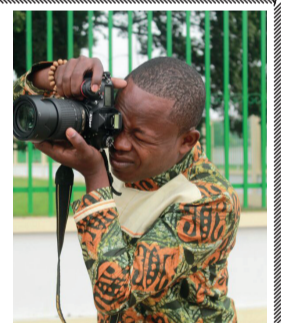
« NESTOR »

Prénom d'origine grecque Nestor signifie « celui qui retourne au pays ». Nestor est un homme posé, apaisé et apaisant. Il est d'un calme majestueux. Même si Nestor traverse une période compliquée, il sait relativiser, positiver et ne pas faire peser son mal-être sur ceux qui l'entourent. Il a beaucoup à cœur de préserver les gens qu'il aime.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Puisque nous sommes dignes héritiers de ce continent, nous allons continuer à hisser haut les couleurs de nos cultures ».

- Zed Lebon -



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 Durly 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 Ngono

COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse
Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

Direction : Gérard Ebami Sala
Adjoint à la Direction : 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, Epiphanie 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

Art

Stavic, une image vaut mille mots

Stavic Nam-Hinguina Kato est artiste peintre et dessinateur. Sur nos écrans défilent ses petites images qui témoignent d'un grand talent à peine éclos. Pas besoin d'en faire des tonnes, une image vaut mille mots, disait le philosophe chinois Confucius.

Stavic Nam-Hinguina Kato. 29 ans. Brazzavillois. Nom d'artiste : Bignam. A ce profil express de cet artiste peintre et dessinateur, ajoutons talentueux. Le qualificatif n'est pas usurpé. Quoi d'autre ? Un vrai coup de patte dès l'école primaire. Des études en électricité et on se demande pourquoi. Parce que pour sa mère, « être

artiste au Congo n'est pas un métier ». Et on comprend sa mère. Sans doute a-t-elle un peu raison, hélas. Mais Stavic s'obstine. La fin de ses études en électricité n'est que le début d'autres études. Il entre aux beaux arts, en sort avec un diplôme d'études moyennes artistiques qu'il décroche en 2022. Le jeune homme

est brillant, vit désormais entre pinceaux et clics de souris. « J'ai une préférence pour peindre sur toile. En tant que portraitiste, je me sens plus proche de la matière, toile, pinceaux, peinture... ça suppose un savoir-faire différent de l'art digital », a-t-il fait savoir.

Dans l'art digital dont il parle, Stavic excelle dans la caricature, comme pour mieux croquer l'actualité. « Je commence par le dessin au crayon, je poursuis le reste du travail sur mon ordinateur. Je ne suis pas forcément un artiste engagé mais il me paraît impossible de rester insensible au monde qui nous entoure, aux maux de notre société. Le dessin est un moyen d'exprimer ma pensée, de faire passer des messages en instantané », a précisé Stavic, épousant la citation de Confucius qui dit qu'« une image vaut mille mots ». De fait, ses caricatures sont parlantes, accusatrices parfois, teintées d'humour souvent, à la façon des dessinateurs de presse pour décrypter l'actualité. Ainsi, Poutine, DSP Malakay, la Schigellose à Dolisie, le Fespan, Koffi de Brazza ou encore Roga Roga se côtoient allègrement dans l'univers loufoque et coloré de l'artiste brazzavillois.

Des projets, Stavic en a. Comme celui de sortir un album manga, à la manière des bandes dessinées japonaises, qui verra le jour en



2024, « si Dieu le veut », a dit le dessinateur. Il appellera son manga « Kibouende », inspiré des réalités africaines et plus précisément congolaises pour évoquer

mythes et traditions ancestrales. Pour l'heure, il ne saurait tarder que ses dessins se révèlent victorieusement sur la grande toile.

Philippe Edouard



Une des bandes dessinées de l'artiste/DR

Enyellé

Un vent de fraîcheur dans la musique autochtone

Basil Balembo âgé de 20 ans milite pour le vivre-ensemble entre bantou et autochtones, une mission qu'il assure sur la scène de façon constante et décomplexé et lui a valu le surnom de Dj Anti-Complexe. Son vœu aujourd'hui est de conquérir les mélomanes congolais et de trouver une place de choix au niveau des ondes nationales.



« Par mon art, je défends le peuple autochtone et je prône aussi le vivre-ensemble », a lancé d'emblée Dj Anti-complexe dans le nom provoque indubitablement des fous-rires vu qu'il est automatiquement assimilé au téléphone « anti-complexe ».

Très connu dans sa contrée, il chante en Lingala ou en Baka sa langue maternelle. « Je chante pour le plaisir, même si dès fois je suis incompris, les gens se laissent en général emporter par le rythme et la cadence », a assuré le DJ dont la musique est devenue un moyen de faire découvrir sa communauté et son patrimoine culturel.

« Ce n'est pas seulement une question d'autochtone ou non. Ma musique permet d'unifier les peuples pour ouvrir des fenêtres entre les différentes communautés », a indiqué Dj Anti-Complexe qui a rappelé que chez les autochtones d'Enyellé, la musique comme la tradition font partie intégrantes de la vie quotidienne, des croyances spirituelles et du mode de vie des autochtones.

Rien à avoir avec la musique de cérémonie qui est considérée comme sacré, sa musique sans fioritures, est essentiellement vocale avec en sus ce rappel à la nature. « Qui peut mieux valoriser notre patrimoine musical, si nous même nous ne le valorisons pas ? Ma musique est une arme à travers laquelle je revendique nos droits, notre place au sein de la société congolaise, nos luttes à et nos espoirs », a fait noter l'artiste.

Marginalisés par les Bantous qui ont peu d'estime pour ces derniers, son message porte avant tout sur le vivre ensemble. « Même si les choses commencent à changer, mais les mentalités ont la peau dure surtout dans le domaine du mariage, des terres, et même de l'école », a fait remarquer Dj Anti-Complexe qui rêve de remplir dans les prochains jours les grandes salles de la capitale

En attendant, l'artiste anime volontiers les manifestations des ministres et d'autres dignitaires lors de leur descente dans le district et le département. « J'ai aussi eu à faire des prestations à Brazzaville, précisément au PK 45 dans le bistrot de papa Tsoumou », a fait savoir ce dernier qui n'hésite pas à lancer un cri du cœur à l'endroit des potentiels producteurs pour l'accompagner à la réalisation de son album.

Quatre chansons à son actif, il espère susciter au sein de sa communauté de nouvelles vocations à l'image de Clément, artiste rappeur autochtone qui est très prisé grâce sa musique engagée. « J'ai aussi initié des jeunes filles, mais en ce moment toutes sont parties dans les campements pour les différents travaux champêtres », a-t-il indiqué. Balembo Basil ou Dj Anti-Complexe, artiste musicien autochtone du district d'Enyellé dans le département de la Likouala, a débuté la musique à l'âge de 9 ans à Impfondo, la capitale de la Likouala. Une passion qui a grandi au fil des ans et pour le bonheur de son public.

Berna Marty

Gospel

M'passi revient sur scène avec « Dieu m'a appelée »

Disponible depuis le mois de juillet sur toutes les plateformes de téléchargement, cet album de douze titres aux sonorités soul, afro et gospel, de la chanteuse congolaise M'passi est l'expression d'un lâcher-prise et d'une déclaration de don de soi et de la place laissée à Dieu dans nos vies.

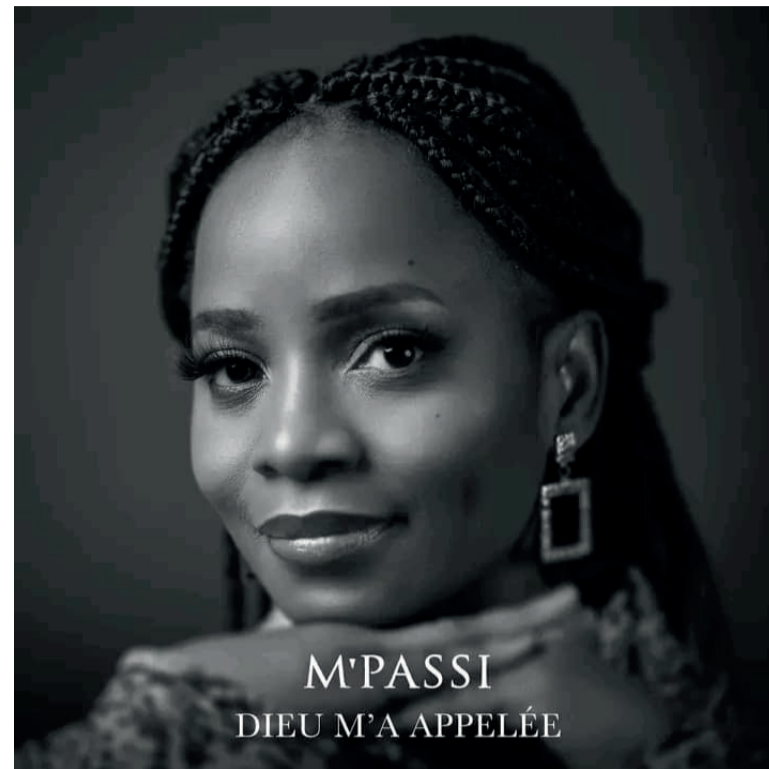
On retrouve dans cet album des titres tels que "Non", "tout cela te reviens", "Eh papa", "le seul". L'ancienne étoile du rap et du RNB chante la gloire de Dieu, tout en exprimant sa gratuité à son créateur. Portée par sa voix, M'Passi chante sans artifice, avec une intensité encore jamais atteinte qui touche le plus profondément les auditeurs. « A la suite de ma rencontre avec le Seigneur et Sauveur Jésus-Christ et au grand bouleversement dans ma vie spirituelle, j'ai décidé de me donner au service de mon Dieu et donc d'utiliser ce don qu'il m'a fait pour la gloire de son nom. Mes futures réalisations iront donc dans ce sens, non comme pour plaire à des hommes, mais plutôt pour plaire à Dieu qui seconde nos cœurs », a expliqué la chanteuse congolaise.

« Dieu m'a appelée » fait voyager à travers les styles et les époques, avec notamment la participation des chanteuses Nana Kukezo dans le titre "Eh papa" et Rebecca, avec le titre "le seul". « En fait,

ce n'est pas nouveau pour moi puisque j'ai travaillé sur ce projet depuis huit ans. J'ai sorti le premier single gospel en 2016 "Non" et depuis j'en ai sorti d'autres, pour la plupart sont sur l'album. Musicalement, je ne pense pas m'éloigner de ma couleur musicale soul et afro pop. C'est le contenu qui est complètement différent puisque je suis centrée sur Dieu et la relation que j'ai avec lui, depuis notre rencontre et mon baptême. L'album "Dieu m'a appelée" est pour moi le premier du genre, et sûrement pas le dernier. J'ai mis ce que je comprends de la parole de Dieu et don de Dieu. C'est le fruit de lecture et de réflexion bibliques et aussi une expérience personnelle ou de proches avec Dieu », a expliqué la chanteuse au journal Afrik.com M'Passi, de son vrai nom Mpassi Bamanga, est une chanteuse et rappeuse franco-congolaise. Ancien membre du groupe bisso na bisso, elle s'est lancée dans une carrière solo à partir de 2009. Son style oscille entre rap, soul,

pop, rumba congolaise et plus récemment gospel. Sa vraie carrière solo débute concrètement en 2011 avec la sortie de l'album "D'où je viens" aux accents soul afro-pop, suivi en 2013 du single "Room", un titre entre danse et zouk. Les sujets abordés sont les enfants et les femmes battues, le sida et l'amour parents-enfants. Trois ans plus tard, M'passi opère un nouveau changement musical, se tournant vers le gospel, avec le single "Non" suivi en 2018 du maxi-single "je crois".

Issue d'une famille de six enfants, elle fait ses premiers tours de chants devant les membres de sa famille en reprenant les chansons des chanteurs tels que Michael Jackson, Whitney Houston, Mbililia Bel, franco et Pamelò, avant de faire la rencontre de Sacha en 1994. Elle forme ensemble avec sa sœur Deidi le groupe Apoca qui est devenu Melgroove. L'aventure a duré six ans et les a conduits dans le monde avec, entre autres, le tube de Jean-Jacques Goldman "Pas toi" qui les a fait connaître



du grand public. Le groupe a été alors nommé de l'année à Abidjan. Entre le premier et le deuxième album M'passi s'accorde une pause et participe à l'aventure bisso na bisso où elle a remporté un

double disque d'or avec une date inoubliable du 15 mai 1999 au zénith de Paris où le groupe a donné un grand concert live accueilli par plus de sept mille spectateurs.

Cissé Dimi

Slam

Katos katos sur scène le 15 août

La slameuse congolaise, Coyine Senia Katoukoulou, alias Katos katos, prendra part, le 15 août, à Brazzaville, à un spectacle de slam baptisé « Indépendance show », initié par le centre culturel Zola.



Au cours de cette manifestation culturelle, plusieurs activités sont prévues, en l'occurrence les cafés slam, les séminaires, les conférences, les spectacles, les festivals et bien d'autres scènes.

Pour ce spectacle, la slameuse a invité quelques-uns de ses collègues artistes, à l'instar du slameur et chanteur Lusa'M.

S'adressant à ses compatriotes, la slameuse souhaite que les Congolais travaillent dur pour l'unité, la paix et le vivre-ensemble. Et selon elle, ce spectacle dénommé « Independent show » est une occasion en or pour atteindre cet objectif commun.

« J'aimerais dire à mes frères et sœurs congolais que l'unité se vive, que le travail s'accomplisse et que le progrès s'observe dans tous les plans à l'échelle nationale », a-t-elle plaidé.

En collaboration avec deux autres slameuses, à savoir S-b Prof et Aimé Solo, l'artiste travaille sur la production d'un single baptisé « Mal aïe ». « Ce single met en exergue les douleurs ressenties par les partenaires dans le cadre des relations amoureuses », a-t-elle expliqué.

Artiste slameuse engagée dans la sensibilisation sociale aux Objectifs de développement durable, Katos katos est également ambassadrice UN75 des Nations unies auprès de la jeunesse congolaise.

Chris Louzany

Sita

L'essor du textile africain au cœur de la neuvième édition

Rendez-vous annuel africain qui réunit tous les acteurs de la filière du textile africain, le Salon international du textile africain "Sita" dont la neuvième édition se tiendra, du 6 au 11 novembre prochain à Conakry en Guinée, sera encore une occasion pour la promotion et le développement du textile africain à travers la création d'une filière porteuse d'espoir.

Sur le thème « la labellisation, vecteur de lutte contre le piratage dans l'industrie du textile africain », ce grand rendez-vous annuel africain réunira tous les acteurs de filière du textile dont artisans spécialisés, industriels, experts du commerce africain, décideurs, universitaires, experts pour réfléchir sur les voies et moyens pour lutter contre la concurrence internationale, renforcer les capacités des acteurs du secteur du textile africain afin de toucher un public varié. Le thème de cette édition est une véritable invite et une interpellation sur la nécessité autour du patrimoine commun du textile que les acteurs doivent partager les idées afin de mettre en œuvre un modèle ou une industrie africaine du textile forte, capable de contribuer à un développement inclusif. Les organisateurs sont donc persuadés que les plus belles pages de la culture de l'artisanat et de l'industrie seront écrites à Conakry, ceci avec l'implication de tous les acteurs du secteur.

Pour cette neuvième édition, les activités phares sont inscrites au programme pour permettre aux acteurs du secteur d'atteindre les objectifs. Il s'agira entre autres de la parade des tenues traditionnelles, modernes ou industrielles africaines des pays présents pour montrer l'ingéniosité culturelle des peuples ; une exposition-vente des produits du textile africain pour magnifier la créativité des acteurs de la filière, des défilés de mode grand public, une conférence internationale qui rassemblera les experts des différents domaines pour réfléchir et mettre à la disposition des participants des connaissances adéquates pour l'essor de la filière, la nuit du coton qui est une soirée de récompense pour tous ceux qui se feront remarquer positivement dans la promotion du textile africain et dans l'accompagnement de la créativité africaine.

En tant que vaste marché de promotion et de valorisation du textile africain, le Sita a pour objectif



de créer un cadre idéal d'expression artistique et de promotion des styles vestimentaires et d'habillement qui valorise le textile africain ; offrir un espace d'expression professionnelle aux acteurs pour libérer leur potentiel sur le modelage du textile africain ; offrir une tribune de visibilité nationale et internationale pour les créateurs afin de présenter leur créativité ; offrir aux acteurs l'opportunité de découvrir les différentes facettes d'utilisation du textile africain ; offrir une occasion aux acteurs de démystifier leurs créations jadis destinées à une seule catégorie de personne afin de diversifier leur potentiel clientèle ; contribuer au renforcement de l'intégration africaine à travers l'art vestimentaire, la valorisation du textile africain en vue de la création d'une industrie porteuse d'espoir pour le continent.

Cissé Dimi

Musique

Bientôt un nouvel opus du Clan Nuit-à-Nuit

Après sa prestation à la 11e édition du Festival panafricain de musique (Fespam), le mythique groupe de coupé-décalé annonce un retour dans les bacs avec un maxi single de quatre titres dont le nom et la date de sortie restent encore top secret.

Le titre du prochain single que le Clan Nuit-à-Nuit mettra bientôt sur le marché reste encore un secret de polichinelle pour la simple raison qu'il y a des tricheurs dans le monde musical. Connus pour des rythmes convainquants, le public sera une fois de plus ravi de déguster cet opus avec des surprises en rapport avec l'évolution de la musique à travers le monde.

A propos de leur récente participation au Fespam, Lionel Bass, le Big manager du groupe, pense qu'il n'y a pas eu trop d'effort. Parce que, selon ce dernier, le commissariat général est bel et bien conscient du savoir-faire de ce groupe avec des jeunes artistes musiciens comme Courageux le Fort, Fourmi Mania et leader dudit groupe, Lionel Obama, dit le Tigre et chef d'orchestre et Douze Mémoires.

Courageux le Fort, Fourmi Mania et leader du Clan Nuit-à-Nuit ont déclaré : « Nous sommes les habitués des grands spectacles. Le Clan Nuit-à-Nuit c'est l'équipe nationale du Coupé-décalé congolais. Vous avez bien vu notre prestation pendant ce festival, et je pense que ça se passe de tout commentaire. Nous venons une fois de plus de montrer aux yeux du public Brazzavillois et de Kintélé que nous restons au top. Nous existons depuis 2008. Ce n'est pas non plus notre première

fois de participer au Fespam.

Je salue le public qui nous a accompagnés durant ce grand rendez-vous de la musique ».

Pour Lionel Obama, le Tigre et chef d'orchestre, « nous sommes habitués à participer au grand spectacle. Le public nous a bien accueillis dans tous les sites où nous sommes passés. Nous avons un bon manager qui sait mettre ses artistes musiciens à l'aise. Nous sommes avec lui depuis 2008. Jusqu'ici, il n'y a pas de problèmes. Certes, il n'est pas millionnaire ou milliardaire, mais nous demandons s'il y a une personne de bonne volonté à l'aider, elle sera la bienvenue. L'avenir est normal parce que nous bénéficions du soutien du public et de nos fans. Tout ce que nous demandons c'est un soutien ».

Enfin quant à Douze Mémoires : « le secret de mes compositions c'est le respect, la sagesse et le sommeil. Tous les titres frappent et marquent le public parce que nous travaillons dur, nous ne sommes pas des fainéants. Nous avons de bons rapports avec notre base. C'est le seul groupe où chacun est libre de faire ce qu'il peut pour sa carrière, mais quand il s'agit de se retrouver pour travailler ensemble, nous répondons tous présents. C'est une exception. Nous sommes satisfaits de nos prestations. Après



le Fespam, nous allons préparer notre maxi single, parce que depuis 3 ans nous n'avons plus mis d'album sur le marché du disque. Nous profitons de votre magazine pour lancer un appel à ceux qui sont disposés à nous soutenir de le faire. Nous n'attendons que ça ».

Cependant Lionel Bass reste confiant. Il se dit satisfait de ces joueurs qui composent l'équipe nationale du Coupé-décalé congolais. Il salue en passant les

artistes qui étaient avec lui au début mais qui n'ont pas compris la vision qu'il a de cet orchestre. Des départs qu'il ne regrette pas.

« C'est un bidon de 25 litres, tu perds un gobelet d'eau de quelques millilitres. Ça ne fait rien. Il faut plutôt avancer avec le monde qui est resté autour de toi. Ces derniers t'apportent de l'amour, un amour réciproque. Tu les aides, ils te soutiennent, ils t'écoutent. C'est de ces gens qu'il faut se contenter. En de-

Clan Nuit-à-Nuit
hors du maxi single, les grands projets on ne les expose pas. Nous nous battons en équipe. Seulement s'il y a du soutien, je pense bien que les gens ne seront pas déçus. Nous avons besoin d'un soutien multiforme ». Notons que le Clan Nui-à-Nuit n'est pas à sa première participation au Fespam. La dernière année en date remonte à 2015. Le public espère les retrouver à la 12e édition, en 2025.

Achilles Tchikabaka

« Soft Power Days »

Le sport comme levier de développement économique

La 3e édition des Soft Power Days se tiendra du 11 au 12 août à Brazzaville sur le thème « Economie et diplomatie du sport ». Un thème très évocateur au regard des défis que le Congo doit relever sur sa présence dans le domaine sportif. En choisissant ce thème, le comité d'organisation des soft power days souhaite rassembler les différents acteurs pour échanger sur les maux qui minent ce secteur qui peut être une vitrine pour le Congo.

« Le sport est une manière d'afficher les talents individuels mais aussi la culture de la réussite ou de l'excellence d'un pays. C'est une arme de Soft power par excellence », a indiqué Marien Fauney Ngombe, président du comité d'organisation. Et de poursuivre : « Notre cheval de bataille est le rayonnement du Congo, son Soft Power. Nous pouvons constater que notre récit national raconte de belles réussites dans le domaine du sport. Je pense ici à Yaoundé 72 mais aussi plus près de nous dans le temps à des athlètes comme Franck Elemba, lanceur de poids. Un des meilleurs dans sa discipline en Afrique. Pour les plus célèbres, nous pouvons nous targuer d'avoir des noms comme Serge Ibaka dans le basket ».

Le choix de ce thème est une manière constructive de réfléchir sur les mécanismes à mettre en place pour faire rayonner le Congo à l'échelle internationale à travers le sport, de présenter les opportunités économiques et entrepreneuriales qu'offre ce secteur. Aussi s'agira-t-il de parler de son rôle inclusif dans la cohésion sociale.

Il sied de noter que les Soft Power Days sont des échanges au cours d'une conférence mais aussi des kermesses avec la mise en avant des entrepreneurs made in Congo ou encore des concerts d'artistes prometteurs de notre pays. A chaque édition, le but principal des Soft Power Days est de donner la parole aux acteurs de la société civile qui agissent, faire un état des lieux des maux qui minent notre société et enfin des propositions pour y remédier.

VEN 11.08.2023
STADE INJS & GYMNASSE HENRI ELENDE

SAM 12.08.2023
RADISSON BLU M'BAMOU PALACE HOTEL, BRAZZAVILLE

LES ATELIERS CITOYENS DU CONGO PRÉSENTENT À

BRAZZAVILLE
11 & 12 AOÛT 2023

3E ÉDITION
SOFT POWER DAYS 2023
"Économie et Diplomatie du Sport"

Conférence Expositions Marche sportive Rencontres culturelles Compétitions

ENTRÉE GRATUITE (SUR INSCRIPTION)

📧 242acc@gmail.com

Sponsors: SNPC, Taptop Sound, PRATIC, Ndemba, NABOYLAB, ELITE, BUTTERFLY, CONGO PHARIS, CONGOLOIS, INSIDE CONGO, nofi, ZIA, ECB

Partenaires: BUTTERFLY, CONGO PHARIS, CONGOLOIS, INSIDE CONGO, nofi, ZIA, ECB

Partenaires médias: INSIDE CONGO, nofi, ZIA, ECB

Interview

Prince Mourchid Tidjani : « La culture congolaise est une source inépuisable de créativité »

Le coordonnateur du label « la république 242 », Prince Mourchid Tidjani, organise le 5 août à Brazzaville, la première édition de Kongo Vibes Festival, en vue de réunir la jeunesse congolaise au tour des activités culturelles, écologiques et sportives. Entretien.

Les dépêches du bassin du Congo (LDBC) : Qu'est-ce que Kongo Vibes Festival ?

Prince Mourchid Tidjani (PMT) : Kongo Vibes Festival est une plateforme permettant aux amoureux de la culture congolaise et aux visiteurs venus d'ailleurs de célébrer le patrimoine culturel commun et de créer des liens durables. En plus, c'est un espace permettant de rassembler les communautés, mettre en valeur le talent congolais et favoriser les échanges culturels, la découverte et l'inspiration.

LDBC : Quel est son but ?

PMT : Kongo Vibes Festival, à l'instar des événements organisés par la république 242, vise à réunir la jeunesse congolaise autour d'activités culturelle, écologique, sportives et festives. Ces jeunes sont issus de divers horizons et unis par des valeurs fondamentales telles que la tolérance, la



bienveillance et le partage. Kongo Vibes Festival permet également de célébrer la richesse culturelle, musicale et artistique du Congo.

LDBC : Comment se déroule-t-il ?

PMT : Plusieurs activités sont

prévues tant des jeux de festival (baby-foot, trampoline...) que des activités nécessitant de l'effort physique (courses de sacs, tir à la corde, etc.). A l'occasion de cette fête culturelle, plusieurs artistes de la scène musicale congolaise seront présents. Aussi

quelques jeunes entrepreneurs mettront-ils en place des stands permettant de proposer leurs produits et services aux festivaliers.

LDBC : Quelles sont vos objectifs à court, moyen et long terme ?

PMT : Dans l'organisation du festival, nous faisons face aux défis d'ordre logistique et financier. Cependant, nous envisageons que Kongo Vibes Festival devienne un événement annuel incontournable et reconnu à l'échelle nationale et internationale. À court terme, nous voulons assurer le succès de la première édition du festival, créer des opportunités pour les artistes congolais et attirer un public diversifié. À moyen terme, nous souhaitons établir des partenariats solides avec d'autres festivals culturels et organisations artistiques. À long terme, nous aspirons à la contri-

bution à faire rayonner notre culture à travers le monde entier.

LDBC : Quel est votre message à l'endroit des Congolais ?

PMT : Nous souhaitons que les gens comprennent que la culture congolaise est une source inépuisable de créativité, de diversité et de fierté. Aussi, nous voulons inspirer les Congolais à embrasser leur identité culturelle et à la partager avec le monde entier. Nous voulons promouvoir les artistes et les créateurs congolais, favoriser la diversité culturelle et renforcer le sentiment de fierté de la communauté. Raison pour laquelle nous invitons chaleureusement tout le monde à prendre part à la célébration de Kongo Vibes Festival et à la diffusion de l'énergie positive de la culture congolaise à l'échelle mondiale.

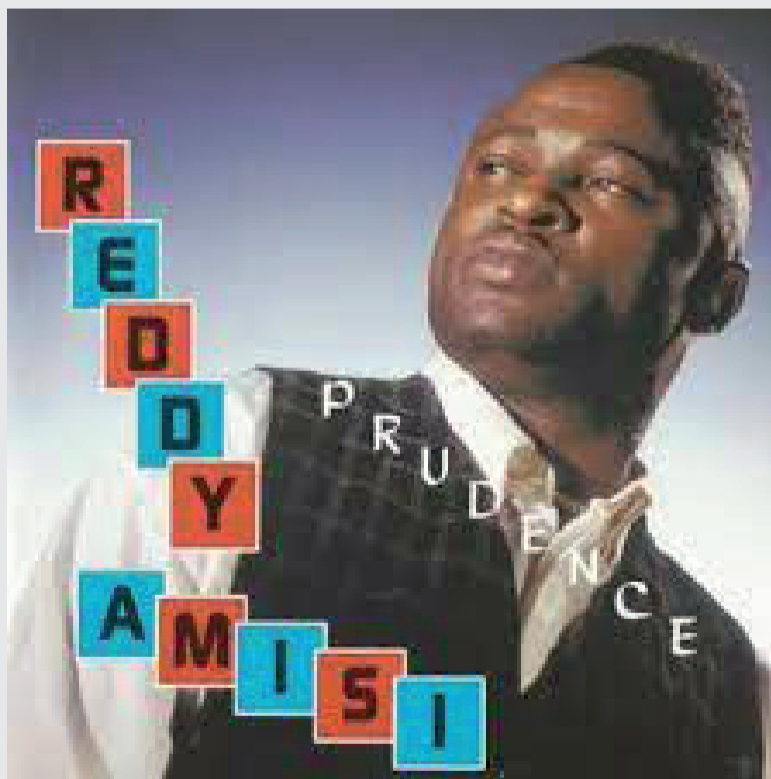
Propos recueillis par Chris Louzany

Les immortelles chansons d'Afrique

« Rendez-vous » de Reddy Amisi

Reddy Amisi puise dans le vécu quotidien pour créer musicalement des œuvres sublimes. Auteur-compositeur et chanteur baryton à la voix cassée, il publie vers la fin de l'année 1994 sa chanson « Rendez-vous », titre qui continue à conquérir les cœurs des mélomanes.

« Rendez-vous » occupe la première place de l'album « Prudence », référencé 50380-2 et sous le label « Galaxie Production » d'Ange Pongault. Cet album solo a été réalisé sous la bannière de « Viva la Musica » de Papa Wemba. Grâce à cet album, Reddy récolta d'abord la palme de la meilleure vedette, ensuite celle du meilleur chanteur ex-aequo avec Papa Wemba. Cette mélodie exprime la plainte d'un amoureux en querelle avec sa bien-aimée qui ne vient même plus au rendez-vous, tandis que son cœur brûle d'amour. Il l'entame par « Nani a ko yebisela ngai ndaka oyo bapesaki ngai na lieu ya rendez-vous sango na yo kaka ko zela oyaki te ». « Qui va m'expliquer le sens du rendez-vous qui m'a été donné et qui n'a pas été respecté ». Des phrases qui en disent mieux : « Wuta osilikaki mpe o kenda, na kati ya motema moto e ko pela ngai ya trop » « depuis que, fâchée, tu es partie, dans mon cœur le feu brûle », « bolingo etingami ngai, ndengue nabendana ezali te », « l'amour me torture, comment puis-je me libérer ? » « yeba Hypo o tiki ngai na pasi awa, l'amour



nini na pesa yo, na zalaka na esika se mpona yo » « Sache-le, tu m'as abandonné dans la douleur alors que je n'ai de l'amour que pour toi ». « Ko tika ngai bongo te linzanza ebonga na langi, ngai na bonga na nani ? » « Ne me laisse pas dans cet état, à chacun sa compagne et moi à qui tu me confies ».

Cette chanson est exécutée en duo par Reddy Amisi et Dindo Yogo, un duo des

deux voix cassées. Reddy exprime la deuxième voix, Dindo la première voix. Les deux sont appuyés par un chœur constitué de Chœur Djuna Djanana, Gloria Tukhadio, Spray Dora et Luciana Demingongo. Et l'ensemble est rythmé par Caien Madoka à la guitare solo, Maika Munan à la rythmique, Miguel Yamba à la basse, Xavier Jouvet aux percussions, à la programmation de la batterie et aux claviers Maika Munan. Ce dernier a assuré l'arrangement de cet album. D'autres artistes ont été invités dans la réalisation de ce disque, à savoir Dali Kimoko et Popolipo à la guitare solo, Déesse Mukangi au chant et Dindo déjà cité là-haut.

De son vrai nom Namwasi Ngoy, Reddy Amisi naquit le 5 mai 1960 à Kinshasa. C'est en 1975 qu'il commence à chanter dans le groupe Chem Chem Yetu. En 1982, sur conseil de Koffi Olomidé, il intègre « Viva la Musica », orchestre dans lequel il évolua jusqu'à ce qu'il crée le 25 décembre 2000, avec l'appui du bassiste Djo Mass Massaka, son propre groupe « La Casa Do Canto » qui signifie la maison du chant.

Frédéric Mafina

Lire ou relire

« L'anté-peuple », un chef d'œuvre signé Sony Labou Tansi

Ce classique publié en 1983 aux éditions Seuil (Paris) est l'un des romans qui révèlent le génie du style « laboutan », appellation donnée par les critiques littéraires congolais à l'écriture atypique de Sony Labou Tansi.

« Mon cher, cesse de déconner : le temps appartient au peuple et à Dieu », cette apostrophe figurant à la chute du récit dit la leçon de morale que ce roman véhicule. Ce ton injonctif et prophétique proche de Victor Hugo détonne de l'engagement de l'auteur contre la tyrannie dans les Etats africains postcoloniaux. Si hier la première vague des écrivains africains et négro-américains ont combattu le racisme et l'oppression des Blancs sur l'homme noir, une deuxième génération d'écrivains vers les années 1980 se sont tournés vers leur nation et continent pour dénoncer les abus des pouvoirs contre le peuple. Chacun essayant de démontrer à sa manière la traîtrise de l'homme noir vis-à-vis de son semblable, invitant ainsi ceux-ci à l'autocritique et à la solidarité



pour surmonter ensemble les vrais problèmes de la société afin d'« entrer dans l'Histoire » à l'image des Chinois, Singapouriens, Cubains ou Dubaïotes. L'Afrique décrite par Sony, Henri Lopez et bien d'autres, est celle dont la franchise de Nicolas Sarkozy ou de Donald Trump a suscité des remous il y a quelques années. Et pourtant ici le roman « L'anté-peuple » offre le même décor abject : « L'Afrique, cette grosse merde où tout le monde re-

fuse sa place. Un merdier, un moche merdier, ce monde ! Ni plus ni moins qu'un grand marché de merde. » Telle est la pensée de Dadou, personnage principal peint dans la peau d'un cadre dévoué victime d'invective et de violence populaire à cause d'une fausse accusation non vérifiée. Sous le martyre d'une justice corrompue, il s'évade de la prison et s'exile sur l'autre rive du fleuve. Dans ce pays de même, le climat sociopolitique est peu reluisant. Il ne laisse plus que de lutter pour la survie. Cette trame tragique présente toutefois un cri d'espérance : « Dans dix ou vingt ans, vous savez, nos enfants haïront le béret comme nous avons haï le colon. Et commencera la nouvelle décolonisation. La plus importante, la première révo-

lution : le béret contre le cœur et le cerveau. Si ça peut venir, alors il n'y aura pas de fin. Il y aura le commencement. J'aime mieux le commencement. La haine sera passée. Le sang, la chair, le béret. On aura alors nos Marx, nos Lénine, nos Mao, nos Christ, nos Mahomet, nos Shakespeare, nos « nous-mêmes ».

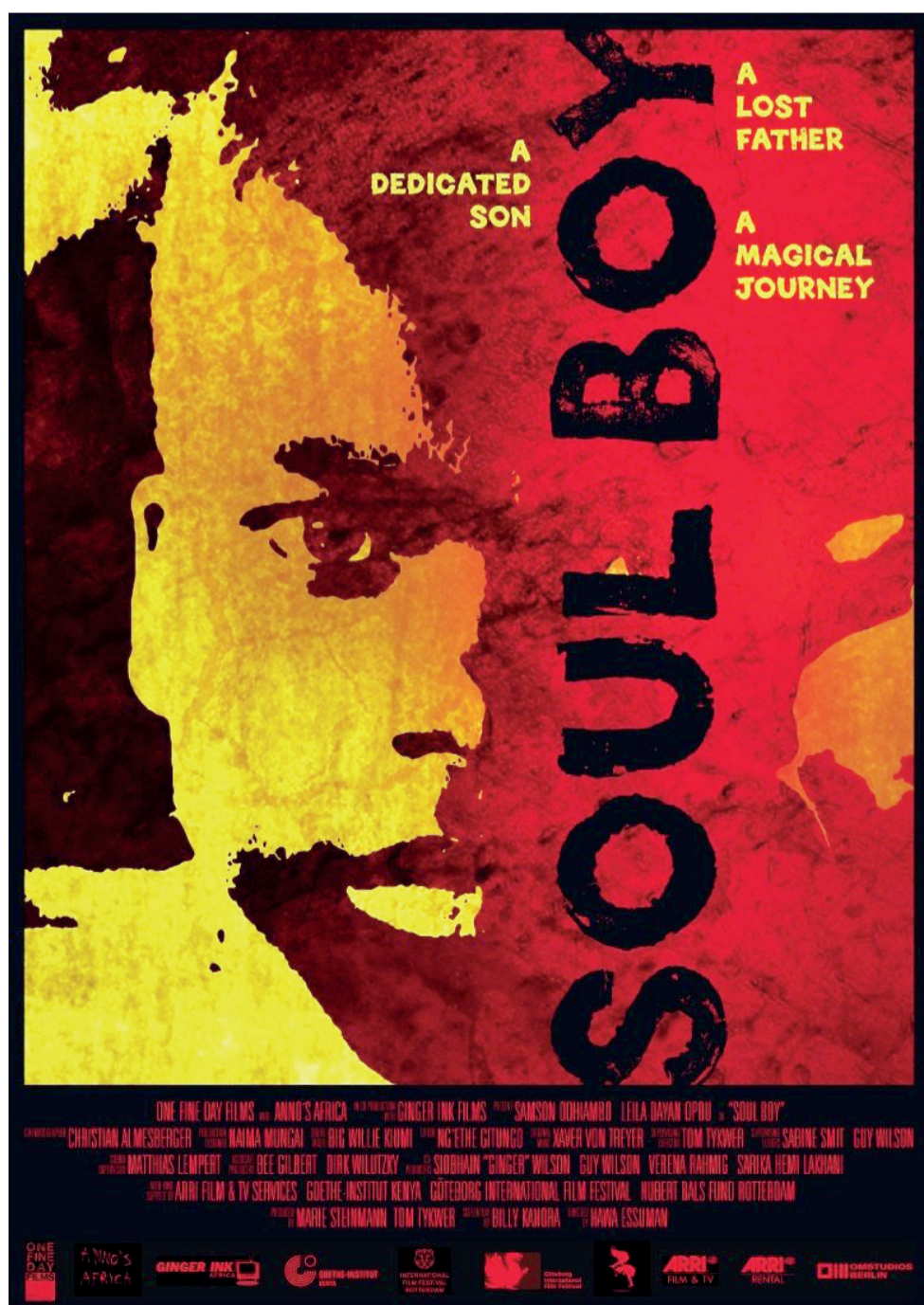
Auteur d'une vingtaine d'ouvrages à effet de fiction, Sony Labou Tansi est l'un des chefs de file de la littérature francophone. Natif du Congo en 1947 où il a vécu jusqu'à sa mort en 1995. Son roman « L'anté-peuple » fait partie des livres au programme en classe de première au lycée avec « L'étranger » d'Albert Camus.

Propos recueillis par Aubin Banzouzi

Voir ou revoir

« Soul boy » d'Hawa Essuman et Tom Tykwer

Sorti en 2010, « Soul boy » c'est l'histoire d'un père perdu, d'un fils dévoué, le tout à travers un voyage magique.



Nairobi, Kenya. Abila a 14 ans et vit avec ses parents à Kibera, l'un des plus grands bidonvilles situés à l'Est de l'Afrique. Un matin, son père est dans un délire et dit qu'on lui aurait volé son âme. Malgré son jeune âge, Abila décide de ne pas croiser les bras et s'en va à la recherche d'une solution. Avec l'aide de son amie Shiku, il apprend que son père a livré son âme à une femme spirituelle lors d'un jeu. Quand Abila trouve cette femme dans un coin sombre du bidonville, elle lui donne sept devoirs à résoudre pour regagner l'âme de son père.

Récompensé dans bon nombre de festivals à travers le monde, « Soul boy » se présente sous la forme d'un conte de fées moderne, faisant écho à l'ancrage fort des mythes dans la société kenyane contemporaine. Le film a le mérite d'inciter au courage, la détermination et la persévérance. Authentique course contre la montre pour sauver l'âme de son père, Abila ne recule devant rien pour tenter de relever le défi d'accomplir les sept travaux, clé de la libération de son père. Situé entre mysticisme, mœurs patriarcales et présence de la bourgeoisie blanche, « Soul boy » arrive à surpasser certains points obscurs de l'Afrique pour délivrer un rendu court, trépidant et sincère. En dépit de son jeune âge, Abila est l'espoir d'une jeunesse dont a besoin le continent. Une jeunesse courageuse et audacieuse qui court après la justice et le changement au travers de bonnes actions.

Bravo à l'équipe de réalisation du film d'avoir pu enchaîner les sept travaux soumis à Abila sur, seulement, 1 heure 10 que compte le film, sans que cela ne soit pesant. Une intelligence qui garde en haleine le spectateur. En effet, en trouvant le garçon toujours là où on ne l'attend pas, le spectateur est enthousiaste de franchir avec l'acteur principal la prochaine étape, comme dans un jeu vidéo.

Réalisé en langue locale kenyane, « Soul boy » est le premier opus d'une série produite par One Fine Day Films, un programme visant à réunir des professionnels kenyans et allemands autour d'un projet de film. Ainsi, la jeune Hawa Essuman derrière la caméra, et Billy Kahora au scénario ont pu travailler avec Tom Tykwer, également réalisateur de « Cours Lola, cours » et « Le Parfum », ainsi qu'une équipe mêlant techniciens kenyans et allemands pour livrer cet impressionnant premier essai, lauréat du Prix du public en janvier 2010 à Rotterdam.

Merveille Jessica Atipo

Interview

Dexter Omono : « Nous accompagnons les jeunes dans la création d'entreprises »

Dexter Omono est spécialiste dans l'accompagnement et le financement des start-Up. Il est promoteur de Kossala, un incubateur créé au service des jeunes entrepreneurs rencontrant des difficultés d'espace de travail et de bureau ainsi que de financement. Dans cet entretien, il évoque les motivations d'une telle initiative.

Les Dépêches du Bassin du Congo : Pouvez-vous nous parler de Kossala ?

Dexter Omono : Kossala est un incubateur des start-up, un accélérateur au profit des jeunes qui veulent créer leurs entreprises dans l'incubation. Dans l'accélération, nous aidons les jeunes qui ont des entreprises qui existent mais qui ont des difficultés de formation, de financement et un espace de travail. Les uns nous les aidons à créer leurs entreprises et les autres nous les boostons. C'est ce que nous faisons. Mais nous avons d'autres services : la formation et le coworking qui est la location des bureaux. Nous avons des espaces et des bureaux à offrir en plein centre-ville de Brazzaville.

LDBC : Qu'est-ce qui vous a motivé dans la mise en place de cet incubateur ?

D.O : Pour ce qui est de la motivation, il y en a deux. Parce qu'avant de créer Kossala, je travaillais dans une entreprise. Quand j'ai perdu mon emploi, après j'ai eu beaucoup de difficultés en créant ma société. Il n'y avait pas de gens pour m'accom-

pagner. De l'autre côté, c'est par rapport au contexte marqué par la crise économique due par la crise du pétrole, les jeunes sont obligés de trouver une alternative à l'emploi classique. Malgré la bonne volonté du gouvernement, il ne peut pas embaucher tous les jeunes sortis de l'université. Ils sont obligés de regarder vers l'entrepreneuriat. Seulement, ils ont des difficultés dans l'accompagnement. Donc notre entreprise est partie d'un besoin constaté auprès des jeunes qui veulent se lancer et qu'il faut accompagner. C'est le sens de Kossala qui voit comment appuyer l'action du gouvernement dans la réinsertion des jeunes.

LDBC : Quelle est l'appréciation de l'écosystème entrepreneurial au Congo ?

D.O : Je dirai que l'écosystème entrepreneurial au Congo est encore en création ou en mutation, parce que tous les jeunes rêvaient d'être fonctionnaires. Beaucoup de jeunes donc n'avaient pas le goût de l'entrepreneuriat. Aussi, il faut dire que l'écosystème se développe en fonction des besoins. Si les jeunes s'intéressent



dans le public et le privé, l'Etat ne peut pas investir dans l'écosystème entrepreneurial. Il est obligé d'investir dans le FONEA et le PCDE. Heureusement que nous avons compris que si nous ne boostons pas l'écosystème

entrepreneurial, le Congo restera en marge pour demeurer un Etat consommateur. Il y a beaucoup de choses qui se font. Vous avez vu la loi qui a été votée des start-up sur le numérique et la libéralisation des USSD, et le Figa

créé par le président de la République. Il faut dire que les choses sont en train de se mettre en place progressivement au niveau institutionnel. Il y a les banques qui hésitent encore. Mais Kossala devient une garantie à la banque pour accompagner ces jeunes entreprises dans l'obtention du crédit.

LDBC : A propos des garanties, est-ce que vous travaillez avec le Figa ?

D.O : Nous travaillons avec le Figa pour qui nous sommes partenaire stratégique. En dehors des parcours que nous organisons, Figa nous envoie des clients qui ont besoin de crédit que nous suivons jusqu'au remboursement. Cette année, nous avons été sollicités par Lisungi pour être une structure d'appui afin d'accompagner 4100 ménages sur les 15 000 qui nous reviennent. Il fallait d'abord les sélectionner. Nous avons ainsi la zone sud qui va de Poto-Poto à Madibou, et en ce moment nous sommes à la phase finale du projet.

Propos recueillis par Achille Tchikabaka

Tourisme

Balade de l'indépendance sur le fleuve Congo avec Mbok'elengui

Dans le cadre des activités relatives à la célébration de l'indépendance du 15 août, l'agence événementiel Mbok'elengui organise une croisière sur le majestueux fleuve Congo le 13 août.

Dénoté "Happy indépendance" la croisière qu'organise l'agence Mbok'elengui s'inscrit dans le cadre de la célébration de l'indépendance. Il s'agira par cette croisière dit Yann Cyr Mapengo, initiateur de l'événement, de faire découvrir le peuple congolais, les expatriés et d'autres résidant à Brazzaville le majestueux fleuve Congo et les îles qui l'entourent telle que Moutou ya Ngombe, Mangégué et tout autour, ainsi que les riverains.

La croisière servira également de naviguer sur le deuxième fleuve le plus puissant du monde parce que les Congolais n'ont tendance à aller sur le fleuve Congo que lorsqu'ils voyagent vers le nord du pays. Durant cette journée, ils visiteront le fleuve Congo pour se distraire, se changer d'air et surtout respirer l'air naturelle, de même qu'oublier le bruit de Brazzaville.

MBOK'ELENGUI

CROISIÈRE HAPPY INDEPENDANCE À BORD DU BATEAU DIM 13 AOÛT 2023

DÉPART ABATTOIR MPILA / BBQ, COCKTAILS, BABY FOOT, JET SKY

SHOOTEUR : MARCUS WS PRINCE PM

CONTACTS : 06 815 80 17, 06 428 27 31, 06 538 22 35, 06 448 41 60

MUSIC BY : DJ MAJESTY - DJ BAROZA, DJ CLAZ - DJ ZESQUEUR

ENFANTS : 5.000 F CFA
JUB OFFERT
STANDARD : 10.000 F CFA
COCKTAIL OFFERT
V.I.P. : 20.000 F CFA
COCKTAIL OFFERT + BUFFET

De la musique en passant par les jeux de loisirs, cet événement qualifié par les organisateurs de familial qui mettra à l'honneur les différentes facettes de la culture congolaise à travers une programmation riche destinée à tous les publics. L'agence organisatrice a l'ambition de montrer une identité culturelle, de développer l'esprit de tolérance et le respect de l'autre dans sa singularité. Chaque édition de l'événement est une nouvelle aventure avec des thèmes variés et des animations passionnantes à découvrir. Ça sera des journées de festivités, de partage et de découverte, le tout dans un cadre exceptionnel.

Pour Yann Cyr mapengo, si la musique et la danse resteront le vecteur essentiel de cette édition, un large éventail d'activités pluridisciplinaires, artistiques, entrepreneuriales et sociales seront proposées afin de permettre une meilleure

compréhension et connaissance de la réalité culturelle au Congo. Convaincus que la culture est un puissant vecteur de connexion, d'inspiration et de transformation, les organisateurs veulent par cette initiative attirer l'attention des pouvoirs publics, des mécènes et de la communauté internationale afin qu'ils aient un regard particulier sur la culture congolaise. Par ailleurs, ce grand rendez-vous qui transcende les frontières culturelles, sociales, géographiques et historiques aura pour objectif entre autres de créer un espace de rencontre, de partage et de rapprochement des différentes communautés ; offrir les bonnes bases pour un héritage culturel durable pour les générations futures ; sensibiliser le public à la préservation ou à la conservation des traditions et racines culturelles congolaises.

Cissé Dimi

Uniformisation des tenues scolaires

Les réactions de quelques Congolais

Dans le but de réduire la fréquence des heurts, des bagarres et les conflits entre les élèves des lycées techniques et généraux, les autorités congolaises envisagent, pour la rentrée scolaire 2023-2024, l'adoption d'un uniforme commun dont les couleurs seront dévoilées plus tard. Nous avons posé la question à certains Congolais. Voici quelques avis.

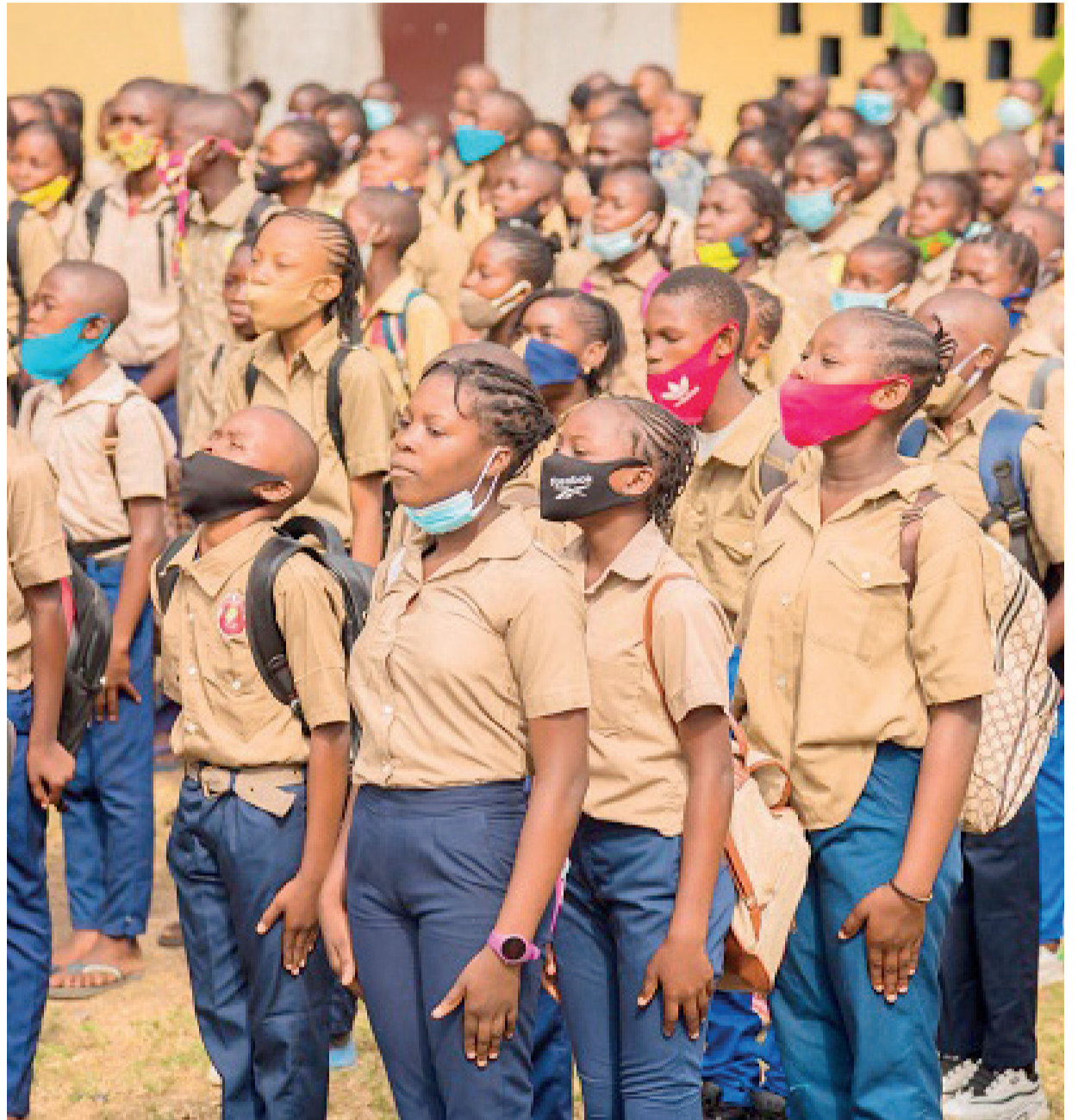
D'aucuns pensent que cette décision gouvernementale est la bienvenue dans la mesure où il sera désormais difficile de distinguer les élèves des lycées techniques de ceux des lycées généraux. En effet, le port de cette uniforme pourra créer, selon premier groupe de congolais, un lien d'appartenance, une connexion et un trait d'union entre les apprenants de ces différents établissements du secondaire. Si les choses peuvent prendre cette tournure, ce sera une réussite, une victoire nationale, la résolution d'un problème qui aura sévi pendant des décennies !

D'autres, par contre, sont sceptiques dans la mesure où, à leur avis, le nœud du problème se trouve ailleurs. Selon ce deuxième groupe, le fait, pour tous les lycéens congolais, de porter un uniforme commun, permettra, peut-être, de résoudre le conflit permanent entre les élèves des lycées technique et généraux.

Toutefois, selon ce second groupe, le port d'un uniforme commun par tous les lycéens de la République est une solution superficielle et donc temporaire. De leur point de vue, la cause principale de ces conflits est ailleurs. Le fond du problème demeure le manque d'éducation de ces écoliers. Le port de l'uniforme sera une bonne chose, mais l'application d'une thérapie éducative sera mieux, soulignent-ils. Les conflits entre les élèves des lycées généraux et techniques dérangent plus d'un parent, plus d'un Congolais ! Le fait d'entendre parler de ces bagarres rebutent les gens ! Trop c'est trop, entend-on nous souvent. Qu'est-ce que ces enfants viennent chercher à l'école ? Ils oublient leurs priorités, ils s'égarer ! Quel dommage ! s'exclament certains citoyens.

Peut-être que la solution, sans toutefois, négliger la récente décision gouvernementale, serait de convoquer une réunion au cours de laquelle toutes les parties impliquées seraient représentées, à savoir les enseignants, les directions, les élèves, les représentants de l'État ainsi qu'un collectif parental. Les débats devront porter sur les tenants et les aboutissants des heurts et des différends qui déchirent cette jeunesse car, dit-on souvent c'est dans le débat que jailli la vérité.

Chris Louzany



Une rentrée scolaire au Congo-Brazzaville/DR

Les souvenirs de la musique congolaise

Du groupe vocal «Les Orphelins» aux «Grands Orphelins»

Dénommé au départ les Orphelins, le groupe opta plus tard pour la dénomination « Les Grands Orphelins » à la suite de sa brillante et passionnante épopée dans l'arène musicale congolaise.

Créé en 1967 et constitué au départ essentiellement par des jeunes élèves dont l'âge varie entre 18 et 20 ans, le groupe vocal se dénomme Les Orphelins à cause d'un manque d'encadrement et de soutien. Sous la férule d'Okemba Jean François Nelly (fondateur) et Elanguai Aimé (co-fondateur), le groupe a comme ossature : Okemba Jean François Nelly, Elenga Joseph, alias Elington, Elanguai Aimé (guitaristes), Ondon Henry Kalins, Afoumboule Jupiter, Ossindza Roger Marie Chantal, Yima Noël, dit Fuscus, Maboueta Tembe Edouard Edo, Akouala Féli, Goma Jean Damacène, alias Santa Marconi, (chanteurs), à noter également la présence des chanteuses Ibata Marie Hélène et Nguelele Parfaite ensuite des artistes, en l'occurrence Obelink Honoré, Oko François Okson, Ntsonde Hervé (chanteurs) feront leur entrée dans le groupe au cours de l'année 1972 à la suite de la défection des chanteurs Goma Jean Damacène, Yima Noël Fuscus et Oko François Okson, partis créer l'orchestre « K achamankoy » de Ouenzé.

Au plan artistique, le groupe excella dans les chansons engagées dites révolutionnaires (comme tous groupes vocaux de l'époque) et soutient au Parti congolais du travail (PCT), au président Marien Ngouabi, et autres chansons ayant trait à la vie courante, ponctuées par la mime et les danses Rumba, Jobs et Zébola.

Il sied de noter que l'arrivée dans le groupe en 1968 de la célèbre chanteuse Mbouale Joséphine Bijoux, ancienne sociétaire de l'orchestre Mantalokoka fut un événement qui apporta une plus-value dans le groupe. Ainsi des titres tels que « Kimvuama ya Congo », « Au secours Paracommandos » (fut un best-seller que la Voix de la révolution congolaise diffusait en tout temps, en guise de soutien au président Marien Ngouabi à cause du coup d'Etat avorté de Pierre Kinganga le 23 mars 1970), « la vérité », « Conférence nationale », « Elombé na yo mokili ézala », « Pamba », « Samba-Samba », illustrèrent le soutien au PCT et aux autorités congolaises. Par contre « Mwana kéba », « Mwana oh mwana soki olongoué na kelasi », « Célestine », « Ngonga ebéta na ndako na yo », « Mado », « Alphonsine », « Tété » furent des chansons à caractère éducatif. « Petit poisson deviendra grand, il suffit que Dieu lui prête vie », disait le poète. En effet, les Orphelins élèves devenus grands au fil du temps bénéficièrent du soutien de l'encadrement des autorités de l'arrondissement 3 Poto-Poto et des membres de la JMNR (Jeunesse du Mouvement national de la révolution) de la Fédération n° 4 de Poto-Poto qui leur octroyèrent un siège au n°65 de la rue Banda, et Mfumu Fila Saint Eudes (drummer et manager du groupe), et de l'introduction des instruments modernes drums et accordéon dans leur style musical, le groupe vocal

nanti d'une certaine expérience au regard de leurs prestations à Brazzaville et autres localités du pays entre autres Makoua, Ouesso, Boko, Kinkala, Dolisie, Pointe-Noire... opta pour la dénomination « Les Grands Orphelins ».

Sa brillante et passionnante épopée fut également marquée par des mémorables concerts à Bangui (RCA) en 1972, à la Maison Commune de Poto-Poto en 1975 et celui de la Mairie centrale devant le président Marien Ngouabi en 1977 prélude à la fête de l'URFC (Union révolutionnaire des femmes du Congo). Ladite épopée fut sanctionnée par la décoration du groupe à la Médaille d'honneur par le président Marien Ngouabi à l'occasion du 2^e congrès extraordinaire du PCT, agrémenté par « Les Grands Orphelins » et de l'obtention du 2^e prix de la chanson révolutionnaire.

De la disparition du groupe Le recrutement dans la Fonction publique de certains membres du groupe sur instruction du président Ngouabi au regard de leur situation sociale, ces derniers devenus agents de l'Etat se consacrèrent exclusivement à leurs obligations professionnelles, et le climat d'incompréhension qui régna en leur sein dans le cadre de la nouvelle gestion du groupe furent à l'origine de la dislocation du groupe au cours de la décennie 1980. Fin.

Auguste Ken Nkenkela

Réchauffement climatique réduire les gaz à effet de serre pour sauver la planète

Depuis plusieurs années maintenant, le changement climatique bouleverse les saisons partout sur la planète. Et pour les experts climatiques, il ne fait aucun doute que ce sont les activités humaines, notamment industrielles, avec les émissions de gaz à effet de serre qui sont les causes principales du changement climatique qui ne cesse d'augmenter.

Ces huit dernières années, les scientifiques ont délivré les rapports des trois groupes de travail sur la connaissance du climat, sur l'adaptation au changement climatique et sur l'atténuation des émissions de gaz à effet de serre (2022). S'y ajoutent trois dossiers sectoriels remis à la demande des 195 Etats signataires de la « Convention internationale sur le changement climatique : les changements à craindre quand la température atteindra 1,5°C (2018), l'impact sur les terres et l'agriculture (août 2019), et le rapport spécial sur les océans et la cryosphère (septembre 2019).

Pour la communauté scientifique, il ne fait plus de doute que les effets du changement climatique sont déjà ressentis par les humains. Entre 1850 et 2019, l'homme a rejeté dans l'atmosphère 2400 milliards de tonnes de dioxyde de carbone (CO₂) et autres gaz à effet de serre. La température mondiale a augmenté en conséquence en moyenne de 1,1°C (1,59°C sur les continents et 0,88°C dans les océans). Pour la seule an-

née 2019, l'humanité a émis 59 milliards de tonnes de CO₂. C'est 12% de plus qu'en 2010 et 54% de plus qu'en 1990. La plus grosse part provient de la combustion des énergies fossiles (charbon, gaz, pétrole) devant les émissions de méthane (industrie, extraction minière, élevage). On n'a jamais émis autant de gaz à effet de serre qu'entre 2010 et 2019 et dans ce tableau ne figure qu'une seule relative bonne nouvelle. Le taux de croissance annuel lors de la dernière décennie s'établit à 1,3%. Il est plus faible qu'entre 2000 et 2009 (2,1%). Les émissions de gaz à effet de serre doivent commencer à diminuer maintenant

C'est le premier message des scientifiques : les émissions doivent commencer à décroître fortement dès aujourd'hui pour éviter les scénarios catastrophes induits par une hausse des températures supérieures à 2°C. A la fin de la décennie, les émissions devront avoir diminué de 50% si l'on veut rester en dessous des 1,5°C, ce qui implique une sortie rapide du pétrole, du gaz et du charbon. Les impacts climatiques sont

déjà ressentis par une large partie de l'humanité, une affirmation qui là aussi ne figurait pas dans le rapport de 2014. Les tempêtes plus puissantes et destructrices, les sécheresses prolongées, les fortes vagues de chaleur sont provoqués par le changement climatique.

Le deuxième message, c'est que la réduction globale des émissions de gaz à effet de serre est possible. Toutes les solutions techniques sont disponibles et elles peuvent être mises en œuvre pour l'ensemble de la population mondiale, les plus pauvres compris puisque les ressources financières existent. Le rapport note ainsi que des solutions comme l'énergie solaire et éolienne, l'électrification des systèmes urbains, l'efficacité énergétique, les infrastructures vertes, la réhabilitation des forêts, de zones humides, de terres agricoles commencent à se concrétiser. Ainsi, entre 2010 et 2019, les coûts du photovoltaïque ont diminué de 85%, ceux de l'éolien de 55%, les batteries lithium-ion de 85% ce qui a accéléré leur déploiement. La puissance installée en solaire a ainsi été multipliée par dix lors



de la dernière décennie. Le troisième message, c'est qu'il faut donc combler rapidement le fossé actuel entre les promesses des Etats d'agir pour réduire les émissions dans le cadre de l'Accord de Paris et la réalité des efforts à entreprendre. En l'état actuel des « contributions déterminées au niveau national » que les Etats ont remis au secrétariat de la Convention sur le climat pour décrire l'ampleur de leur action, la hausse des températures devrait être comprise entre 2,7 et 3°C à la fin du siècle, soit près du double de l'objectif de 1,5°C. En finir avec l'utilisation des énergies fossiles implique des

mutations profondes de l'économie mondiale et une modification des modes de vie individuels vers plus de sobriété qui effraie la plupart des responsables politiques en activité. Les questions environnementales représentent aujourd'hui un enjeu stratégique pour nos sociétés et de ce fait pour les entreprises. Longtemps subordonnée aux besoins de l'activité économique et considérée comme un ensemble de ressources illimitées, l'environnement apparaît aujourd'hui comme une préoccupation collective qui doit être intégrée aux activités productives.

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Développement durable et économique sont-ils compatibles ?

Les questions environnementales représentent aujourd'hui un enjeu stratégique pour nos sociétés et de ce fait pour les entreprises. Longtemps subordonné aux besoins de l'activité économique et considéré comme un ensemble de ressources illimitées, l'environnement apparaît aujourd'hui comme une préoccupation collective qui doit être intégrée aux activités productives.

Les pressions réglementaires et sociétales pour le respect des écosystèmes imposent des contraintes auxquelles les entreprises ne peuvent se soustraire sans compromettre la légitimité de leurs activités. Dès lors, l'ouverture aux valeurs environnementales et les investissements dans des équipements de dépollution apparaissent comme une nécessité pour assurer la pérennité des activités industrielles. La réponse des entreprises aux pressions externes et aux contestations sociales est d'ailleurs un thème classique de réflexion de la stratégie et de l'analyse économique.

Le concept de développement durable, omniprésent dans le discours des entreprises et des gouvernements depuis la fin des années 80 a largement contribué à populariser cette vision « gagnant - gagnant » des relations entre les actions environnementales et les intérêts économiques. Cependant, les études sur l'environnement et la productivité donnent des résultats souvent contradictoires. Certains travaux accréditent l'hypothèse selon laquelle une réglementation environnementale stricte,

mais bien pensée, peut engendrer non seulement des bénéfices sociaux par réduction des dommages environnementaux, mais également des bénéfices privés pour les entreprises qui y sont soumises, ces bénéfices dépassant souvent les coûts supportés. Cette hypothèse est aussi appelée « l'hypothèse Porter ». Tandis que d'autres confirment plutôt le modèle économique classique, qui considère quant à lui, la pollution comme une externalité négative dont la prise en compte entraîne des coûts pouvant hypothéquer la productivité des entreprises. Les débats sur ce thème n'ont pas seulement des implications stratégiques sur le choix des investissements environnementaux mais également des conséquences politiques et écologiques, l'argument économique étant souvent mis de l'avant pour retarder ou pour remettre en cause l'opportunité de certains programmes de réduction de la pollution.

Les actions environnementales impliquent, comme tout investissement, un risque qui sera d'autant plus grand que les dépenses seront élevées et que l'incertitude rendra plus difficiles les prévisions des décideurs. Cependant, les progrès en termes de performance environnementale et de productivité qu'il est possible de réaliser par cette démarche demeurent incertains et limités. L'atteinte d'objectifs environnementaux plus ambitieux appelle souvent l'adoption de technologies palliatives permettant des améliorations plus radicales, mais qui exigent des investissements coûteux et sans effets sur

la productivité.

En fin de compte, ce qu'il faut retenir ici c'est que les effets des actions environnementales sur la productivité dépendent de facteurs externes et de pratiques internes qui rend arbitraire la polarisation des débats dans ce domaine. La remise en cause de cette polarisation, qui semble plus idéologique que rationnelle, permet d'éviter deux types d'écueils. Le premier est de considérer que les investissements environnementaux représentent a priori des coûts prohibitifs qui doivent, de facto, être évités ou minimisés au risque de menacer la productivité économique. Ce type d'argument, souvent mis de l'avant par des entreprises et des gouvernements, comme par exemple dans le cas du refus de signer les accords de Kyoto par certains pays, apparaît comme une justification facile du statu quo. Le second écueil est de prendre pour acquis la doctrine « gagnant - gagnant » en investissant de façon massive dans des technologies palliatives ou, au contraire, de ne mettre en œuvre que des actions environnementales jugées « rentables » en ignorant des mesures nécessaires mais coûteuses.

Quelles que soient les options retenues, les actions environnementales ne doivent pas être entièrement subordonnées à des considérations économiques jugées plus ou moins favorables mais reposer d'abord et avant tout sur le souci de respecter l'intégrité des écosystèmes et la santé des populations.

Boris Kharl Ebaka

Le saviez-vous ?

Fela Kuti, l'artiste qui a épousé vingt-sept femmes le même jour

L'histoire raconte que le Nigérian Fela Kuti avait réalisé l'exploit en prenant un cahier à la main, demandant à toutes les filles qui étaient ses danseuses voulant l'épouser d'écrire leurs noms. Immédiatement, vingt-sept d'entre elles l'avaient fait. Le mariage avait été célébré le 20 février 1978, à l'Hôtel Parisona à Anthony, Lagos (Nigeria), en présence de douze prêtres.

L'événement avait été rehaussé par la présence des membres du groupe, des amis et les familles. Bien que le consentement des parents de ces prétendantes n'avait été donné, la cérémonie du mariage s'était faite. Fela avait placé des notes de naira sur leurs têtes, et avait prononcé un court discours. Il s'était engagé alors dans un système rotatif consistant à ce que seulement douze d'entre elles vivent avec lui à un moment donné. Quand il s'était marié pour la première fois, il avait passé la nuit avec une, puis une autre, ainsi de suite jusqu'à ce qu'il avait satisfait les vingt-sept femmes. Puis, il les avait toutes emmenées au Ghana pour la lune de miel, peu de temps après. Une autre raison pour laquelle le mariage avait lieu était de protéger Fela et ses épouses contre les allégations des autorités selon lesquelles il kidnappait les femmes. Il avait pour habitude de dire : « *Un homme doit épouser plusieurs femmes parce qu'un homme a besoin de plusieurs femmes* », c'est de cette façon qu'il avait marqué d'une empreinte indélébile l'Histoire contemporaine du Nigeria.

Fela Anikulapo Kuti, de son vrai nom Fela Hilde-

gart Ransome, est l'inventeur de l'afrobeat, fusion de funk, de jazz, de musique traditionnelle nigériane et des rythmes yorubas.

Nourri aux idéaux de Marcus Garvey, Malcom X ou Kwame Nkrumah, il esquive la carrière de médecine que son père veut lui tracer. Après des études de musique au Trinity College de Londres, c'est d'un voyage aux Etats-Unis et d'une rencontre avec Sandra Isidor, jeune Black Panthers, qu'il avait ramené le verbe contestataire de sa musique. A son retour, il rebaptise son groupe « The Africa 70 » pour marquer sa volonté panafricainiste.

En 1975, Fela se débarrasse de ses noms Hildgart Ransome qu'il considère comme une souillure héritée du colonisateur. Il s'appelle dorénavant Fela Anikulapo Kuti. Anikulapo signifie littéralement en yoruba « celui qui porte la mort dans sa gibecière ».

En effet, à sa naissance, sa grand-mère était allée voir un médium qui lui fit la prédiction suivante : « *Cet enfant portera la mort dans sa gibecière* ». Kuti signifie « *qui ne peut être tué par la main de l'homme* ». En 1976, après la sortie

de son album antimilitariste «Zombie», sa maison baptisée Kalakuta est attaquée par l'armée et sa mère, Funmilayo Ransome-Kuti, grande nationaliste alors âgée de 78 ans est défenestrée. Elle succombera quelques mois plus tard des suites de ses blessures.

Cependant, en 1986, peu de temps après sa sortie de prison, Fela Kuti a divorcé de ses vingt-sept femmes en affirmant que le mariage apporte de la jalousie. Il faut noter qu'elles n'ont pas été forcées de quitter sa maison après le divorce. Certaines ont vécu avec lui jusqu'à sa mort en 1997. Terrassé par le sida (Une « *maladie inventée par les Blancs* », disait-il, contre laquelle il avait refusé tout traitement), malgré la haine que lui vouaient les autorités politiques et militaires du Nigeria, quatre jours de deuil national sont décrétés et le 12 août, plus d'un million d'habitants de Lagos lui rendent hommage.

Quelques noms de ses épouses : kayode Fehintola, Damiregba, Keuwe, Oghomienor, Folake Oladeinde, laide, Boose, Oladejo, Osaeti et biens d'autres.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne Bourses d'excellence UEMOA 2023

Les candidatures sont ouvertes pour le Programme de bourses d'excellence UEMOA pour la session 2023-2026. Le programme de bourses accordera un soutien financier aux candidats sélectionnés.

Date limite : 15 août 2023

Niveau : licence, master, doctorat, postdoctorat

Pays : ressortissant-e-s des Etats membres de l'UEMOA

Contexte Programme de Bourses d'excellence UEMOA

En application du Traité modifié de l'Union économique et monétaire ouest africaine (UEMOA) et en cohérence avec le Cadre d'actions prioritaires 2021-2025 (CAP 2025) de la Commission en matière de développement des ressources humaines, il est prévu le financement de bourses d'excellence UEMOA à la formation et à la recherche.

Le présent appel à candidatures vise à sélectionner, au total pour chaque Etat membre de l'Union, dix étudiant-e-s méritant-e-s qui se verront octroyer des bourses d'excellence, pour entreprendre une formation d'un cursus complet de niveau licence, master, doctorat ou post-doctorat en spécialisation dans le domaine de la santé humaine dans un établissement d'enseignement supérieur implanté sur le territoire de l'Union. Les formations en ligne ne sont pas admissibles. Peuvent répondre à cet appel les ressortissant-e-s des Etats membres de l'UEMOA, qui remplissent les conditions ci-dessous :

Candidat-e à une bourse de formation de niveau licence | Programme de Bourses d'excellence

UEMOA

Etre âgé-e de 21 ans au maximum au 31 décembre 2023;

Etre titulaire d'un baccalauréat, toutes séries confondues, obtenu en 2023 ;

Avoir au minimum une moyenne de 14/20 à l'examen du baccalauréat requis présenté;

Etre disposé(e) à entreprendre prioritairement une formation dans l'un des domaines suivants:

Sciences de l'ingénieur: agronomie, industrie agro-alimentaire, élevage et santé animale, génie mécanique, génie civil, génie électrique, génie informatique, génie électronique, génie de l'environnement (énergies renouvelables), technologies de l'information et de la communication;

Dossier de candidature | Programme de bourses d'excellence UEMOA

Les candidat-e-s présélectionné-e-s seront invité-e-s à transmettre les pièces complémentaires suivantes :

une copie légalisée de l'extrait d'acte de naissance ; une copie légalisée du certificat de nationalité ; un curriculum vitae de deux pages pour le master ou de trois pages au maximum pour la formation doctorale ; une copie légalisée du diplôme ou de l'attestation de réussite du niveau requis ; le relevé des notes obtenues au dernier diplôme requis présenté ;

la note obtenue à la soutenance ainsi que les rele-

vés de notes des trois années sont requises pour les titulaires du doctorat candidats à une spécialisation ;

une facture pro forma fournie par l'établissement d'accueil sollicité, indiquant les différents frais : inscription, scolarité, laboratoire... pour tout le cycle ; une attestation d'inscription (ou pré-inscription) ou de réussite au concours d'entrée dans l'établissement sollicité ; une lettre de motivation pour les formations de niveau master ou doctorat ; une lettre de recommandation du directeur de thèse cosignée par le président de l'université (ou le recteur) ; une copie du certificat d'inscription en thèse ; le chronogramme de réalisation du projet de thèse signé par le directeur de thèse ; un projet de recherche de dix pages maximum, validé et signé par le directeur de thèse.

Les candidatures féminines sont vivement encouragées. En application de la Stratégie genre de l'UEMOA 2018-2027 visant à faire de l'UEMOA « un espace communautaire dans lequel les femmes et les hommes prennent part à l'émergence économique, en favorisant leur participation à la gouvernance régionale... ». A la fin du processus de sélection, la liste définitive des bénéficiaires du programme sera publiée sur le site de la Commission de l'UEMOA.

Par Concours

Voyager enceinte Quelles précautions prendre ?

A l'exception des grossesses pathologiques, les femmes enceintes peuvent-elles aussi voyager ? Toutefois, alors que la grossesse implique de nombreux changements physiologiques, il est recommandé de prendre certaines précautions. A commencer par le meilleur moment auquel voyager.

Le meilleur moment pour partir

« Le deuxième trimestre (de la 16e à la 24e semaine de grossesse incluse) est le plus approprié, car c'est généralement la période où la femme enceinte se sent le mieux et où le risque de complications est le plus faible », note la Société suisse de médecine tropicale et de médecine des voyages. A cette période, les risques de fausse couche et d'accouchement prématuré sont moindres et les nausées sont moins fréquentes qu'au premier trimestre.

Voyager au troisième trimestre peut être plus risqué, surtout les deux derniers mois alors que l'accouchement peut survenir à tout moment. Tout dépendra de la destination et du mode de transport choisi pour s'y rendre.

Quels modes de transport ?

Lors d'une grossesse sans complication, les femmes enceintes peuvent voyager jusqu'à la 36e semaine. « La plupart des compagnies aé-

riennes refusent les femmes dans le dernier mois de leur grossesse (les 2 derniers mois en cas de grossesse multiple) », explique le Vidal. Si certaines compagnies, comme Air France, n'imposent pas de fournir un certificat médical, d'autres le demandent avant l'embarquement. Il est ainsi plus prudent de consulter son médecin pour être sûre de pouvoir monter à bord de l'avion le jour du départ.

Pour les croisières en bateau, les compagnies sont encore plus strictes. Selon le Vidal, « les croisières refusent les femmes enceintes au-delà du 6e mois ». Le nombre de semaines peut toutefois varier en fonction des compagnies, mieux vaut se renseigner avant le départ et d'avoir un certificat médical récent le jour J.

S'il n'y a pas de contre-indication concernant un long trajet en voiture, le mieux est sans doute de ne pas se trouver seule pour conduire. La femme enceinte pourra ainsi faire de longues pauses pour se reposer et ne sera pas seule en cas de

contractions. « Si vous conduisez, limitez-vous à un trajet de cinq ou six heures avec des arrêts fréquents », recommande le Vidal. Notez qu'au premier trimestre, les nausées et la fatigue peuvent être particulièrement handicapantes pour une conduite sereine.

Le train est une bonne solution pour voyager enceinte. Si vous êtes seule, faites-vous aider pour porter vos bagages.

Quelles précautions prendre ?

En voiture, le port de la ceinture de sécurité est évidemment obligatoire. Lors d'un traumatisme direct – un freinage brusque par exemple – il peut y avoir un risque de décollement placentaire. Pensez à bien placer la ceinture sous votre ventre. Au cours du troisième trimestre, veillez à adopter la conduite la plus fluide possible pour éviter les secousses.

Durant la grossesse, les risques de thrombose veineuse augmentent. En train, en bateau et surtout en avion, n'hésitez pas à vous lever et à marcher quelques minutes, toutes

les deux heures, au moins. Bougez, changez de position régulièrement. En voiture, arrêtez-vous et dégourdissez-vous les jambes très régulièrement. Portez des vêtements amples et munissez-vous de bas de contention si nécessaire. Hydratez-vous très régulièrement avec de l'eau et évitez les diurétiques comme le thé ou le café.

Quid de la destination ?

« Mieux vaut éviter à l'étranger les pays qui peuvent être le foyer d'infections dangereuses, ceux où les conditions d'hygiène ne sont pas optimales ou encore ceux dans lesquels les structures médicales se font rares », explique au site de la Caf Tiphaine Beillat, gynécologue à la Clinique Mathilde de Rouen. En outre, en cas d'infection, de nombreux traitements sont contre-indiqués en cas de grossesse. Les hôpitaux universitaires de Genève recommandent d'éviter la haute montagne, au-delà de 2 000 à 2 500 mètres d'altitude. La femme enceinte présente en effet un risque



d'hypoxie – manque d'oxygène – accru. Les vacances sportives sont aussi à envisager avec précaution. Les activités qui impliquent des secousses, comme le canyoning, sont à proscrire. La plongée sous-marine est également contre-indiquée, là encore pour risque d'hypoxie. Avant d'entreprendre un voyage, il est recommandé d'en parler à son médecin, gynécologue ou sa sage-femme.

Destination Santé

Aquaphobie Comment en finir avec la peur de l'eau ?

Une impossibilité d'aller dans l'eau, particulièrement « là où l'on n'a pas pied » et/ou à mettre la tête sous l'eau. L'aquaphobie se caractérise par une peur irrationnelle de l'environnement aquatique. Une peur qu'il demeure possible de dépasser. De quelle façon ?

Lutter contre l'aquaphobie, c'est « réconcilier les personnes aquaphobes avec le milieu aquatique. Le but ultime étant qu'elles y prennent plaisir. Cette notion est importante. On ne parle pas encore d'apprentissage de la natation », lit-on sur le blog natationpourtous.com.

De son côté, l'association Le pied dans l'eau confirme : « Il faut être bien dans l'eau pour apprendre à nager et non apprendre à nager pour être bien dans l'eau ». Elle réfute toutefois le terme d'aquaphobie. Celui-ci « impliquerait, comme toutes les phobies, des comportements d'évitement systématique, ce qui n'est justement pas le comportement présent des personnes qui viennent s'inscrire dans nos piscines. Ces adultes n'ont pas peur de l'eau. Au contraire, ils se sentent profondément attirés par l'eau, mais ils ont peur, parfois très peur dans l'eau, peur de se noyer ou de s'étouffer dans l'eau ». C'est justement pour cette raison qu'elle préfère parler de « cours de bien-être aquatique » que « cours d'aquaphobie ».

Une « construction »

Au niveau national, il est question d'« aisance aquatique », nom donné à un programme ministériel s'adressant aux « non-nageurs ». Elle « se construit dans un bassin où le pratiquant n'a pas pied et sans matériel d'aide à la flottaison », explique le ministère des Sports. « Elle vise une expérience positive de l'eau et une adaptation au milieu aquatique : l'entrée et la sortie de l'eau, l'immersion, la découverte de la flottaison, la capacité à modifier la forme de son corps dans l'eau, à s'y orienter ainsi qu'à pouvoir s'y déplacer 10 mètres pour rejoindre le bord du bassin, sont autant d'étapes de sa construction ».

Si vous êtes concerné et souhaitez vaincre votre aquaphobie, franchissez le seuil d'un centre aquatique et parlez-en à un maître-nageur sauveteur (MNS). Certes « la construction de l'aisance aquatique » peut débuter dès 3 ou 4 ans. Mais il est possible de s'y engager à tout âge, « si on ne sait pas nager, si on n'est pas à l'aise dans l'eau ou encore si on a eu de mauvaises expériences aquatiques ».

D.S

Psycho Quand la quête de la perfection devient pathologique

Il s'agit d'une fiction, mais la sortie du film Barbie n'est pas sans nous rappeler comment les standards de beauté peuvent nourrir les complexes. Et la quête d'une perfection physique inaccessible.

Archétype de la beauté blonde et plastique, Barbie a véhiculé des années durant de nombreux stéréotypes sur la femme parfaite. Silhouette élancée, longue chevelure lisse, poitrine ronde dessinée, pieds de Cendrillon : ces codes de la beauté ont parfois imprégné les esprits des fillettes ou jeunes filles associant ces critères à la perfection. Au point par exemple de décolorer leurs cheveux, les lisser, enchaîner les régimes aminçissants, pratiquer des épilations et maquillages extrêmes ou subir de nombreuses chirurgies esthétiques.

Les personnes en quête de cette perfection physique nourrissent « un fort sentiment de motivation afin de persévérer face aux écueils rencontrés », rappellent les spécialistes de la Clinique de psychologie Berri (Québec). Une peur de l'échec en cas de moqueries, d'obligations d'être à la mode ou de complexes par exemple, qui incite la personne à vouloir atteindre le Graal, la perfection donc.

Dans le prisme pathologique de la perfection, la personne va « s'imposer des standards de réussite et des objectifs difficiles, voire impossibles à atteindre ». Par exemple atteindre un niveau de minceur loin, très loin du poids de forme, ou une texture de cheveu à l'op-



posé du naturel quitte à y passer plusieurs heures de soins et coiffage chaque jour. « Cette rigidité contribue au développement d'une attitude et de comportements contraignants. Les efforts ne sont pas dosés, ils sont exagérés et inflexibles. »

La santé mentale impactée

En conséquence, « des difficultés sociales » peuvent survenir du fait notamment de ne pas réussir à « accepter la critique, ou considérer le point de vue d'autrui ». A terme, la santé mentale peut elle aussi s'en trouver fragilisée : « des symptômes dépressifs sont fréquemment observés en lien avec le perfectionnisme pathologique. Puisque les objectifs fixés sont rarement atteints, que la satisfaction est difficilement atteignable et que le plaisir est rarement vécu dans l'élaboration d'un projet, l'individu éprouve de la difficulté à développer une estime de soi et une confiance en soi. »

Dans le registre des émotions,

sous la carapace physique voire plastique, les personnes perfectionnistes ressentent facilement de « la honte, de la culpabilité et de la colère », mais aussi de « l'anxiété, sans aucun doute l'émotion la plus présente chez ces individus ». En cause : le perfectionnisme, sur le plan physique notamment, va affaiblir l'estime de soi et provoquer un sentiment d'échec si les standards de beauté ne sont pas atteints, déclenchant cette spirale d'émotions négatives.

Comment se libérer ?

Les psychothérapies et les thérapies comportementales et cognitives peuvent aider les personnes victimes de cette quête pathologique de la perfection. Ce travail va aider à prendre « conscience des conséquences négatives du perfectionnisme, remettre en question le système de valeur, apprendre à abaisser ses exigences à travers l'expérience, porter attention à la notion de plaisir ». Un suivi d'autant plus conseillé que le perfectionnisme est associé à des troubles obsessionnels compulsifs et peut donc engendrer d'autres symptômes comme les addictions ou les troubles du comportement alimentaire.

D.S

A la découverte de ...

Prince Soussou, un attaquant droit au but

Le footballeur congolais Prince Aldy Soussou Ilendo fait souvent parler de lui à chaque fois qu'il monte sur un terrain de football. Il sait marquer lors des moments inattendus.

Prince Aldy Soussou Ilendo suscite l'admiration des amoureux du ballon rond grâce à son savoir-faire. Digne produit de la section football du club multidisciplinaire Diabes noirs, Prince gravit vite des échelons et fait honneur à la République du Congo. Ce jeune de 20 ans mise souvent sur sa taille (1,80 m) et son gabarit. Il a commencé avec le haut niveau en 2021 et évolue comme milieu de terrain. Fort de son pied gauche, Soussou est beaucoup plus offensif.

Il est, d'ailleurs, aujourd'hui l'un des jeunes joueurs le plus en vue du fait qu'il a joué et continue à jouer les grands matchs au niveau national, continental et international. Comme disent certains supporters : « *Prince connaît bien la voix des filets, les gardiens ont souvent peur de lui.* » Cette affirmation s'est concrétisée récemment aux IXes Jeux de la Francophonie où le jeune Diable rouge a sauvé l'honneur du Congo en marquant deux buts lors du match Sénégal-Congo. Cet exploit a permis au Congo de faire match nul contre le Sénégal.

Aux âmes bien nées, la valeur n'attend point le nombre d'années, dit-on. Cet adage s'adapte bien avec le parcours de Prince qui surprend par son style et son engagement sur le terrain. En tout cas, l'avenir professionnel de cette jeune réserve, sans nul doute, beaucoup de surprises à ses fans.

Rude Ngoma



ADIAC



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'Gessou
Brazzaville - République du Congo

www.adiac.tv



A la découverte de la coriandre

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

ration à base de sauces.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Poulet à la coriandre

Cuisson: 20 min.

Marinade: 1 heure

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

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

huile pour la friture

Pour la garniture

des tranches de citron vert

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

Pour la marinade (15 min):

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

4 gousses d'ail émincées

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

2 cuillères à soupe de jus de citron vert

1 piment rouge

½ cuillère à café de sel

PRÉPARATION

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

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

Préchauffer le four à 150°C, thermostat 5.

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

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

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

ASTUCE

Le poulet peut être cuisiné aussi au grill.

Bonne dégustation !



S.A.

SOLUTION :
Le mot-mystère est : **ANTICIPER**

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

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°56 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°48 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°163

- 2 LETTRES**
BU - DU - EN - ET - GI - IF - IN - OR - SE
- 3 LETTRES**
AIE - ARA - EPI - ETE - NUE - NUL - OSE - SUD - UNE - USE
- 4 LETTRES**
BUEE - CLUB - EDEN - EMET - ENTA - ESSE - FETU - NAIT - PNEU - POIL - VOEU
- 5 LETTRES**
CESAR - DEUIL - ETALE - ETRES - EVEIL - FACON - FUMET - LITRE - NADIR - OSCAR - PORTE - PURGE - RAILS - REGLE - RINCE - SEUIL
- 6 LETTRES**
ARNICA - ELARGI - ETAPES - MENUET - MEUBLA - REGRET

CRISE DE NERF MILITANT	PRENOM MASCULIN BEAUTEUDE	UN MOYEN DE S'ELEVER	SERVIE AU PUB ALLURE	206 CHEZ L'HOMME HUMOUR VACHE	JEU DE HASARD TRÈS DOUÉE
TITRE DE NOBLESSE OUVRIR UN BIDON	PASSÉ RÉCENT TRACUER	LANGUE MÈREVALE ESPÈRE	CARTE À JOUER SUBMERGE	SUR LES DIPLOMES	
FIN DE ROUILLON DÉPLACEMENTS	CYCLE CAPITALE DU KAZAKHSTAN	MODERNE DROIT DE PASSAGE	METTENT À L'ÉPREUVE ELLE NOUS FAIT RAMER	SANS COMPAGNIE	
DIEU PHÉNICIEN	PARURE	BIDOUILLÉES VILLE DE TANZANIE	PRONOM PERSONNEL PRÊTE À RIRE	EXIGIBLE PIÈCE RAPPORTÉE	
FIT UNE MATTE BIEN ÉQUIPÉ	PAYS D'ORIENT ÉTAIEN AU LABO	BOUSILLE FLEUVE DES PYRÉNÉES	DERNIÈRE PAROLE	VIEILLES HABITUDES AMER	
ÉLIME CHEF DU PERSONNEL	GROS PATELIN DEUX ROMAINS	ON L'A DANS LA PEAU	LETTRÉ GRECQUE		
FIN DE LA FAIM	PRONOM PERSONNEL	DUPEE			

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

- | | | |
|-----------|----------|-----------|
| BIDULE | CYCLE | NAPPE |
| BILLET | CYCLOPE | NOUILLES |
| BONHOMME | DIPLOME | OBSCUR |
| BOSQUET | FESTIVAL | ORBITE |
| CARBONE | FETICHE | PAQUET |
| CARCAN | GALANT | PARURE |
| CAUSTIQUE | GRAVE | PIPEAU |
| CHROME | HERESIE | PLUMEAU |
| CITRON | HIBOU | RESINE |
| CIVET | HYDRATER | SALADE |
| CLIQUE | INEDIT | SEVERITE |
| COLONNE | IVOIRE | SPORT |
| COMPOST | MARQUE | VAISSELLE |
| COQUET | MATELAS | |

• SUDOKU • GRILLE N°57 • DIFFICILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°49 • FACILE •

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

A cœur ouvert

« Vaincre la peur »

Que feriez-vous si vous ne ressentiez absolument aucune peur ? Que feriez-vous si vous étiez libre de vivre sans l'impression de pouvoir déprimer, échouer, rater, manquer, se planter ? Sans doute, vous vivriez. Vous vivriez pour de vrai.

Dans la vie, il n'y a que deux énergies qui comptent vraiment. Deux moteurs qui dirigent nos pas et impriment nos élans : l'amour et la peur. L'amour est une énergie chaleureuse, qui se répand de notre cœur vers l'extérieur. Elle est joie et assurance, porteuse et vivifiante. L'amour ouvre les portes même les mieux scellées. Il libère la créativité, concrétise tous les élans, même les plus fins, les plus imperceptibles. L'amour donne la vie et la rend jolie la donne, l'accueille et la célèbre. Il consolide

et introduit dans de plus grandes dimensions. La peur, à l'opposé, est une énergie froide, de rétractation. Elle fait douter, remet tout en question, jusqu'à l'existence de Dieu lui-même. La peur fait prendre des décisions non-centrées. Elle nous fait nous maintenir dans une relation abusive sans pouvoir nous dégager de nos liens, sans pouvoir nous exprimer, reconnaître et faire respecter nos besoins. La peur nous fait garder dans des professions qui nous consomment, usent de notre vitalité, de notre énergie, nous jettent comme

de pauvres déchets sur le rivage de nos espoirs perdus et nous livrent aux plus grandes désillusions de la vie et surtout à la perte d'envie et de motivation.

La vie est merveilleuse et il faut en profiter au quotidien. Se rappeler que le souffle est un don qui peut nous être retiré à tout instant et qu'aucune préoccupation, quelle qu'elle soit ne mérite de tuer nos élans de vie, de joie, ternir notre rayonnement et nous enfermer dans une vie d'automate. Soyez en vie, soyez libres.

Princilia Pérès

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

Un voyage à deux vous fait le plus grand bien et permet de répondre à vos doutes et questions. Vous trouvez un point d'équilibre et vous vous faites entendre. Cette période est importante pour vous.

Lion
(23 juillet-23 août)

Vous voilà de retour à vos affaires, ressourcé et plein d'énergie. Vous coulez des jours heureux entouré ou en solitaire, particulièrement serene. Les célibataires auront de fortes chances de faire une belle rencontre.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous vous démarquez grâce à votre bon sens et votre originalité. Vous ne laisserez personne indifférent, surtout si vous êtes célibataire... l'amour tourne autour de vous et vous rend la vie plus belle.

Taureau
(21 avril-21 mai)

Vos idées prennent vie grâce à l'énergie insufflée par l'un de vos proches. Vous êtes ravi de la tournure des événements et vous en tirez un beau parti. Vous pourrez être fier de vos progrès.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Vos projets pourraient être compromis. Vous aurez suffisamment de ressources pour envisager les choses différemment sans non plus tout remettre en question. Vous ne vous formaliserez pas.

Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous devrez affronter quelques sujets sensibles et vous vous sentirez irritable. Cette semaine, fuyez les personnes néfastes à votre bien-être car vous n'aurez pas l'énergie pour les affronter.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous voilà plein d'énergie pour mettre en œuvre un projet qui vous tient à cœur depuis longtemps. Vos efforts payent, vous en récoltez les fruits et cela agit comme un cercle vertueux.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

Soyez indulgent avec vous-même et évitez de vous remettre en question à tout bout de champs. Parfois, les erreurs viennent des autres, vous n'êtes pas toujours responsable de la situation.

Poisson
(19 février-20 mars)

Vous profitez pleinement du moment présent, vous vous laissez aller et vous vous videz l'esprit au mieux. La période est profitable sur plusieurs plans, mais particulièrement pour votre équilibre intérieur.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Vous vous projetez avec l'être aimé que vous voyez sous un nouveau jour, toujours plus surprenant. Votre ciel est au beau fixe et vous pensez à de nouvelles perspectives, vos doutes s'effacent.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Vous avez pris du temps pour vous, vous êtes reposé et prêt à faire avancer les choses comme bon vous semble. Vous profitez d'une énergie particulièrement stimulante alors passez à l'action.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous pourriez vous trouver tracassé par les ennuis d'un proche. Vous avez tendance à absorber trop facilement les problèmes des autres, essayez de prendre autant de distance que possible.

PHARMACIES DE GARDE

**DIMANCHE
6 AOÛT 2023**

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

MAKÉLÉKÉLÉ	Rosel
Pharmacie de jour	Rond-point Koulounda
Hopital Makélékélé	La Victoire
Jireh Rapha	Daphné
Nobel	Pharmacie de nuit
Pharmacie de nuit	Sophiana
Grand Séminaire	Désir
Rond-point Makélékélé	Tsieme (ex Galesy)
Kisito	Ebina
Château d'eau Goline	Boueta Mbongo
	Coronella
BACONGO	TALANGAI
Pharmacie de jour	Lecka
Chris Roi	Terminus Mikalou
Commune de Baco	Vert D'O
Marché Total	Pharmacie de nuit
Pharmacie de nuit	Esplanade
Sandza	Saint Robert
Prosper	Galy
Commission	Jaque Rufin
La Glacière	Père Emerauce
	Immaculé
POTO-POTO	Eckodis
Pharmacie de jour	Louanges
Carrefour	Lycée T.Sankara
Christale	Croix-Sainte
Vader Veecken	MFILOU
Pharmacie de nuit	Pharmacie de jour
Péniel	Konix
POTO-POTO	Méline PK Mfilou
Exaucé	La Base
Alex	Pharmacie de nuit
Les Anfes	El Rodriguo
Moungali	Ô Océanne
Pharmacie de jour	Bethesda
Rond-point Moungali	Nuit Exode
Zoo	DJIRI
Mayama	Pharmacie de jour
Auréole	Saint Luc
Daffe	M-Reina
5ème Galaxie	Ile de la santé
Pharmacie de nuit	Horeb
Celmesterica et Jenny	Pharmacie de nuit
Délivrance	Oasis
Jagger	MADIBOU
Boueta Mbongo	Pharmacie de jour
La Renaissance	Affia
Liema	Pharmacie de nuit
La Grâce	Nuit Victorieuse
OUEZÉ	
Pharmacie de jour	