



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° 260 - VENDREDI 23 AU JEUDI 29 FÉVRIER 2024

MUSIQUE

Zao en concert caritatif à l'IFC

Le légendaire musicien congolais Zao est en concert caritatif le 24 février à l'Institut français du Congo pour soutenir les victimes des accidents vasculaires cérébraux (AVC). Ayant souffert lui-même d'un AVC en 2022, Zao voudrait poursuivre l'élan de solidarité qui lui a été réservé pendant sa convalescence en cédant le bénéfice de ce concert, qui sera produit avec l'ONG Toutariv, aux personnes frappées par des AVC mais en situation de vulnérabilité.

PAGE 5



HUMOUR

Weifar Kaya sacré au « Vaulx mieux en rire » 2024



L'humoriste congolais, Weifar Kaya, basé depuis quelques temps en France, a été sacré Prix du public et Prix du jury lors de la 5e édition du festival « Vaulx mieux en rire » qui s'est tenue le 17 février, dans la ville française de Vaulx. « Ce qui nous arrive est généralement le résultat de ce que nous avons pensé. Tu seras heureux si tu arrives à tomber réellement amoureux de ton travail », a déclaré Weifar Kaya.

PAGE 8

SPECTACLE

Les langues maternelles à l'honneur à Brazzaville



La célébration, le 21 février à Brazzaville, à l'Institut français du Congo (IFC), de la Journée mondiale de la langue maternelle, a donné lieu à des débats thématiques et une soirée culturelle agrémentée de contes et slams en différents dialectes du pays, dans l'objectif de préserver les différentes cultures et les langues qui favorisent la tolérance et le respect des autres.

PAGE 8

DÉCOUVERTE

Ar, entre musique folk et rap



Ni totalement rap ni complètement folklore, Ar, de son vrai nom Arnold Mbala, propose une musique sur fond textuel du folk Bembé. L'ancien étudiant titulaire d'un bac E, devenu par la force des choses revendeur de fournitures de bureau, est propriétaire d'un studio de musique à Brazzaville, dans le quartier Diata, près du stade Alphonse-Massamba-Débat.

PAGE 4

PRIX VOIX D'AFRIQUES

Nincemon Fallé, lauréat de la 4^e édition



PAGE 5

Éditorial

Au nom de la culture !

Si nous affirmons que les artistes sont les meilleurs ambassadeurs, nous donnons donc à la culture son rôle de catalyseur de l'identité d'un pays. C'est par elle que l'on peut faire passer tous les messages et conjurer les talents pour être vu autrement. Il est donc clair qu'une attention subtile aux mécanismes culturels, comme l'a démontré plusieurs nations, renforce et témoigne de la puissance diplomatique issue de l'influence culturelle.

Notre pays possède les rudiments nécessaires d'un tel processus. Le travail que fournissent les artistes a déjà pesé et continue d'ailleurs à assurer l'éclat de son dynamisme. Devrons-nous rappeler le rôle historique joué par l'action culturelle dans le rayonnement du Congo pour s'en convaincre ? Il est bien perceptible et les témoignages sont élogieux.

Ce qu'espèrent les artistes, si nous écoutons bien leur discours, comme Weifara Kaya sacré au « Vaulx mieux en rire » 2024 en France, et Arnold Mbala qui propose une musique sur fond textuel du folk Bembé, c'est plus d'attention et de collaboration. Plus de soutien et d'accompagnement. Ils nous invitent, en effet, à considérer comme des instruments utiles au développement économique et social inclusif ces industries culturelles et créatives qu'ils guident chaque jour avec autant de labeur.

Les Dépêches du Bassin Congo

LE CHIFFRE

« 40000 »

C'est environ le nombre de candidats admis au baccalauréat général session de juin 2023.

PROVERBE AFRICAIN

« Qui vit longtemps voit la danse de la colombe ».

LE MOT

« MULTIVERS »

□ Le terme de multivers est utilisé par les scientifiques pour décrire l'idée selon laquelle, au-delà de l'Univers observable, d'autres univers pourraient également exister.

IDENTITÉ

« ROY »

Prénom anglais, Roy vient du terme latin rex, signifiant « roi ». Naturellement responsable et discipliné, Roy n'est pas de ceux qui cherchent la bagarre, mais sait parfaitement se défendre. Poli, intelligent et charismatique, il sait susciter l'admiration et l'adoration des adultes qui voient en lui l'enfant idéal. Petit, il attire déjà la confiance, les amitiés et les responsabilités. Son optimisme, sa gentillesse et sa loyauté en font un ami dont on a du mal à se passer.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Si chacun faisait un peu de bien, imaginez comme le monde serait meilleur »

- Jackie Chan -



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
Duryl 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 Ndongidi, 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, Mbengué Okandzé

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

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

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

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

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepêchesdebrazzaville.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@lesdepêchesdebrazzaville.fr

Président : Jean-Paul Pigasse

Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Genre

Sandrine Wamy, un exemple peu courant dans le milieu portuaire

Sandrine Wamy est directrice d'exploitation chez Congo Terminal depuis plus de trois ans où elle passe ses journées entre le bureau et les travées du terminal à conteneurs. Proactive et engagée, elle nous dévoile sa détermination et les efforts de ses équipes. Entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Qu'est ce qui a motivé votre choix de carrière dans les métiers portuaires où l'on y trouve moins de femmes ?

Sandrine Wamy (S.W.) : Je dirai que le hasard et l'amour du travail m'ont tracé le chemin vers ce métier. En effet, je suis diplômée d'ESIEE Paris. Après une carrière en Belgique puis en France en tant qu'ingénieur études et développement, j'ai décidé de rentrer au Cameroun, mon pays d'origine. Et c'est là que commence mon aventure dans les terminaux. Je débute en tant qu'analyste informatique au sein du terminal à conteneurs de Douala (DIT) puis évolue au poste de directrice des systèmes d'information pour la région golfe de Guinée avant d'être nommée directrice d'exploitation chez Congo Terminal, à la quatorzième année de ma carrière.

L.D.B.C. : Vous êtes directrice d'exploitation du terminal à conteneurs de Pointe-Noire, comment vivez-vous ce challenge ?

S.W. : Par mon engagement certainement. J'ai à cœur d'aider mon entreprise à traduire ses



stratégies commerciales en opérations quotidiennes. Je dirige mes équipes en assurant une supervision stratégique et opérationnelle avec des changements organisationnels, de nouveaux processus et outils qui aident dans l'application quotidiennes des tâches. Cela garantit le bon déroulement des opérations à moindre coût tout en respectant les échéances. De plus, je suis convaincue que la mise en œuvre d'un environnement de travail sain et collaboratif permet à l'entreprise d'être proactive en prenant les meilleures décisions stratégiques.

L.D.B.C. : La capacité d'un ter-

terminal à conteneurs se mesure au nombre de conteneurs manipulés. Quels sont vos résultats à fin 2023 et comment y êtes vous parvenus ?

S.W. : Pour la troisième année consécutive, nous avons dépassé le million de conteneurs manutentionnés. Je tiens à féliciter l'ensemble des collaborateurs qui ont travaillé d'arrache-pied tout au long de l'année 2023, relevant les défis qui n'ont pas manqué, afin de maintenir Congo Terminal dans le prestigieux cercle des terminaux les plus performants. Sans eux, rien n'aurait été possible. Nos infrastructures de qualité, nos équipements de pointe,

de technologies modernes ont grandement concouru à la réalisation des prouesses de Congo Terminal.

En 2023, nous avons reçu deux portiques de quai, six portiques de parc, sept chariots élévateurs et dix tracteurs portuaires venus s'ajouter à l'existant. Chaque année, le volume de conteneurs manipulés par le Terminal ne cesse de progresser grâce à ces investissements continus. Ainsi, nous sommes d'ores et déjà en ordre de marche pour établir un nouveau record en 2024.

L.D.B.C. : Congo Terminal dispose d'une forte expertise en la matière. D'où tirez-vous ce savoir-faire ?

S.W. : Notre appartenance à Africa Global Logistics, acteur majeur dans le domaine de la logistique portuaire en Afrique, garantit la meilleure offre possible aux clients en développant des partenariats de qualité, fiables et pérennes, répondant aux meilleurs standards internationaux. C'est pour nous un atout incontestable. Congo Terminal tire sa forte expertise de ce groupe qui est leader dans ces domaines et fait partie depuis décembre 2022

de la famille MSC, premier armateur mondial. Nous mettons en œuvre des programmes de modernisation et de développement des infrastructures et équipements portuaires, selon les normes internationales les plus élevées. Le renforcement de l'attractivité et de la compétitivité du terminal repose sur nos capacités à investir sur le long terme non seulement dans les équipements, les infrastructures ou les projets tout en préservant notre environnement mais surtout sur notre capital humain au travers de nos dispositifs de formations. Ces hommes et ces femmes qui s'investissent chaque jour dans leur travail et qui contribuent hautement au rayonnement de Congo Terminal, et donc du Port de Pointe-Noire, porte océane de la sous-région. Enfin, notre connaissance aigüe des corridors logistiques stratégiques vers les pays de l'arrière-pays représente un atout majeur. Ce maillage permet à la fois de favoriser le commerce intra régional mais aussi de répondre aux ambitions d'intégration du continent africain.

Propos recueillis par Guy-Gervais Kitina



Angélique Kidjo/DR

Angélique Kidjo s'est élevée au sommet, devenant l'une des artistes les plus influentes à l'échelle mondiale, repoussant sans relâche les frontières de son art. Etant l'une des grandes artistes africaines à avoir affronté les grandes scènes mondiales, elle partage désormais le panthéon musical avec les

illustres détenteurs de Grammy awards, ayant à son actif cinq récompenses. Auteure de quatorze albums à succès sur la scène internationale, quarante-neuf distinctions toutes catégories confondues, l'artiste est sans doute la première et la seule Africaine dans l'histoire de ce prestigieux prix à être

Portrait

Angélique Kidjo, reine africaine de Grammy awards

La chanteuse béninoise, auteure, compositrice, militante et activiste féminine, Angélique Kidjo, est plébiscitée comme le premier artiste africain dans l'histoire des Grammy awards à avoir remporté plus de trophées malgré son absence lors de la dernière édition tenue récemment aux Etats-Unis.

plus récompensé. A travers son art, Angélique Kidjo a fait de sa plume une arme puissante pour combattre, exprimer ses déboires et aborder des thèmes comme l'amour, le racisme, la condition féminine, la situation des enfants de la rue... D'ailleurs, elle est citée par le journal The Guardian parmi les cent femmes les plus influentes au monde. Le magazine Forbes la fait figurer comme première femme dans la liste des quarante célébrités les plus importantes d'Afrique. Le Daily Telegraph la décrit en 2012, lors des Jeux Olympiques de Londres, comme «Reine incontestée de la musique africaine ». Paris Match l'a placée en tête des dix artistes africains les plus engagés. En 2021, Time magazine l'a incluse dans sa liste annuelle des cent personnes les plus influentes du monde. Cette renommée prend une dimension encore plus impres-

sionnante lorsqu'on la confronte à ses modestes origines. Née en 1960, à Ouidah, au Dahomey, actuel Bénin, Angélique Kidjo, de son vrai nom Angélique Kpasseloko Hinto Hounsino Kandjo Manta Zogbin Kidjo a puisé ses premières inspirations dans les vinyles de Johnny Hallyday et Claude François, tout en développant un amour précoce pour les musiques et les danses traditionnelles au sein de la troupe théâtrale de sa mère. Son ascension musicale a débuté à l'adolescence avec le groupe les «Sphinx», propulsée par le succès régional de son premier album «Pretty», enregistré avec l'aide de son frère et du producteur camerounais Ekambi Brillant. En 1983, elle devient la voix du groupe jazz africain Pili Pili et rencontre son mari, le musicien Jean Hebraïl. Le véritable tournant de sa carrière musicale intervient

en 1991 lorsqu'elle rencontre Chris Blackwell, fondateur d'Island Records. De cette collaboration, quatre albums internationaux à succès voient le jour, dont « Logozo » en 1991, « Aye » en 1994, « Fifa » en 1996. La trilogie d'albums « Oremi » en 1998, « Black Ivory soul » en 2002, « Oyaya » en 2004, explore les racines africaines de la musique américaine. Au-delà de son succès musical, Angélique Kidjo s'engage pleinement dans des causes humanitaires. Ambassadrice de bonne volonté de l'Unicef depuis 2002 et promotrice de la Fondation «Batonga», elle soutient l'éducation des jeunes filles africaines. Ses implications avec Oxfam et sa participation à des concerts caritatifs témoignent de son engagement envers des causes sociales et environnementales.

Cissé Dimi

Distinction Gladys et Les mamans du Congo primées au German critics awards

Figure incontournable et incontestable de la musique congolaise, Gladys Samba et Les mamans du Congo ont remporté le prix «World music» lors de la première édition de German critics awards, tenue le 15 février, en Allemagne.

Véritable émissaire du Congo à l'échelle internationale, le groupe Les mamans du Congo n'est plus à présenter. Toujours dans la continuité de l'authenticité, ce groupe afro-féministe accompagné de son producteur, Rrobin, symbolise l'émancipation de la femme africaine avec justesse. Créé en 2018 sous l'impulsion de Gladys Samba et connu pour sa lutte pour l'émancipation de la femme, ce groupe est un collectif féministe congolais porté par les puissantes voix dont celles de Gladys Samba, Odette Valdemar, Ghaba Koubende, Argrea Deodalsy Kimbembe, Penina Sionne Livangou Tombet, Emira Fraye Milisande Madieta. A cette première édition de German critics awards, ces femmes ont encore porté haut le drapeau congolais comme elles ont l'habitude de le faire. Elles sont jeunes, belles, pleines d'énergie et ont la verve musicale dans les veines. Leur aventure force l'admiration car peu de femmes oseraient s'affirmer comme elles le font. Leurs créations se situent à mi-chemin entre la tradition et la modernité.



Gladys et Les mamans du Congo/DR

Les mamans du Congo mettent essentiellement en valeur les berceuses congolaises chantées en diverses langues vernaculaires du pays. Dans leurs chants, elles peignent le quotidien des femmes africaines et plus particulièrement celles du Congo avec humour, dont leur vision se résume à pé-

renniser le côté traditionnel de la femme aujourd'hui.

En effet, Gladys Samba, encore appelée Maman Glad depuis l'âge de 10 ans, a été bercée par les chansons de son père. Elle a franchi aujourd'hui une carrière musicale sanctionnée par le succès des podiums nationaux et in-

ternationaux. Elle n'a pas encore fini dans cet univers, s'inscrivant dans la lignée des grandes voix féminines d'Afrique telles qu'Angélique Kidjo, Myriam Makeba, Oumou Sangaré, Aïcha Koné. Gladys Samba a commencé dans le groupe de chants religieux Éli-

puis dans Don Bosco, avant de se lancer dans la composition musicale. Dès 1999, elle devient alors co-fondatrice du groupe «Yela-WE» aux côtés de Barnabé Matsona et Ludovic Ngama. Quelques années plus tard, avec son père spirituel Mel Malonga, ils créent «Biya lunkoyi» qui signifie quadruple croche. En Europe, Gladys Samba s'impose comme artiste talentueuse et respectée pour son professionnalisme et l'étendue de son art. Elle est une présence scénique qui rappelle celle de la chanteuse béninoise Angélique Kidjo. Des scènes nationales et internationales, Gladys Samba est une habituée. Du Masa en Côte d'Ivoire, Washington DC Aux Etats-Unis, en passant par Beyrouth au Liban pendant les 6es Jeux de la francophonie, Jazz festival à Kinshasa, festival Mantsina sur scène, festival Sangu Ndji-Ndji, le Festival panafricain de musique, la chanteuse sait faire entendre sa voix, avec son style musical qui combine RnB, Jazz rap teinté d'un mélange de rythmes traditionnels.

Cissé Dimi

Propulsor 2024 Les candidatures attendues jusqu'au 24 mars prochain

L'institution dénommée « BM prime capital » invite les entrepreneurs de l'Afrique francophone qui travaillent dans le domaine du leadership des start-up à soumettre leurs candidatures au concours Propulsor 2024, avant le 24 mars prochain.



Le concours d'excellence dans le domaine de l'informatique vise à propulser et promouvoir les start-up des entrepreneurs de l'Afrique francophone. Sachant que la plupart des créateurs des applications informatiques des pays en développement ont la plupart du temps du mal à trouver des sponsors sûrs, ils devront saisir cette occasion de postuler aux concours Propulsor 2024.

« Découvrez comment ce programme innovant est conçu pour stimuler la croissance et le succès ambitieux de la région », ont expliqué les organisateurs. « Rejoignez-nous pour explorer les opportunités offertes par Propulsor afin de propulser votre start-up vers de nouvelles horizons », ont-ils poursuivi.

En plus de l'accompagnement apporté aux futurs postulants, Propulsor se révélera être à la

fois un partenaire stratégique, efficace et dynamique. Les informaticiens qui produisent des start-up ont tout intérêt à candidater à ce concours.

Ceux qui feront parvenir leurs candidatures bénéficieront d'une formation non seulement de qualité, mais aussi et surtout mondialement reconnue. Cette formation permettra aussi aux apprenants d'acquérir des compétences essentielles au développement

pérenne de leur start-up.

En outre, les candidats retenus auront progressivement l'opportunité de recevoir des financements importants en fonction de la pertinence et de la taille du projet. Ces subventions permettront aux créateurs de start-up d'Afrique francophone d'améliorer leur image de marque à l'échelle mondiale, d'accroître leur visibilité dans les marches internationales et de bénéficier des mises à jour dans leur domaine de prédilection.

Les personnes intéressées par Propulsor 2024 devront juste renseigner les différentes rubriques du formulaire en ligne via la plateforme du concours. Les seules rubriques à remplir constituent en fin de compte les critères d'éligibilité à cette compétition de start-up.

Chris Louzany

Découverte Ar, entre musique folk et rap

Ni totalement rap ni complètement folklore, Ar, de son vrai nom Arnold Mbala, propose une musique sur fond textuel du folk Bembé.



L'artiste Ar/DR

Sa créativité musicale, aime-t-il expliquer, provient de l'ancien étudiant titulaire d'un Bac E, mais devenu, par la force des choses, revendeur de fournitures de bureau. « Il faut bien gagner sa vie », ironise-t-il. Et de se réjouir en confiant que c'est grâce à cette activité qu'il est devenu propriétaire d'un studio de musique à

Brazzaville, dans le quartier Diata, près du stade Alphonse-Masamba-Débat.

C'est toujours dans le même secteur qu'il se rend tous les jours ouvrés pour vendre les fournitures de bureau dans l'enceinte de Direction des examens et concours techniques.

Marie Alfred Ngoma

Prix Voix d'Afriques Nincemon Fallé, lauréat de la 4^e édition

Après Yaya Diomande en 2021, Fann Attiki en 2022, Ernis en 2023, c'est finalement le jeune ivoirien Nincemon Fallé qui a été sacré prix Voix d'Afriques 2024 pour son roman « Ces soleils ardents ».

Né à l'Est de la Côte d'Ivoire et grandi entre Bondoukou, Abidjan, Aboisso et Daloa, Nincemon Fallé, 22 ans, vit actuellement à Abidjan, dans le quartier de Yopougon. C'est depuis quelques années déjà que le jeune garçon s'était lancé dans l'écriture de son roman alors qu'il travaillait dans une imprimerie. Son œuvre raconte l'histoire de Iro qui a quitté son village pour poursuivre ses études à Abidjan. Avec ses amis Thierry, Malick et Yeo, ils forment une bande joyeuse, ambitieuse, multipliant les petits boulots dans les rues d'Adjamé et les couloirs de la cité universitaire.

De tous, Iro est le plus rêveur et le plus déterminé. Mais son père meurt au

village et tout est bouleversé. Il doit faire face aux souvenirs de cet homme dont il ignore presque tout. Quelle vie a eu son père, quels rêves étaient les siens, à quoi a-t-il renoncé ? Ses certitudes s'effondrent et des vérités nouvelles, plus complexes, apparaissent qui permettront à Iro et ses amis de tracer leur chemin et de trouver pour eux et leur famille une forme de réconciliation et de paix.

Pour son style unique, le portrait si réussi des étudiants de l'université Houphouët-Boigny à Abidjan, sa construction et son souffle, Nincemon Fallé a réussi à séduire les membres du jury placé sous la présidence de Mohamed Mbougar Sarr. A

travers son roman qui sera édité par les éditions JC Lattès pour une parution prévue le 20 mars, Nincemon questionne l'héritage des pères, l'ambition des fils, les lignes de tension, de trahison et d'amour qui traversent les générations et relient les hommes.

A en croire les organisateurs, Nincemon Fallé recevra son prix lors de la Semaine des cultures africaines et de la langue française organisée par les Instituts français du Cameroun, en présence de Mohamed Mbougar Sarr et de certains membres du jury ainsi que des lauréats des éditions précédentes, dont le Congolais Fann Attiki et la Camerounaise Ernis.

Par ailleurs, le lauréat bénéficiera d'une semaine de



Nincemon Fallé, Prix Voix d'Afriques 2024/DR

rencontres, d'ateliers, de lectures, de conférences à Yaoundé et à Douala au sein des Instituts français, des universités, des lycées, de la fondation MAM. Nincemon Fallé sera également accueilli à la Cité internationale des arts à Paris pour deux mois de résidence, entre le 1er avril et le 1er juin. Il partira ensuite à Bordeaux pour un mois de résidence à la villa Valmont. À Paris comme à Bordeaux, il pourra présenter son roman, écrire, intervenir dans des lycées

et mener des ateliers avec des artistes.

Initié par RFI, les éditions JC Lattes et la Cité internationale des arts, Voix d'Afriques est un prix littéraire destiné à faire émerger les jeunes auteurs et auteurs de langue française du continent africain. Ce concours d'écriture s'adresse à toute personne majeure et de moins de 30 ans n'ayant jamais été publiée et résidant dans un pays d'Afrique.

Merveille Jessica Atipo

Musique

Zao en concert caritatif à l'IFC

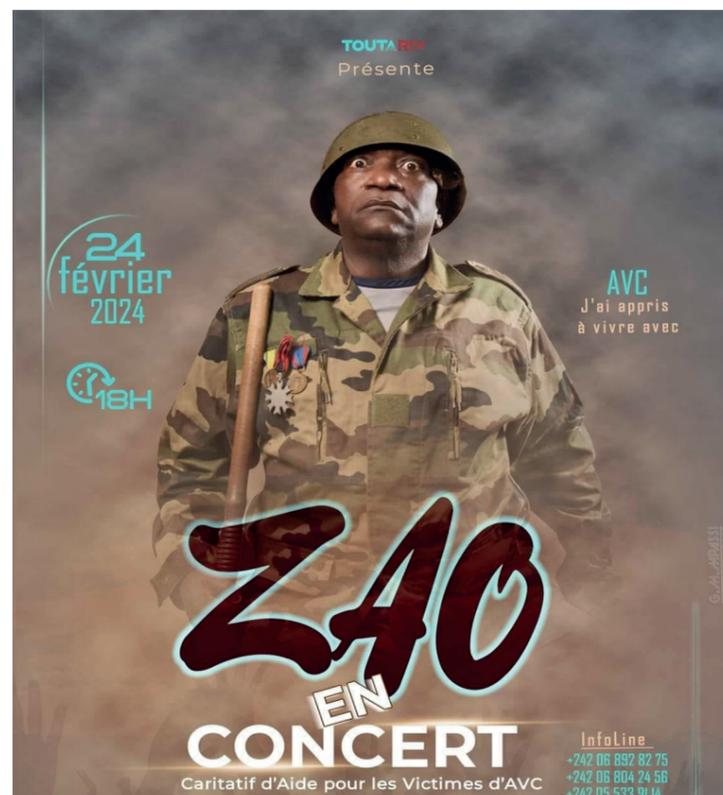
Le légendaire musicien congolais Zao sera en concert caritatif, le 24 février, à l'Institut français du Congo (IFC) pour soutenir les victimes des accidents vasculaires cérébraux (AVC).

Par le concert de ce samedi, l'ONG Toutariv et l'artiste Zao entendent non seulement en faire un cadre de consolidation de la cohésion sociale et du vivre-ensemble mais aussi un carrefour de rencontre, de brassage, de solidarité culturelle durable. Les fonds issus de ce concert seront en grande partie destinés aux victimes des AVC qui sont en situation de vulnérabilité. Étant lui-même victime de cette maladie en 2022, Zao a dû son salut à un élan de solidarité et, sa santé s'étant améliorée, en reconnaissance de cet apport dont il a été bénéficiaire, il veut aussi aider ceux qui sont victimes de cette maladie.

Véritable trait d'union entre la musique d'aujourd'hui et celle d'hier, Zao rappelle avec mélancolie les légendes ou les immortels airs d'un grand Kallé Jeff, voire les tubes cultes des Bantous de la capitale, l'orchestre Bao-

bab du Sénégal ou du grand Sékouba Bambino, originaire du Congo. Né en 1953, dans le département du Pool, Casimir Zao a commencé la musique en jouant avec un groupe du quartier, Gloria, en 1968. Il va rejoindre l'un des grands groupes de l'époque, les Anges, en tant que chanteur, percussionniste et danseur. C'est principalement avec ce groupe qu'il a acquis son expérience.

En 1977, les Anges participent au festival de la chanson politique en Bulgarie où ils remportent la palme d'or. En 1978, Zao entre à l'école des instituteurs et la même année, il va à Cuba pour le festival mondial de la jeunesse. En 1989, trois membres des Anges dont Zao sont choisis pour se rendre en Italie, à l'occasion du Festival mondovision à Florence. En 19981, il se présente au concours RFI Découvertes, sans suc-



cès bien qu'il ait été sélectionné parmi les finalistes. En 1982, Zao se présente à nouveau avec le titre « Sorcier ensorcelé » et obtient le prix l'ACCT. Le 18 novembre

2017, lors de la célébration de la journée de la République, il est élevé au rang de Commandeur dans l'ordre du mérite congolais, par le président de la République,

Denis Sassou N'Guesso.

L'artiste a atteint son apogée avec le titre « Ancien combattant » qui a connu un grand succès mondial. En 1983, ce tube remporte le premier prix au Festival de la musique d'Afrique centrale. Il doit son succès en partie à la participation des grandes pointures de la musique congolaise dont la direction de l'orchestre est assurée par Jeff Louna, guitariste de renommée. Les guitares de Samuel Pembelo et de Jeff Louna s'accordent avec le clavier de Freddy Kebano, alors que la batterie de Ricky Siméon, les percussions de Zao et de Clotaire Kimbelo puisent dans le folklore congolais. Plus qu'un amuseur, Zao est un révélateur des maux de son continent. Par le biais de l'ironie, il fait passer des messages politisés ancrés dans son époque.

Cissé Dimi

Cinéma

« Sous les figues » d'Erige Sehiri projeté à l'IFC

Sorti en salle en 2022, « Sous les figues » est un drame d'origine tunisienne d'environ 1h 32 min qui met en exergue l'émancipation de la femme. Inspiré des faits réels, il nous amène au milieu des figuiers dans un verger pendant la récolte estivale où les jeunes hommes et les jeunes femmes expérimentent de nouvelles rencontres et de nouveaux sentiments. Sa projection a eu lieu le 20 février, à l'Institut français du Congo (IFC) de Brazzaville.

Erige Sehiri évoque plusieurs thèmes dans son film quasi documentaire, notamment la condition sociale, l'amour, la sexualité, le besoin de liberté, les espoirs mais aussi le patriarcat, l'oppression et la violence subies par les jeunes travaillant dans les champs pendant l'été. Elle met également en parallèle la relation entre l'ancienne et la nouvelle génération et démontre que la cohabitation entre elles reste possible.

D'après l'histoire, en Tunisie, des femmes, souvent jeunes, et d'autres âgées, accompagnées de quelques hommes, sont soumises à la récolte des figues sous la direction d'un « chef » peu aimable. Au fil de la journée, le verger devient un théâtre d'émotion ou se jouent les rêves et les espoirs de chacun. Les relations se nouent, des jeunes se courtisent, d'autres en profitent pour voler. Il se glisse alors des secrets, des confidences et des controverses entre ces jeunes afin de régler leurs comptes.

En effet, c'est le souvenir d'enfance de la réalisatrice qui lui a donné l'envie de créer cette œuvre dans ce village (Siliana en Tunisie) rempli de figues. « Si je n'avais pas grandi en



France, je serai certainement une petite cueilleuse de figues ou de cerises », dit-elle dans une interview accordée à Tv5monde. Aussi ajoute-t-elle, « en dehors de la condition sociale qu'on connaît, je voulais aussi mettre en lumière le paradoxe entre cet arbre qui enveloppe mais en même temps qui étouffe. Je trouvais que c'était une belle métaphore du pays dans lequel cette jeunesse se sent enfermée mais qui, avec de l'imagination, trouve des

espaces de liberté ».

Composé essentiellement d'acteurs amateurs (Fide Fdhili, Feten Fdhili, Ameni Fdhili, Samar Sifi, Leila Ouhebi, Hneya Ben Elhedi Sbahi, Gaith Mendassi, Abdelhak Mrabti, Fedi Ben Achour, Firas Amri), « Sous les figues » a décroché le prix du jury Eco-prod22 pendant La quinzaine des réalisateurs à Cannes. Il a obtenu le Tanit d'argent aux Journées cinématographiques de Carthage 2022 et le Bayard d'or du Festival du film franco-

Une capture du film/DR

phone de Namur (Belgique). Il a aussi décroché le premier prix du festival du film francophone de Tübingen, à Stuttgart. Il a été dans la sélection officielle du Festival du film de Sarajevo et du Festival international du film de Toronto 2022.

L'émancipation de la femme dans la société est un processus continu vers l'égalité des genres. Si les mouvements féministes ont cruciallement lutté pour que les femmes obtiennent aujourd'hui des opportunités et

des responsabilités telles l'éducation, l'accès à l'emploi et aux rôles sociaux diversifiés, les défis restent cependant de taille dans plusieurs régions du monde.

D'origine tunisienne, Erige Sehiri est née en France en 1982. Après une licence en administration des affaires, elle travaille comme chargée de projet dans une radio à Montréal et en parallèle elle se forme en réalisation documentaire. De retour en France, elle réalise des courts métrages documentaires pour la télévision et travaille comme journaliste indépendante pour les chaînes françaises.

En 2012, elle réalise un documentaire de création « Le Facebook de mon père » et participe au projet collectif « Albums de famille », prix coup de cœur Cinemed 2012. Productrice franco-tunisienne, avec sa société de production, Henia, elle développe des documentaires d'auteur, récompensés à Visions du Réel, l'Idfa, Cinemed. En 2018, son premier long métrage documentaire, « La voie normale », est resté à l'affiche durant six semaines dans les cinémas tunisiens.

Divine Ongagna

Les immortelles chansons d'Afrique

« Kimpiatu » de King Kester Emeneya

« Kimpiatu » est une œuvre de King Kester Emeneya qui continue à illuminer la galaxie musicale africaine depuis sa sortie en 1985. Elle a été enregistrée grâce au label Rythme et musique, sous la référence REM 600.

Il s'agit d'une femme victime d'un complot orchestré par sa rivale. Cette dernière voulant l'évincer, lui envoie un homme à qui elle a donné beaucoup d'argent. Fidèle à son homme, elle refuse catégoriquement. Confuse, sa rivale s'alliera à un groupe de personnes pour dire qu'elle trompe son mari. Sa riposte ne se fera pas attendre : « *Tala mobali oyo yango nini oyak'otungisa ngai, luka mususu na zali engagé na Tchayi Kimpiatu* », ce qui peut être compris par : « *Regarde-moi ce monsieur, pourquoi viens-tu m'importuner, trouve-toi une autre femme, car je suis engagée avec Tchayi Kimpiatu* ». Elle poursuivra en déclarant : « *Naza na procès ya sango bo panzaki que ngai mwasi na yo, nzoka nayebi te soki ovandaka na kiti to na kiti kwala, mbongo yango soki ya yo to oza simple représentant botika komikosana* », autrement dit : « *J'ai un procès à propos de la nouvelle que vous aviez répandue que je suis ta femme, alors que je ne sais pas si chez toi tu t'assoies sur une chaise ou sur un lit de fortune, si cet argent est à toi ou tu n'es qu'un simple représentant, cessez de vous tromper (vous ne m'aurez pas dans votre jeu)* ». À son mari, elle dira : « *Oh Tchayi Kimpiatu, luka*



olandela likambo yango mpo oyeba ndenge ezali, okomona que naza na ngai innocente. Ezali complot ya mbanda, mpo ba boya ngai na libala », approximativement compris par : « *Oh Tchayi Kimpiatu, cherche à faire des investigations afin que tu saches de quoi s'agit-il, tu découvriras que je suis innocente* ».

Cette chanson est aussi un conseil que l'artiste prodigue à sa première fille, la nommée Afimiko Emeneya au début de la chanson. Ce début, marqué par la batterie de Koyongonda qu'on retrouve dans la chanson « Beat it » de Michael Jackson, donne à cette mélodie une saveur pop. Ensuite vient la guitare basse de Pinos qui laisse le temps à Tofla et Huit Kilos de produire des sons proches du rock'n'roll. Cet intro commence en « Ré » et se termine en « Fa » avant que la voix de King Kester s'impose dans la forme la plus explosive : « *Afimiko, mwana ya roi (...)* Afimiko zala mayele na la vie ya lelo oyo », « *Afimiko, l'enfant du roi (...)* Afimiko sois intelligente dans la vie actuelle ». Ce chant est soutenu par un déploiement des arabesques vocales de Joly Mubiala, Makolin, et Malembe Chant. Né le 23 novembre 1956 à Kikwit, en République démocratique du Congo, Jean Baptiste Emeneya Mubiala, alias King Kester, a eu un parcours riche et élogieux. On retient qu'il a chanté aux côtés de Mopero et Gina Efonze, en 1970, avant son passage dans Viva la Musica entre 1978 et 1982. En décembre de la même année, avec les transfuges de Viva, il crée Victoria Eleison qu'il a présidé jusqu'à sa mort, le 13 février 2014.

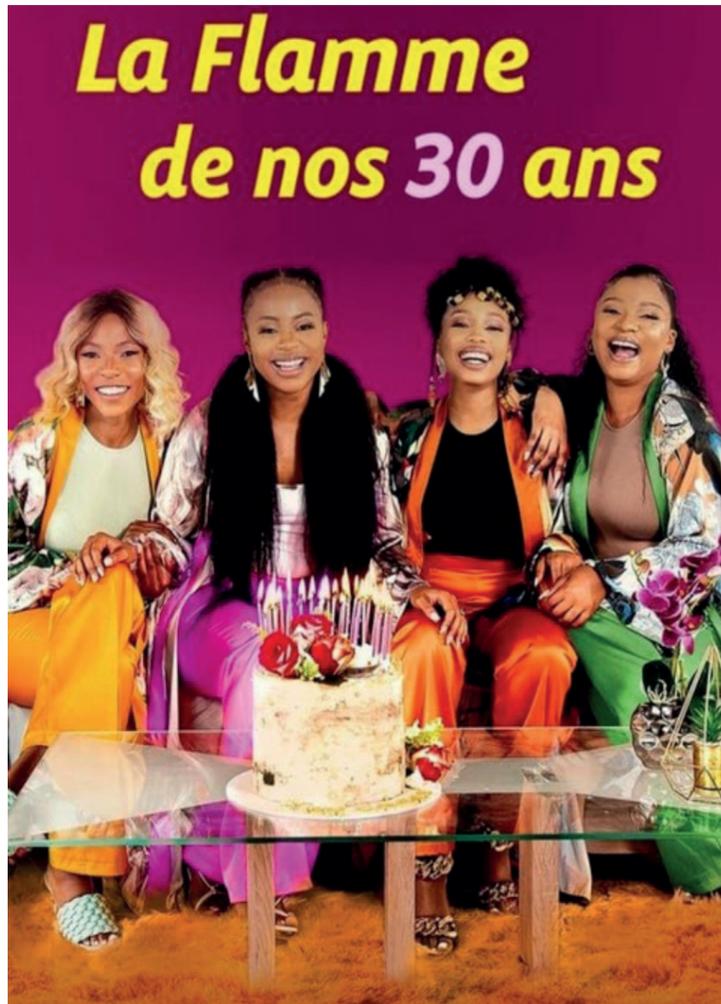
Frédéric Mafina

Voir ou revoir

« La flamme de nos 30 ans » de Stephina Zwane

Long métrage romance-drame, « La flamme de nos 30 ans » aborde avec subtilité la problématique de la crise de la trentaine que redoutent plusieurs jeunes.

L'année de leurs 30 ans, quatre meilleures amies tentent de gérer leur vie de couple, leurs peines de cœur et leurs vies professionnelles. Et cette mise au point révélera plusieurs imprévus qui pourraient bien bouleverser leur amitié. Bien plus que d'autres transitions d'âges, la trentaine est généralement celle qui met certains jeunes faces à leur destin comme pour analyser le chemin de vie parcouru et celui qui reste à parcourir. Une période de remise en question entre ce que la société attend des trentenaires et ce qu'eux-mêmes veulent réellement. S'il est vrai que la société contribue à accentuer cette pression et ce sentiment de comparaison, la crise de la trentaine peut se surmonter en accep-



tant le fait que tout dans la vie ne se déroule toujours pas comme on le souhaite et que la réussite ou le bonheur, ce n'est pas une question d'âge. L'une des clés pour surmonter ce vide sera donc de sortir de sa zone de confort. A chaque étape de sa vie, il est nécessaire de sortir de sa zone de confort, non pas en se minimisant, en s'apitoyant sur son sort mais en explorant de nouvelles expériences et de nouvelles connaissances.

A côté de la crise de la trentaine, « La flamme de nos 30 ans » met en relation plusieurs sujets d'actualité comme l'amitié, l'amour, la trahison, la violence conjugale et l'infidélité. Des sujets souvent au cœur de destruction de foyers et d'amitiés comme c'est le

cas pour Amo Chidi qui apprendra que son fiancé est le père du futur bébé de l'une de ses copines. Sur fond de suspense et d'un brin de comédie, le long métrage réalisé en anglais, avec une version française disponible, éduque sur le fait que dans la vie tout le monde n'est pas toujours ce qu'il prétend être. D'où, la nécessité d'être prudent et de savoir fixer des limites dans certaines relations.

Produite par Netflix, la fiction de 1h 46 min sortie en 2023 a connu la participation de plusieurs acteurs sud-africains comme Terrence Bridgett, Amogelang Chidi, Bahumi Madisakwane, Lunga Shabalala, Gabisile Tshabalala, Loyiso Macdonald, etc.

Merveille Jessica Atipo

Lire ou relire

« Rêves sur cendres » de Sauve-Gérard Ngoma Malanda

Préfacé par Jean-Baptiste Tati Loutard, le recueil de poèmes publié par L'Harmattan-Congo exprime le ressenti du poète devant une société en proie aux violences. Il tente d'y apporter quelques mots de résilience.

Le livre compte une trentaine de poèmes en vers libres, répartis en six chapitres pris en sandwich entre un prologue et un épilogue. Dans son premier recueil que représente cette poésie, Sauve-Gérard Ngoma Malanda s'inspire du style de Tchicaya U Tam'Si, son pionnier dans l'art de Verlaine: peindre les fresques de son temps.

Pour le préfacier, « *La beauté et la maturité du verbe du poète nous indiquent qu'il ne s'agit pas de juvenilia. Il y fait preuve d'une bonne maîtrise de la langue. Ce qui n'est pas courant chez de nombreux jeunes poètes qu'il nous a été donné de lire* » (Page 6). Cet éloge que Jean-Baptiste Tati Lou-

tard adresse à Sauve-Gérard Ngoma Malanda peut être pris comme une consécration du jeune poète qui s'est révélé dans ses prémisses littéraires, une plume majeure sur qui le lectorat francophone peut compter.

Fils de son temps, avec courage et dans un ton lyrico-épique, le poète plaint les bavures politiques contemporaines qui endeuillent autour de soi. Il substitue son impuissance par une démarche pacifiste, tout en insufflant l'espoir des lendemains meilleurs.

« *Le politique caresse la gâchette et berce les morts/ O j'échangerai ma verge une chimère/ Moi le pénitent sans arme ni foi/ Pour que renaisse l'espérance*



dans nos cœurs » (Page 19).

La guerre, l'amour, le christianisme, les réalités traditionnelles et citadines, l'exil, les beautés du paysage tropical sont autant de thèmes récurrents traités avec dextérité à travers ces chants poétiques qui font naître des rêves lumineux sur des champs lugubres de cendres.

A propos de l'auteur, Sauve-Gérard Ngoma Malanda est chroniqueur culturel à la télévision nationale congolaise, diplomate et compositeur de musique. Après son premier livre « Rêves sur cendres » publié en 2011, il compte aujourd'hui plusieurs titres dans sa gibecière littéraire.

Aubin Banzouzi

Spectacle

Les langues maternelles à l'honneur à l'IFC

Dans le cadre de la Journée mondiale de la langue maternelle célébrée cette année sur le thème « L'éducation multilingue est un pilier de l'apprentissage intergénérationnel », l'Institut français du Congo (IFC) et le Centre international de recherche sur la civilisation kongo ont organisé, le 21 février à Brazzaville, une soirée culturelle dans l'objectif de préserver les différentes cultures et les langues qui favorisent la tolérance et le respect des autres.

Les sociétés multilingues et multiculturelles prospèrent grâce à la préservation de leurs langues qui servent de vecteurs aux connaissances traditionnelles et à l'héritage culturel. Cependant, cette diversité linguistique est de plus en plus menacée et tend à disparaître. Actuellement, 40% de la population mondiale n'a pas accès à l'éducation dans sa langue maternelle. Un chiffre qui laisse à désirer, pourtant l'enseignement en langue maternelle favoriserait un meilleur avantage en apprentissage.

En effet, c'est sous le slogan « Apprenons la langue maternelle à nos enfants afin qu'elle ne meurt pas » que la soirée culturelle s'est étalée sur différents spectacles, en l'occurrence le conte, le proverbe et le slam en langues congolaises et eu-



La soirée culturelle en langues maternelles /DR

ropéennes, mettant en vedette différents groupes linguistiques au nombre desquels les Bekwils, les Civilis, les Dondos, les Kambas, les Laris, les Mbochis, les Makouas, les Mbérés, les Mbombas, les Yakas et les Tékés Boma.

Le spectacle s'est illustré à l'ouverture par les représentants Tékés mettant en

exergue plusieurs contes avec chacun un message bien particulier, dont « le tsui téké » ou « le raisin téké », les Vilis dans « l'unité nationale ». Les Sundi Kimongo ont, quant à eux, conté l'histoire de « la femme orgueilleuse », profitant de l'occasion pour rendre hommage à la femme à travers la poésie «

Ma mère ».

Les spectateurs éblouis par ce rassemblement n'ont pas manqué d'exprimer leur ressenti. « Ces performances nous montrent à quel point nous sommes un peuple même si chacun essaie tant soit peu de défendre sa langue maternelle », a fait savoir Emergence Ngombet, l'un

des spectateurs. Merveille Malanda, pour sa part, a déclaré: « Je suis Lari et fier de l'être car ma langue maternelle est le premier moyen qui me permet de traduire véritablement le sens du monde et de faciliter ma compréhension sur tout ce qui m'entoure. Ma langue maternelle définit mes origines ».

Pour Dieudonné Siam, « un proverbe Bembé dit : ba niosi se batananga bula. Cela signifie les abeilles piquent parfois celui qui extrait le vin de palme. Cette journée a tout son sens d'exister. De la manière qu'on apprend à nos enfants les langues étrangères telles l'anglais, le français, l'espagnol, je suis convaincu que nos langues seront pérennisées ».

Divine Ongagna

Humour

Weilfar Kaya remporte deux prix au « Vaulx mieux en rire » 2024

L'humoriste congolais, Weilfar Kaya, basé depuis quelques temps en France, a été sacré Prix du public et Prix du jury lors de la 5e édition du festival « Vaulx mieux en rire » qui s'est tenue le 17 février dans la ville française de Vaulx.

Organisée par Ouhlala Lyon, la cinquième édition du festival « Vaulx mieux en rire » réunissait sur son plateau plusieurs artistes talentueux à l'instar de Dycosh, Kelly Espallargas, Yassine Daoudi, Aymeric Carrez et Lala Sagna de France ; Ethan Lallouz du Maroc ; Weilfar Kaya du Congo. L'objectif étant, en famille ou entre amis, de passer une soirée placée sous le signe du rire avec des talents émergents.

Pour cette édition, c'est avec joie et reconnaissance que l'humoriste congolais s'est vu décerner deux prix. « Ce qui nous arrive est généralement le résultat de ce que nous avons pensé. Tu seras heureux



Weilfar Kaya exhibant ses trophées /DR

si tu arrives à tomber réellement amoureux de ton travail », a déclaré

Weilfar Kaya. Humoriste ainsi que comédien et acteur, Weil-

far Kaya est actuellement considéré comme l'un des meilleurs de l'Afrique dans

ce secteur. Créatif et polyvalent dans la plupart de ses sketches, il peint l'ambivalence de la société en revisitant l'enfance, la vieillesse, les mœurs, les femmes, la religion, l'éducation et bien d'autres afin de conscientiser. Sa capacité à ironiser facilement prouve à suffisance l'étendue de son talent qui peut faire rire aux éclats le public durant des heures. Dans son parcours, il a été primé plusieurs fois et a eu à participer à plusieurs festivals d'humour nationaux et internationaux. Il est également l'initiateur du festival « Forfait rire » organisé chaque 1er janvier de l'an.

Merveille Jessica Atipo

Circulation routière

Le port de la ceinture pas respecté au Congo

Bon nombre de chauffeurs des transports en commun ne prennent pas le soin de mettre leur ceinture de sécurité, malgré le fait que plusieurs personnes perdent la vie à cause de cette négligence.

Plusieurs raisons incitent les chauffeurs à ne pas mettre la ceinture de sécurité. L'une avancée est le fait qu'elle provoque la gêne pendant la conduite d'une voiture. « *Je ne mets pas régulièrement la ceinture de sécurité. Elle m'étouffe quand je suis au volant. Quand il fait chaud, je ne réfléchis même pas au risque que je cours. A la vue des policiers, je fais semblant de la mettre. Par la suite, je l'enlève* », a reconnu Hervé, chauffeur de bus à Pointe-Noire, la trentaine revole.

Une autre raison est le fait que cette ceinture ne garantirait pas la survie des gens en cas d'accident. « *A l'auto-école, le port de la ceinture de sécurité est obligatoire. Je suis d'accord. Est-ce que le port de la ceinture de sécurité est une garantie de survie en cas de sinistre ? En fait, pour moi, l'usage de la ceinture de sécurité devra être laissé à l'appréciation de chacun, c'est-à-dire si je souhaite la porter, je le fais, mais si je ne veux pas, je ne la porte pas non plus* », a indiqué Ro-



Des taxis en circulation à Brazzaville/DR

land, taximan brazzavillois dans la vingtaine.

Cependant, cette appréciation n'est pas celle de tous les chauffeurs car d'autres pensent le contraire. Ils estiment que le port de la ceinture est indispensable, obligatoire et vitale. « *Les chauffeurs n'ont rien conçu dans un véhicule. Ils n'ap-*

prennent qu'à en faire usage. A ce propos, pour leur propre sécurité, ils devront respecter impérativement le port de la ceinture de sécurité », a lancé Didier Mongo, un chauffeur de bus de longue date avec zéro accident au compteur.

Dans le même ordre d'idées, un autre chauffeur a fait savoir

que la vie est sacrée. Raison pour laquelle, selon lui, tous les chauffeurs et les passagers des transports en commun, dans la mesure du possible, devront toujours mettre la ceinture de sécurité. En matière de sécurité du conducteur et des passagers, la ceinture de sécurité est la première chose à laquelle les gens

pensent. Normalement, la négligence de la ceinture de sécurité expose aux sanctions sévères.

Hormis quelques exceptions, cela constitue une violation du code de la route. Le conducteur et les passagers majeurs s'exposent alors à une amende, voire un retrait de points du permis de conduire du chauffeur.

Rappelons que c'est en 1958 que Nils Bohlin, qui travaillait comme ingénieur à l'usine Volvo en Suède, avait créé le système connu sous le nom de ceinture de sécurité à trois points. Et plus tard, ce système a été breveté. Volvo a fait l'une des plus grandes contributions à la sécurité de conduite, ouvrant la voie à l'utilisation généralisée de ce système avec un type de brevet, appelé brevet ouvert. Ce qui signifie que tout le monde pouvait désormais utiliser le design gratuitement. La naissance du système qui est utilisé aujourd'hui et qui sauve la vie de nombreuses personnes a commencé de cette manière.

Chris Louzany

Les souvenirs de la musique congolaise

Jean Serge Essous trois « S », sa vie et son œuvre (3)

Au cours de la décennie 1960, Jean Serge Essous est le chef incontesté de l'orchestre Bantous de la capitale qu'il dirige avec brio, au regard de ses prestations artistiques et de la plus-value qu'il apporte en son sein. Les mélomanes de l'époque disaient qu'il incarnait la force des Bantous.

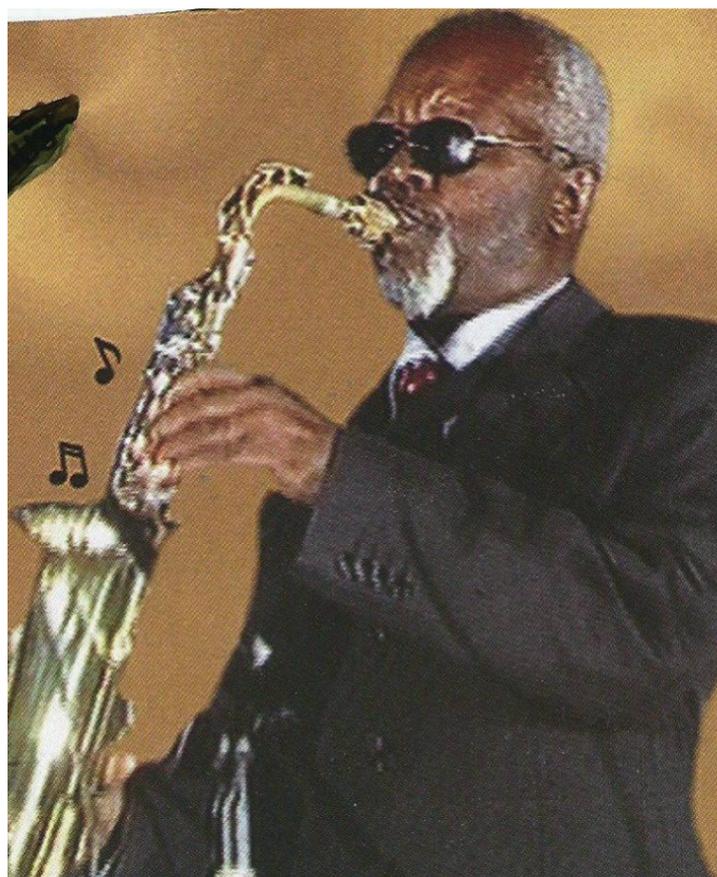
Les souvenirs de la musique congolaise : Jean Serge Essous trois « S », sa vie et son œuvre (3)

Aussitôt après sa création, l'orchestre Bantous s'impose sur le microcosme musical congolais malgré la défection d'Edo Ganga et Loubelo de la Lune qui font un come-back dans l'Ok Jazz, Dicky Baroza et Dignos Ndingari qui font leur entrée dans Cercul Jazz. Essous, animé par un sentiment d'amertume adresse une diatribe aux dissidents dans sa chanson intitulée « Lolaka lua boso » où il dit, entre autres : « *Ba ninga ba landi nde bomengo* », « *Ngai se molema* », « *Ba ninga ba kimi na lipopo* » (lipopo diminutif du nom de la ville de Léopoldville), « *Ngai se na Bea* » (Bea diminutif du nom de la ville de Brazzaville), que l'on peut traduire par : « *Les amis avec qui nous avons construit l'édifice Bantous nous ont faussé compagnie et sont repartis pour Léopoldville à la recherche du bonheur, quant à moi, pour l'amour de mon pays et de l'orchestre Bantous, j'y reste* ». Le vide laissé par les dissidents sera comblé par l'arrivée de Papa Noël (guitariste) et Bukassa Jojo dit Jojo

le beau gars (chanteur).

Avec l'arrivée de Nino Malapet (saxophoniste) en 1961, Essous abandonne la clarinette et opte pour le saxophone, formant ainsi un duo étincelant avec lui. Une discographie d'œuvres chantées en espagnol telles « *Pavacillar* », « *Oiga mambo* », « *Tcha tcha parati* », « *Guayira Guatanamera* » est à l'actif de Jean Serge Essous. La naissance de l'orchestre Tembo, en 1965, fut un tournant dans son parcours musical.

Pour la petite histoire, l'orchestre Tembo, dirigé des mains de maître par Daniel Loubelo de la Lune (ancien sociétaire de Bantous), a en face de lui plusieurs groupes musicaux qui se disputent le leadership, à savoir Bantous de la capitale, Cercul Jazz, Negro Band, ... La rivalité était de taille mais la plus remarquée fut celle qui naquit entre les Bantous et Tembo lors de leurs prestations dans les différents bars dancing de Brazzaville où affluaient les mélomanes. Au lendemain de sa création, Tembo bénéficie d'un apport de l'Etat qui lui octroie des instruments flambants neufs. Il bénéficie du soutien multi-



Jean Serge Essous/DR

forme de quelques dignitaires du régime, membres de la Jeunesse du Mouvement national de la révolution (JMNR), de la Défense civile (Bras armé du régime), organes issus de la Révolution des 13,14,15 août 1963.

Tembo, appelé orchestre révolutionnaire, chantait et louait les œuvres du pouvoir en place. Certains ténors de la JMNR regardaient d'un mauvais œil l'évolution de l'orchestre Bantous et en manifestaient une antipathie. Ils militaient alors

pour sa dislocation, le taxant de contre révolutionnaire parce que non seulement créé sous l'abbé Fulbert Youlou mais aussi, soutenu par des personnalités de ce régime déchu telles que Jaques Bankaites (commerçant), les ministres Prosper Gandzion qui fut président d'honneur de l'orchestre, Frédéric Nzalakanda et autres mais aussi, soit disant, pour son non engagement à la cause de la révolution.

Au fil des temps, une rivalité revêtant les allures d'une guerre fut ouverte entre Jean Serge Essous et Daniel Loubelo de la Lune, cofondateurs de Bantous devenus des farouches ennemis. Cette rivalité fut entretenue et alimentée de polémiques interminables, d'invectives et attaques de toutes sortes émanant des fanatiques et sympathisants des deux groupes musicaux et dont les médias en assuraient parfois le relais. L'on se souviendra également d'un tract annonçant la mort d'Essous, conçu par un fanatique de Tembo et distribué dans toute la ville, dans le but de le terroriser et le dissuader afin qu'il abandonne l'orchestre Bantous dont il incarnait la force. A suivre.

Auguste Ken Nkenkela

L'érosion des sols accentue la pauvreté sur la planète

La planète connaît un dangereux déclin de la nature. Un million d'espèces sont menacées d'extinction, les sols deviennent infertiles et les sources d'eau se tarissent. Le cadre mondial pour la biodiversité, adopté par les dirigeants mondiaux en décembre 2022, a pour objectif de stopper et d'inverser la perte de la nature d'ici à 2030.

Pour s'attaquer aux causes de la crise de la nature, les Nations unies par le biais du Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) collabore avec ses partenaires afin de prendre des mesures dans les paysages terrestres et marins, de transformer les systèmes alimentaires et de combler le déficit de financement pour la nature.

La survie de l'humanité dépend des écosystèmes, tels que les forêts, les zones humides et les cours d'eau. Ils fournissent de l'eau propre, abritent des animaux, comme les abeilles, essentiels à la production alimentaire, et jouent un rôle clé dans la lutte contre la crise climatique. Mais partout dans le monde, les paysages se dégradent à un rythme alarmant, ce qui, tout en poussant un million d'espèces vers l'extinction, a des conséquences économiques de plus en plus lourdes, y compris pour le secteur agricole. En Europe, par exemple, l'érosion des sols affecte 12 millions d'hectares de terres, soit environ 7 % de l'ensemble des terres agricoles, et coûte aux agriculteurs 1.25 milliard d'euros par an en perte de



productivité, selon les données de l'Union européenne. Environ 80% des terres arables de la planète sont touchées par au moins une forme de dégradation, telle que l'aridité, le déclin de la végétation, la salinisation des sols et la perte de carbone du sol. A elle seule, l'érosion des sols touche environ un cinquième des terres agricoles dans le monde et on estime qu'elle a augmenté de 2,5 % entre 2001 et 2012, principalement en raison de la déforestation et de l'expansion des terres

cultivées.

La dégradation des sols a déjà des conséquences négatives sur 3,2 milliards de personnes, soit 40 % de la population mondiale. Selon les projections, la dégradation des sols pourrait réduire la productivité alimentaire mondiale de 12 %, entraînant une hausse des prix des denrées alimentaires pouvant aller jusqu'à 30 % d'ici 2040. La restauration de la fertilité et de la structure des sols peut se faire de plusieurs manières, notamment

l'épandage de matières organiques et la pratique d'une agriculture à labour minimal ou nul.

La restauration de la fertilité et de la structure du sol peut se faire de plusieurs manières, notamment par la rotation des cultures, l'épandage de matières organiques et la pratique d'une agriculture à labour minimal ou nul. Un excellent exemple de ce type de travail nous vient d'Afrique, où à proximité de la région semi-aride du désert du Sahara, 11 pays construisent ce qui

est devenu la Grande muraille verte, un ruban de végétation à l'échelle du continent. En de nombreux endroits, cette barrière contribue à freiner l'avancée du désert, ce qui, espèrent les Etats, permettra de renforcer la sécurité alimentaire, de lutter contre la pauvreté et de promouvoir la paix.

L'Assemblée générale des Nations unies a déclaré les années 2021 à 2030 « Décennie des Nations unies pour la restauration des écosystèmes ». Dirigée par le PNUE et l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture, avec le soutien de partenaires, elle est conçue pour prévenir, stopper et inverser la perte et la dégradation des écosystèmes dans le monde entier. Elle vise à redonner vie à des milliards d'hectares d'écosystèmes terrestres et aquatiques. Appel mondial à l'action, la Décennie des Nations unies rassemble le soutien politique, la recherche scientifique et les moyens financiers nécessaires pour intensifier massivement la restauration.

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Comment limiter le réchauffement climatique ?

Plus une seule année ne passe sans que les plus grands climatologues du monde nous mettent en garde contre la hausse des températures mondiales. Les recherches du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC) de l'ONU montrent que la planète pourrait dépasser le seuil crucial de 1,5°C au-dessus des niveaux préindustriels, en seulement 12 ans.

Cela accélérera le risque de conditions météorologiques extrêmes comme la sécheresse extrême, les incendies de forêt, les inondations et causera des pénuries alimentaires pour des centaines de millions de personnes. Pour éviter de franchir ce seuil, le monde a besoin de changements rapides, profonds et sans précédent dans tous les aspects de la société. Et il y a beaucoup d'actions de bon sens qui peuvent être menées. Il faut savoir que les citoyens et les consommateurs seront parmi les acteurs les plus importants pour accélérer et intensifier l'action climatique afin de permettre une transition à 1,5C.

Voici quelques-uns des changements quotidiens que chacun peut apporter dès maintenant. Marcher, faire du vélo ou utiliser les transports en commun, plutôt que d'utiliser une voiture, réduira les émissions de carbone et permet de rester en forme. Si c'est absolument nécessaire, utilisez un véhicule électrique et choisissez un

train plutôt qu'un avion pour vos déplacements. Utilisez une corde à linge au lieu d'un sèche-linge pour éviter de brûler des combustibles fossiles pour produire de l'électricité. Utilisez des températures plus élevées pour le refroidissement et des températures plus basses pour le chauffage. Isoler son toit pour prévenir les pertes de chaleur durant l'hiver. Eteindre et débrancher les appareils lorsqu'ils ne sont pas utilisés.

Ces changements peuvent sembler mineurs, mais ce sont des moyens très efficaces d'économie d'énergie. Et la prochaine fois que vous achetez un appareil électronique, assurez-vous qu'il est éconergétique. On peut également choisir d'adopter une source d'énergie renouvelable pour certains besoins, comme un chauffe-eau solaire. Changer ses habitudes alimentaires, car la production de viande rouge émet beaucoup plus de gaz à effet de serre que la production de viande de poulet, de fruits, de légumes et de céréales. Il faut réduire sa consommation

de viande et consommer plus de légumes et de fruits à la place. Si cela semble trop difficile, pensez à passer une journée sans viande chaque semaine. Cela vaut également la peine de réduire sa consommation de produits laitiers, car elle se fait au prix d'émissions de gaz à effet de serre élevées pendant la production et le transport. Choisir plutôt d'acheter plus d'aliments de saison d'origine locale

On nous a parlé à maintes reprises des avantages du recyclage. Mais le transport et le traitement des matériaux à recycler est un processus à forte intensité de carbone. Il consomme encore moins d'énergie que la fabrication du produit à partir de zéro, mais la réduction et la réutilisation des produits peuvent aider à minimiser les dommages. Il en va de même pour l'eau. Il est important d'agir maintenant en appliquant ces simples actions du quotidien, sinon la planète se dirige droit vers une crise climatique majeure.

Boris Karl Ebaka

Le saviez-vous ? L'art oublié de la discipline dans l'éducation des enfants

Nous n'avons pas la même notion de compréhension lorsque nous parlons de « discipline ». Il y a, d'une part, ceux qui commentent des erreurs dans l'éducation de leurs enfants en imposant parfois des règles qui deviennent toxiques et extra venimeuses et, d'autre part, celles qui sont appelées « mères poules ». Pourtant, il est nécessaire d'établir les règles positives et des limites pour mieux élever et éduquer nos enfants.

Les parents doivent faire de leur mieux pour que leurs enfants grandissent en bonne santé, sur le plan émotionnel. La discipline positive aide les petits à pouvoir apprendre les règles de leur environnement, les limites qui existent et, surtout, à comprendre qu'une action a toujours des conséquences.

Pour qu'un enfant construise une estime de soi saine et forte, il est essentiel qu'il comprenne les règles, les limites et qu'il ait une plus grande responsabilité de ses actes. Cependant, les punitions et les cris prévalent souvent, ce qui peut provoquer de graves blessures émotionnelles très difficiles à guérir.

Punir

Lorsqu'un enfant est puni de manière punitive, on lui montre que c'est l'adulte qui a le pouvoir et que, par conséquent, il ne peut rien y faire. De cette façon, son opinion et ses émotions n'ont pas d'importance, peu importe ce qu'il fait ou dit. Par exemple, les punitions peuvent consister à l'envoyer dans sa chambre pendant plusieurs heures, lui faire copier une phrase ou arrêter de lui parler. Ce type de sanction, en plus d'être toxique,



nuit grandement aux émotions de l'enfant.

Mettre des étiquettes, crier ou menacer

Mettre des étiquettes avec une connotation négative peut causer de graves problèmes émotionnels aux enfants qui les portent. Parfois, lorsque les parents veulent corriger un comportement, ils essaient, à travers l'étiquette, de faire comprendre son comportement à l'enfant en prononçant des mots, des phrases qui peuvent

dans les années à venir avoir des répercussions négatives dans la vie des enfants. Ce sont des étiquettes qui font beaucoup de dégâts. Et, ce qui est pire, c'est que les enfants y croient et que le comportement qui devait changer devient le principal problème. Ils arrêtent automatiquement d'écouter ce que leurs parents leur disent. Ainsi, l'adulte s'éloigne d'eux, même s'il est à côté d'eux. Ces attitudes déclenchent l'instinct de défense et, par conséquent, les enfants peuvent ressentir de la peur et de l'insécurité, ce qui affecte leur estime. Pour cette raison, il est nécessaire de ne pas étiqueter les enfants et de séparer la personne du comportement. Dans ces cas, il est préférable de parler du comportement pour trouver des solutions.

Si les parents sont le guide, l'exemple et la référence pour les enfants, ce sont eux qui doivent

apprendre à leurs enfants à bien se comporter grâce à une parentalité sereine, ayant pour base l'amour et le respect mutuel. Il faut savoir que les enfants apprennent vite à travers l'amour ; néanmoins, si l'environnement est hostile, ils se replient sur eux-mêmes et les conséquences sur leur développement affectif peuvent être très dangereuses.

Jade Ida Kabat

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'Guesso
Brazzaville - République du Congo

www.adiac.tv



Bien-être

La sueur, désagréable... mais indispensable

La sueur n'est pas toujours de bonne compagnie mais elle se révèle indispensable. Vitale même. Evacuée par les pores de la peau, la sueur permet d'éviter une surchauffe à notre corps. Plongée dans un liquide encore souvent mystérieux.

Saviez-vous que nous évacuons en moyenne chaque jour, environ 0,5 litre de sueur ? En cas d'effort important, la quantité peut même atteindre jusqu'à plusieurs litres par heure ! Son objectif ? Refroidir notre organisme en participant ainsi à ce que les spécialistes appellent la thermorégulation.

L'Académie nationale de médecine définit la sueur comme une « solution saline faible, d'odeur particulière, sécrétée par les glandes sudorales et déversée sur la peau en quantité très variable suivant la température extérieure et l'activité physique et selon les individus ». Il existe en fait deux types de glandes sudorales (qua-



lifiées aussi de sudoripares) : les eccrines et les apocrines.

L'odeur de transpiration

Les premières sécrètent une sueur composée à 99 % d'eau. Le 1 % restant comprend des constituants du plasma dans lequel se trouve par exemple du chlorure de sodium – qui donne le goût salé – de l'urée ou encore des acides aminés. En cas d'effort intense, des acides lactiques viennent s'ajouter. D'une manière générale, cette sueur est plutôt claire, transparente et sans odeur. Ce qui n'est pas le cas de la sueur sécrétée par les glandes sudoripares apocrines. Ces dernières sont principalement situées dans la région

axillaire, mais aussi autour des aréoles mammaires, sur le cuir chevelu et dans la région génitale. Elles produisent une sueur en très faible quantité, par rapport aux glandes eccrines, ne jouant de ce fait, aucun rôle dans la régulation thermique. Le soluté en question présente ainsi une composition différente : plus riche en protéines. Sans compter que la sécrétion des glandes apocrines peut se mélanger au sébum de la peau. Et c'est justement ce cocktail qui, au bout d'un certain temps, peut provoquer une odeur souvent ressentie comme désagréable. La fameuse « odeur de transpiration ».

Destination Santé

Se moucher trop fort, quels dangers ?

Se moucher pour libérer son nez des mucosités qui s'y accumulent est naturel, et en principe sans danger. Pourtant, il vaut quand même mieux ne pas souffler trop fort. En voici les principales raisons.

Des saignements. Dans certains cas, souffler trop fort pour débarrasser son nez des mucosités et autres saletés qui le bouchent peut causer un saignement de nez. C'est surtout le cas lorsque l'air devient froid. Alors, l'humidité ambiante est réduite, ce qui dessèche la muqueuse nasale. La membrane recouvrant la cavité nasale s'affine et les vaisseaux sanguins remontent à la surface. Dans un tel contexte, se moucher fortement peut abîmer la veine et entraîner un saignement. Cela étant, pas d'inquiétude excessive, ce type de saigne-



ments s'arrête le plus souvent de lui-même. Une otite. Ce danger est plus rare mais il demeure possible puisque la cavité nasale

est reliée aux oreilles par la trompe d'Eustache. « Le risque existe d'envoyer certaines bactéries présentes dans le nez vers les oreilles, causant une infection (souvent une otite, nldr) », explique la Ohio State University sur son site Internet. Une rupture du tympan. Dans le cas d'un rhume dans le contexte duquel le nez est vraiment très bouché, un souffle très puissant peut générer suffisamment de pression pour créer un trou dans le tympan. En raison, là encore, de la connexion entre le nez et l'oreille. « Mais cela reste vraiment très peu fréquent », rassurent les rédacteurs du site de l'université américaine.

Une rupture d'anévrisme. Ce danger, bien plus inquiétant que les précédents, est heureusement rare. Mais il n'est pas impossible. Une étude de l'American Heart Association a mis au jour un lien entre le fait de se moucher trop fort et le risque de déclencher une rupture d'anévrisme. Un « anévrisme cérébral apparaît lorsque la paroi d'une artère intracrânienne se dilate de façon anormale, ce qui crée une poche de sang », rappelle le Centre hospitalier universitaire vaudois de Lausanne. En cas de rupture, « cela génère une hémorragie intracérébrale plus ou moins importante et dramatique ».

Comment faire pour éviter ces risques ? Si vous êtes très enrhumé, préférez souffler doucement par chaque narine séparément et doucement. Si cela ne suffit pas, optez pour des sprays de solution saline, permettant de ramollir et décomposer le mucus. Ce qui le fera sortir plus facilement.

D.S

Départs en vacances
Sur la route en toute sécurité

Le jour du départ en vacances approche. Toute la famille est impatiente d'arriver à destination. Mais avant cela, pour que votre trajet se déroule dans les meilleures conditions, soyez intransigeant sur la sécurité. Voici quelques conseils.



Tout d'abord, avant de prendre le volant, reposez-vous. Prendre la route avec un manque de sommeil ou rester volontairement éveillé longtemps afin de parcourir plus de kilomètres provoquent les mêmes effets négatifs sur les capacités du conducteur que la présence d'alcool dans le sang : 17 heures de veille active équivalent à 0,5 g d'alcool par litre de sang.

Avant de partir et lors de la pause-déjeuner, préférez les aliments protéinés (jambon, viande froide, œufs durs) et fuyez les graisses ou les sucreries (saucisson, viandes en sauces, barres chocolatées). En effet, tout ce qui est difficile à digérer favorise la baisse de la vigilance. Sur le trajet, buvez très régulièrement de l'eau pour vous hydrater, surtout s'il fait chaud. Proposez-en aussi à tous les passagers et surtout aux enfants.

Question de bon sens, en voiture, tout le monde boucle sa cein-

ture, à l'avant comme à l'arrière. Vérifiez régulièrement que vos enfants restent bien attachés. Et pas question de passer le bras au-dessus de la ceinture. Pensez également à activer la sécurité enfant pour verrouiller les portes arrières.

Pauses impératives

Pour garder votre attention à son maximum, arrêtez-vous toutes les 2 heures environ. Descendez de voiture et profitez-en pour vous dégourdir les jambes, boire de l'eau... Si vous sentez le sommeil venir (troubles visuels, bâillements, raideur de la nuque, irritabilité, lenteur des réactions...), n'attendez pas pour faire une pause. Si vous ne pouvez pas passer le volant à un autre conducteur, prenez le temps de dormir au calme, ne serait-ce que 15 à 20 minutes. Le café ou un « bol d'air » ne suffiraient pas à vous « réveiller ».

D.S



LIBRAIRIE LES MANGUIERS

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

Un Espace de Vente

Une sélection unique de la
LITTÉRATURE CLASSIQUE

(africaine, française et italienne)

*Essais, Romans, Bandes dessinées,
Philosophie, etc.*



Un Espace culturel pour vos Manifestations

Présentation des ouvrages, Conférences-débats, Dédicaces
Emissions Télévisées, Ateliers de lecture et d'écriture.



Brazzaville : 84 bd Denis Sassou N'Gusso
immeuble les Manguiers (Mpila), Brazzaville
République du Congo

Horaires d'ouverture:

*Du lundi au vendredi (9h-17h)
Samedi (9h-13h)*



Plaisirs de la table

Le « nadjébe », l'ail traditionnel chez les Bakouélé

Cette semaine, nous partons pour la découverte des petits trésors dont regorgent nos forêts où poussent de multiples plantes aux formes parfois étonnantes mais toujours intéressantes de par la richesse qu'elles réservent en cuisine.

Le « nadjébe » ne pousse pas par terre mais sur un arbre buissonnant. Il porte des rameaux dépourvus d'épines comme le piment. De cette plante sauvage encore bien inconnue du Congolais lambda sont également consommées les racines dont l'odeur forte rappelle bien celle de l'ail ordinaire. C'est un légume épiphyte car il pousse sur une autre plante.

Ecrasé le plus souvent sur une pierre spéciale, cet ail est marron à la présentation ; il est à peine plus grand qu'une bille de garçons. D'ailleurs, sa forme ronde cabossée est à la fois proche des cerises locales ou des célèbres « ntsui-téké ». Notre condiment est, en effet, protégé par une coque.

Les consommateurs du « nadjébe » n'hésitent pas à en agrémenter tous les plats de poisson ou de viande autant que l'on ferait avec de l'ail commun. Mais si la plante n'attend que d'être connue et mieux commercialisée, les ménagères se rappelleront qu'à côté du

condiment de cette semaine, l'ail « batéké » est aussi vendu dans les grands marchés. Néanmoins, il n'a rien à avoir avec celui des Bakouélé, on le confondrait à l'ail usuel, celui reconnu internationalement, s'il n'y avait pas cette différence qu'il est plus petit et se caractérise aussi par sa coloration plutôt rosâtre.

Pour en revenir à la petite merveille à l'honneur, elle est utilisée comme condiment mais aussi comme ingrédient principal dans la fabrication du café indigène, appelé localement le « sokosso ». La préparation de cette boisson énergivore chaude suggère qu'on peut lui associer aussi les petites aubergines vertes traditionnelles, qui sont également bien écrasées à leur tour.

L'ail traditionnel est menacé par son succès car il n'est pas seulement consommé en cuisine. Il jouit d'une solide réputation en pharmacopée parce qu'il possède des vertus médicinales. On a découvert, en effet, qu'il est un ex-

cellent remède naturel contre le paludisme, la fièvre typhoïde, c'est également un bon allié contre le mauvais cholestérol. La liste de ses bienfaits n'est pas exhaustive puisque le condiment serait également efficace contre les maux de gorge.

De manière générale, l'ail aiderait, en outre, à maintenir une bonne santé cardio-vasculaire, respiratoire et régulerait le bon fonctionnement du foie. D'autres variétés comme l'ail noir contiendraient un taux plus élevé de propriétés pour lutter contre certaines pathologies selon les spécialistes en santé.

Dans la description de cet ingrédient, il faudrait retenir que si sa forme ne laisse pas apparaître que ce n'est pas de l'ail, l'odeur qu'elle dégage fait bien comprendre que l'espèce appartient à la classification de l'allium sativum.

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

Samuelle Alba



RECETTE

Steaks à l'ail

INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

Quatre steaks de bœuf coupés assez fin
 Quatre gousses d'ail
 Deux cuillères à soupe de vinaigre blanc
 Une cuillère à soupe de farine
 Douze cuillères d'huile végétale (ou d'olive)
 Sel, poivre

PRÉPARATION

Commencer par bien saler vos morceaux de viande. Laisser reposer pendant une heure avec l'ail finement haché et le vinaigre.

Puis, dans une poêle, faire griller vos morceaux de steaks.

Après la marinade, mettre vos morceaux de viande à frire dans une poêle, tout en prenant le soin de bien revenir sur les côtés.

Servir chaud avec du riz blanc ou encore des pommes de terre sautées.

Bonne dégustation !

S.A.



A cœur ouvert

« Si l'amour était une femme »

L'amour est un sujet qui suscite le plus vif des intérêts de la part du commun des mortels. Philosophes, artistes poètes et musiciens sont en première ligne de ceux qui essaient de plonger leurs regards dans cet océan sans fin. Si l'amour pouvait prendre corps et répondre par lui-même au flot de nos questionnements intérieurs, sans doute il serait une femme...

Si l'amour était une femme, il pardonnerait. Il pardonnerait l'accusation d'être la cause de tous les maux de la Terre. Si l'amour était une femme, il accepterait d'être souvent mis en retrait, relégué en seconde ligne pour laisser à l'être qu'il aime la place de briller. Si l'amour était une femme, il ne se plaindrait pas de vouer son temps, son énergie, ses richesses aussi bien intérieures qu'extérieures au bien-être de la personne qu'il aime. Il s'en réjouirait. Si l'amour était une femme, il prêterait son corps pour donner la vie à un tout petit-être humain qui deviendrait un grand homme demain ou une grande femme. Si l'amour était une femme, il n'hésiterait pas à croiser le fer avec la mort ; voir son corps charcuté et

n'avoir aucune garantie de revenir vivant ou valide de l'épreuve de la délivrance mais entrerait dans le bloc d'accouchement avec la seule volonté de perpétrer l'espèce.

Si l'amour était une femme, il se diviserait en quatre. Une première partie pour s'occuper de lui-même. Une deuxième pour s'occuper de son cher et tendre. Une troisième pour prendre soin de ses petits, se réveiller en pleine nuit pour les nourrir ou leur donner le change ; s'angoisser à la moindre fièvre et se rendormir au petit matin pour se réveiller à peine une heure après ou moins. La quatrième partie serait réservée aux soins de tous et de la maison, mais aussi au dehors car sans doute, l'amour ne resterait pas « désœuvré ».

Si l'amour était une femme, il ne répondrait pas à la colère par la colère, au feu par le feu, au glaive par le glaive. Il se ferait petit pour laisser à celui qu'il aime l'espace d'évacuer toutes ses frustrations. Il répondrait par le silence aux attaques, aux méchancetés parfois non méritées. Il plierait ses genoux pour s'en remettre à celui qui l'a créé et qui a disposé un cadre où sa présence a été voulue, désirée, honorée et surtout est utile.

Si l'amour était une femme, il ne comprendrait sans doute pas pourquoi le joug des femmes. Il ne répondrait pas non plus par la force à ce déséquilibre flagrant sur Terre... Il répondrait à la haine par l'amour.

Princilia Pérès

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

Vous êtes prêt à vous engager dans un certain nombre de projets, prenez garde toutefois à ce que votre enthousiasme ne dépasse pas vos possibilités de faire les choses. L'amour vous donne des ailes.

Lion
(23 juillet-23 août)

Un retour aux sources s'impose et vous fera le plus grand bien. Vous retrouvez vos habitudes et pourrez vous recentrer. Certaines discussions vous feront grandir et voir les choses autrement.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

D'humeur solitaire, vous n'aurez pas envie de vous forcer à voir les autres. Profitez de moments pour vous sans chercher à rendre des comptes et en prenant le temps qu'il faut.

Taureau
(21 avril-21 mai)

Vous suivez votre instinct coûte que coûte et serez capable de prendre des décisions qui vous emmèneront plus loin que vous ne le pensez. La période sera faste pour vos affaires.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous vous démarquez par votre originalité et votre vision unique des choses. Votre point de vue sera sollicité, vous exercez une certaine influence. La fortune n'est pas loin, il vous faudra trouver le bon filon.

Verseau
(21 janvier-18 février)

L'incertitude vous fait parfois perdre confiance en vous, particulièrement dans les domaines professionnels et sentimentaux. Pourtant, vous avez de grandes qualités à démontrer. Faites le vide et isolez-vous s'il le faut.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

La jalousie est un mauvais défaut qui vous guette. Prenez de la distance tant que vous pouvez pour ne pas vous laisser abattre inutilement. Vous aurez beaucoup à défendre, mobilisez vos forces.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

Votre charme fait des ravages, vous êtes au centre des attentions et des convoitises. Les cœurs à prendre ont le vent en poupe tandis que les autres seront tentés de séduire...

Poisson
(19 février-20 mars)

Il vous faudra encore un brin de patience avant d'arriver à vos fins. Vous en avez parfaitement conscience et vous êtes seul à pouvoir agir sur votre moral, tenez bon car la liberté n'est pas loin.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Il vous faudra épargner et être raisonnable pour les semaines à venir. Certaines situations seront difficiles à appréhender mais pas insurmontables, les solutions à vos problèmes existent.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Une fatigue se fait sentir, il faudra écouter les signaux que vous envoie votre corps pour vous en sortir au plus vite. Ecoutez les précieux conseils de vos proches et appliquez les.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous faites preuve d'une grande efficacité, cela vous rendra de grands services pour les semaines qui vous attendent. Vous ferez forte impression dans ce sens-là, votre détermination épatera vos proches.

PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE 25 FÉVRIER 2024

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

MAKÉLÉKÉLÉ

Pharmacies de jour

Lucethalia (Ex-Sainte Bénédicte)
Terinkyo
Lys Candys (Kinsoundi)
Jumelle II

Pharmacies de nuit

Grand Séminaire
Rond-point Makélékélé
Kisito
Château d'eau Guldine

BACONGO

Pharmacies de jour

Tahiti
MG Eve
Blanche Gomez

Pharmacies de nuit

Sandza
Prosper
Commission
La Glacière

POTO-POTO

Pharmacies de jour

Centre (CHU)
Mavré
Franck
Continental

Pharmacies de nuit

Péniel

POTO-POTO

Pharmacies de jour

Céleste
Loutassi
Sainte Rita
Emmanueli
Patrice

Pharmacies de nuit

Celmesterica et Jenny
Délivrance
Jagger
Boueta Mbongo
La Renaissance
Liema
La Grâce

OUENZÉ

Pharmacies de jour

Béni (ex-Trois martyrs)
Marché Ouenzé
Rosel
Relys

Pharmacies de nuit

Sophiana
Désir
Tsieme (ex Galesy)
Ebina
Boueta Mbongo
Coronella

TALANGAÏ

Clème
Marché Mikalou
Yves

Pharmacies de nuit

Esplanade
Saint Robert
Galy
Jaque Rufin
Père Emeraude
Immaculé
Eckodis
Louanges

POTO-POTO

Pharmacies de jour

Lycée T.Sankara
Croix Saïte

Pharmacies de nuit

El Rodriguo
Ô Océanne
Bethesda
Nuit Exode

DJIRI

Pharmacies de jour

Trésor
Miriale
Île de beauté
Keylon
La Florale
Bass
Exodus

Pharmacie de nuit

Oasis

MADIBOU

Pharmacies de jour

L'Oracle Divin
Farata-Honoris (Ex-Reich Biopharma)

Pharmacie de nuit

Nuit Victorieuse