



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° 279 - VENDREDI 5 AU JEUDI 11 JUILLET 2024

MUSIQUE

« Les 7 secrets du maître » de Davy Kassa

Le 7^e fils encore appelé le duc de Makoua, Davy Kassa refait surface avec un nouvel opus qui se distingue, à peine dans les bacs. « Les 7 secrets du maître », cet album de dix titres est réalisé avec la participation de son fidèle groupe Kingoli universel. Disponible sur les plateformes de téléchargement, le titre les « 7 secrets du maître » accumule des millions de vues sur YouTube.

PAGE 4



LEADERSHIP FÉMININ

Bettina Mass, femme d'impact au parcours singulier

De l'entrepreneuriat social au coaching, Bettina Mass marque les esprits, donnant envie d'agir, de faire, de créer, d'oser, d'inventer, d'entreprendre et de réussir. Fondatrice du cabinet de conseils et d'un centre de formation professionnelle « B.M », elle est l'une des Congolaises les plus influentes de la diaspora africaine de France. Portrait.



PAGE 3

INTERVIEW

Modeste Noumba : « C'est important de croire en la jeunesse »

Modeste Noumba est le promoteur de Hope consult et du Salon d'affaires dont la troisième édition a eu lieu le 29 juin, au Palais des congrès de Brazzaville. Pour la prochaine édition, en 2025, il entend mettre en place un club d'entrepreneuriat pour permettre aux jeunes de bénéficier davantage de conseils techniques et soutenir l'entreprenariat. Entretien.



PAGE 3

ARTS/FESTIVAL

La 2^e édition de « Fu Mwanz » pointe à l'horizon



Initié par Duchel Poati Poati, président de l'agence Fly Record Entertainment, le festival international des arts modernes et traditionnels «Fu Mwanz» se tiendra du 11 au 14 juillet, à Pointe-Noire. Son objectif est de rassembler les artistes et le grand public autour des concepts de l'unité et du développement.

PAGE 4

FOOTBALL

Diabes rouges, perspectives d'évolution

PAGE 13

Éditorial

Réinventer la Francophonie

Bien plus qu'une simple langue, le français est un véritable trait d'union entre des peuples aux cultures riches et diverses, répartis sur les cinq continents. Du Québec à l'Île Maurice en passant par la Suisse romande, le Liban ou encore les nations d'Afrique de l'Ouest et du centre, près de 300 millions de locuteurs partagent ce précieux héritage linguistique.

La Francophonie représente aussi un espace de solidarité et de coopération multilatérale. A travers l'Organisation internationale de la Francophonie, les pays membres œuvrent de concert pour promouvoir la langue française certes, mais aussi les valeurs humanistes qui y sont attachées : la démocratie, les droits de l'homme et l'Etat de droit.

Dans un monde globalisé où l'anglais tend à dominer les échanges, la Francophonie doit se réinventer pour rester un espace de liberté d'expression et de rayonnement culturel. Elle doit également devenir un vecteur d'éducation et de développement durable pour la population la plus démunie.

Au-delà de l'outil linguistique, la Francophonie, perçue comme carrefour humain, économique et intellectuel, doit s'affirmer véritablement comme un espace de dialogue entre des identités plurielles et faire de cette diversité un élément de progrès social au sens large.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 510 »

C'est environ le nombre de milliards de FCFA à consacrer aux petits projets dans divers secteurs d'activités en vue d'impulser l'économie nationale et contribuer à sa diversification, selon la Commission nationale des investissements (CNI).

PROVERBE AFRICAIN

« Celui qui fréquente les sages devient sage »

LE MOT

« BISSEXTILES »

❑ *Ce mot désigne les années qui comptent 366 jours au lieu de 365, et qui reviennent tous les quatre ans. Le jour supplémentaire par rapport à une année standard est le 29 février.*

IDENTITÉ

« ELORA »

Prénom d'origine grecque, Elora veut dire « lumière ». Séduisantes et charmantes, les personnes qui portent ce nom sont appréciées dès la première rencontre. A l'aise avec les relations sociales, Elora est une personne ouverte au monde et aux gens. C'est également quelqu'un de sensible qui peut vite être déstabilisé en cas de reproches : elle a tendance à prendre les choses trop à cœur. Même si cet aspect de sa personnalité peut être un atout, notamment dans son univers professionnel où elle est de ce fait très impliquée, les critiques peuvent rapidement la perturber dans son équilibre.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Un laboureur debout est plus grand qu'un gentilhomme à genoux »,

- Benjamin Franklin -



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

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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 : Kiobi Abira
Assistant à la direction : Bermely Ngayouli, Emeline Loubayi
Chef de service RHC : Vesna Mangondza, Martial Mombongo, Armelle Mounzeo
Chef de service Audit : Arcade Bikondi, ,
Chef de service Comptabilité : Wilfrid Meyal Itoua Ossinga, Mbossa Viny

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga
Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna Hortensia Olabouré, Marina Zodialho, Sylvie Addhas, Mibelle Okollo
Chef de service diffusion : Guylin Ngossima Brice Tsébé, Irin Maouakani, Christian Nzoulani, Bob Sorel Moumbélé Ngoni

COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse
Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Kibhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

Direction : Gérard Ebami Sala
Adjoint à la direction : Elvy Bombete
Coordonnateur :
Rachyd Badila (Chef), 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

Responsable : 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

Responsable : Maurin Jonathan Mobassi
Astrid Balimba, Magloire Nzonzi, Brice Bakouma

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

*Journal imprimé dans les presses de l'Imprimerie Nouvelle du Congo, 4 rue des Galois, ZI Mpila, Brazzaville, République du Congo. Tél. +242 05 200 6565,
e-mail : contact@inc-sa.com,
site Internet: www.inc-sa.com

Leadership féminin Bettina Mass, femme d'impact au parcours singulier

Ses initiatives et engagements contribuent à faire bouger les choses et à construire un monde meilleur. De l'entrepreneuriat social au coaching, Bettina Mass marque les esprits, donnant envie d'agir, de faire, de créer, d'oser, d'inventer, d'entreprendre et de réussir. Fondatrice du cabinet de conseils et d'un centre de formation professionnelle « B.M », elle est l'une des Congolaises les plus influentes de la diaspora africaine de France.

Visionnaire, conférencière, Bettina Mass, entrepreneure congolaise basée en France, très active sur les réseaux sociaux, anime aujourd'hui une communauté rassemblant plus de six mille personnes, hommes et femmes, qu'elle motive par ses newsletters, son podcast et ses publications pour leur faire prendre conscience de leur unicité et de passer à l'action. A travers sa société, elle crée des routines simples et efficaces pour aider les particuliers à construire des projets en adéquation avec leur personnalité et aussi à briser les chaînes qui les empêchent de prendre leur envol, tout en développant de façon authentique leur présence sur les réseaux sociaux.

Avec son cabinet de conseils et centre de formation professionnelle «B.M» éponyme à son nom, Bettina Mass propose un accompagnement permettant aux particuliers et professionnels une meilleure gestion de la vie et un meilleur équilibre entre le bien-être, les finances et les objectifs professionnels à atteindre. Avec une approche axée sur le développement personnel, elle aide, par ailleurs, les gens à avoir de la clarté dans les finances, à découvrir leur potentiel et à réaliser leurs projets professionnels. L'offre offerte par son cabinet s'adresse à toute personne désireuse d'effec-

tuer un changement significatif et déterminer de passer à l'action. La Congolaise fait désormais partie de cette génération de jeunes leaders qui marque l'Afrique, l'Europe et le reste du monde. Elle est devenue une des figures incontournables de l'entrepreneuriat social dont le nom évoque l'effervescence que l'entrepreneuriat féminin connaît, à l'heure actuelle du numérique, posant ainsi ses empreintes dans l'univers entrepreneurial.

« Très jeune, j'ai été secouée par les circonstances de la vie. Je devais quitter mes parents, fuir la guerre au Congo pour reconstruire une nouvelle vie auprès de ma sœur en France. Pendant longtemps, je me suis faite prisonnière d'un engagement où ma vie ne comptait pas et je travaillais uniquement pour payer mes charges et rembourser mes dettes. Un jour, j'ai découvert une méthode qui m'a aidé à prendre le contrôle sur mes finances et depuis lors, tout a changé. J'ai parlé à mes amis et je l'ai également partagé sur les réseaux sociaux dans un petit groupe de développement personnel que j'avais créé. Peu après, ce groupe s'est transformé en une communauté de six mille hommes et femmes prêts à briser la roue pour réaliser leurs projets », a fait savoir Bettina Mass.

Se servant de son propre modèle de réussite, à travers des conférences-débats, tables rondes, partages d'expériences, panels de discussions, échanges et témoignages, séances de coaching et de formation, Bettina Mass rassemble en France des hommes et femmes, vieux ou petits, entrepreneurs étudiants ou salariés, administrateurs publics ou privés, associations, organisations non gouvernementales, venant de divers horizons du monde, jusqu'ici réticents d'avoir de l'assurance en eux, à s'autonomiser, à donner le meilleur d'eux-mêmes, peu importe ce qu'ils font.

Ses ouvrages « Occupe ta place » et « Ma relation avec l'argent » sont des puissants outils pédagogiques dans le domaine de l'entrepreneuriat social et du monde des affaires, décomplexant ainsi ces hommes et femmes qui s'autocensurent et qui n'osent pas sortir de leur zone de confort, afin qu'ils donnent la pleine mesure de leur potentiel et de leurs talents pour accéder à ce qu'ils désirent être dans la société. « Dans ces livres, je vous présente les principes fondamentaux qui ont contribué à former une mentalité financière dans ma vie. Dans ce parcours d'introspection et de questionnement, vous êtes acteur principal. Au fil des parties,



Bettina Mass, fondatrice du cabinet de conseils et d'un centre de formation professionnelle « B.M »/DR

des exercices vous attendent pour enfin découvrir comment vous pouvez avoir une relation épanouie avec votre argent et, ces livres sont vos guides finan-

ciers pour vous aider à réaliser le meilleur investissement qui consiste à travailler sur vous », poursuit Bettina Mass.

Cissé Dimi

Interview

Modeste Noumba satisfait de la troisième édition du salon d'affaires

Modeste Noumba est le promoteur de Hope consult et du Salon d'affaires dont la troisième édition a eu lieu le 29 juin, au Palais des congrès de Brazzaville. Pour la prochaine édition, en 2025, il entend mettre en place un club d'entrepreneuriat pour permettre aux jeunes de bénéficier davantage de conseils techniques. Entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Pourquoi la troisième édition du Salon d'affaires ?

Modeste Noumba (M.N.) : Nous avons pensé organiser ce salon parce que c'est important d'avoir un cadre où les jeunes peuvent bénéficier de l'expérience des aînés qui ont fait un parcours et qui vont servir de référence, de modèles et de mentors afin de les aider à réussir, à connaître et à comprendre le cheminement qu'il faut prendre pour arriver à ce niveau-là.

L.D.B.C. : Quels ont été alors les enjeux de ce salon ?

M.N. : C'est premièrement de motiver les jeunes. Deuxièmement, de pouvoir les coacher et de leur permettre d'avoir une lueur d'espoir. Hope consult, c'est conseiller les jeunes dans ce qu'ils font et que les



Modeste Noumba, promoteur de Hope consult et du Salon d'affaires
gens regardent, ce qui a de la valeur. C'est important de croire en eux avec le peu qu'ils ont. Avec l'accompagnement de notre part, ils pourront

avancer petit à petit afin de réaliser leurs rêves.

L.D.B.C. : Cette édition a-t-elle atteint ses objectifs ?

M.N. : Je peux dire que les objectifs ont été atteints. Nous avons pu donner assez d'espoir aux jeunes à travers les panelistes et le beech qui a fait comprendre aux jeunes qui ne croyaient pas en ce que nous venons d'organiser. C'est sûr que la prochaine édition, il y aura plus de participants et ce sera plus grandiose. Nous espérons avoir plus de partenaires permettant aux jeunes de pouvoir éclore.

L.D.B.C. : Quelle a été la particularité de cette 3e édition ?

M.N. : Cette édition a eu un accompagnement assorti du concours, contrairement à l'année dernière où nous avons remis le trophée à titre représentatif. Cette année, il y a eu non seulement le trophée mais aus-

si cet accompagnement financier qui sera donné au meilleur projet. Pour cette année, l'accompagnement a été donc financier et technique.

L.D.B.C. : Qu'est-ce qui pointe à l'horizon ?

M.N. : En perspective, nous allons ouvrir le Club de l'entrepreneuriat de Hope consult. Il servira à tous les jeunes de venir recevoir les expériences des techniques ; des accompagnements aussi sur certains points qui sont la clé de l'entrepreneuriat. Par exemple, comment gérer la trésorerie et le temps. C'est de tout cela que nous parlerons dans ce club. Je demande aux jeunes de pouvoir s'inscrire. Pour le moment, c'est gratuit. Il y a un niveau où nous pourrions accompagner les jeunes en faisant l'étude des projets. Cette étude sera faite à un prix raisonnable.

Achille Tchikabaka

Musique

Davy Kassa revient sur scène avec « Les 7 secrets du maître »

Davy Kassa, le duc de Makoua, refait surface avec un album excellent digne de son talent et de son expérience. « Les 7 secrets du maître », cet album de dix titres est réalisé avec la participation de son fidèle groupe Kingoli universel. Disponible sur les plateformes de téléchargement, le titre les « 7 secrets du maître » accumule des millions de vues sur YouTube.

Pertinent dans ses textes, avec son style musical propre à lui, Davy Kassa est aussi connu pour son talent et l'étendue de son registre artistique. Depuis sa sortie, son nouvel album continue de captiver l'attention et de recevoir des louanges, non seulement pour ses sonorités authentiques Akwa, mais également pour le contenu du message véhiculé.

« Il est si facile de juger sans connaître la vérité, de condamner sans comprendre. Avant de pointer du doigt et de prononcer des verdicts hâtifs, prenons le temps d'écouter, de comprendre et d'analyser la situation dans son ensemble. Chacun a sa propre histoire, ses propres circonstances et ses propres raisons. Ne laissons pas nos préjugés nous aveugler et nous éloigner de la justice et de la compassion, cherchons la vérité avec ouverture d'esprit et bienveillance, afin de rétablir la paix et la compréhension. Faire du mal aux autres, que ce soit par des mots ou des actions, ne procure aucun véritable accomplissement ; au contraire, cela crée un cercle vicieux de méfiance et de ran-

cœur. Ceux qui choisissent ce chemin finissent par se retrouver isolés, car les relations ayant pour base la critique et la négativité ne peuvent jamais être durables ou authentiques », a écrit l'un des membres du groupe sur la page Facebook de l'artiste Davy Kassa, en réponse aux détracteurs qui ont prédit la chute de l'artiste et de son groupe.

Davy Kassa, septième fils qui tient actuellement les rênes de Kingoli, une danse du terroir Akwa, n'a pas encore fini de prouver au monde son savoir-faire artistique. Avec ce nouveau opus de dix chansons, le public va encore savourer et danser au rythme des titres tels que « Les 7 secrets du maître », « Cri du cœur », « Jalousie », « Aubierge akambo », « Max Loma », « Faux camarades », « Adieu Pondo », « Angouma », « Vieux Jacko », « Hommage Macaire ». Chantées en lingala et en langue vernaculaire akoua, les chansons de cet album reflètent et retracent les mœurs de la société congolaise actuelle.

« Il est crucial de comprendre que chaque être humain a une valeur unique, ignorer ou dé-



nigrer cette valeur ne fait que priver le monde de la richesse qu'apportent la diversité et les talents de chacun. Reconnaître et célébrer les réussites des autres ne diminuent en rien votre propre éclat, bien au contraire, cela crée un environnement où chacun peut s'épanouir et grandir. Alors, au lieu de se concentrer sur les imperfections des autres, cherchons à voir le bien en eux. Laissons

derrière nous les jugements acerbes et les actions nuisibles, optons pour la compassion et la reconnaissance, car en valorisant les autres, nous élevons aussi notre propre humanité », lit-on sur la page de l'artiste. Né à Makoua, Davy Kassa est un artiste congolais, interprète, auteur-compositeur de musique tradi-moderne. Artiste depuis son jeune âge, il intègre le groupe traditionnel Kingoli Akoua, basé à

Poto-Poto. Après avoir présidé le groupe pendant un bon moment, il décide alors de créer son propre groupe « Kingoli universel ». Très connu dans le milieu tradi-moderne, Davy Kassa parcourt les scènes du Congo et d'ailleurs. Meilleur artiste en 2019, lors de la 18e édition du trophée les Sanza de Mfoa, il a à son actif quatre albums dont « Combat spirituel », « Reconnaissance », « 33 tours ».

Cissé Dimi

Festival international des arts modernes et traditionnels La deuxième édition arrive à grands pas

Initié par Duchel Poati Poati, président de l'agence Fly Record Entertainment, le Festival international des arts modernes et traditionnels «Fu Mwanz» se tiendra du 11 au 14 juillet, à Pointe-Noire. Son objectif est de rassembler les artistes et le grand public autour des concepts de l'unité et du développement.

Le but principal de la fête culturelle est la valorisation et la promotion de la culture congolaise. Pour atteindre cet objectif, plusieurs activités à la fois plaisantes, amusantes que ludiques seront programmées. Parmi elles figurent les ateliers pédagogiques sur le thème «Professionnaliser son art pour réussir sa carrière», les tables rondes littéraires et cinématographiques sur le thème «L'adaptation des œuvres littéraires congolaises au cinéma congolais» ainsi que la présentation-dédicace de l'ouvrage intitulé «Aissance» de l'écrivain Yvon Wilfride Lewa-Let Mandah. Seront également prévues au cours de cette fête les expositions des œuvres d'arts, l'opération de nettoyage sur le rivage de la plage pontenegrine ainsi que les scènes ouvertes des jeunes talents.

Plusieurs catégories de personnes seront présentes à cette messe culturelle, à savoir les artistes de tout genre, les promoteurs culturels, les producteurs, les mécènes, les sponsors, les autorités culturelles de la ville océane et bien d'autres encore. Par ailleurs, les artistes qui voudront prendre part de façon active au « Fu Mwanz » devront respecter certaines conditions. Ils devront, entre autres, fournir un dossier de candidature constitué d'un dossier de presse, d'une carte d'artiste et d'un support audio ou audiovisuel. Les chansons proposées par les futurs participants devront valoriser la culture et la tradition, mettre en avant la morale, l'éducation civique et ancestrale. En outre, elles devront aller à l'encontre du racisme et de la xénophobie.

Pour soutenir et encourager les artistes, les organisateurs demandent aux amoureux de l'art, aux mélomanes et sympathisants de la culture moderne et traditionnelle de prendre massivement part aux différentes activités prévues au cours du Festival international des arts modernes et traditionnels « Fu Mwanz ».

Notons que l'agence Fly Record Entertainment a été créée le 15 février 2012 à Pointe-Noire. Elle est constituée de cinq membres dont un homme et quatre femmes. Son but est d'accompagner les artistes jusqu'à la professionnalisation de leur art, d'organiser des spectacles, des concerts, des showcases afin de leur donner la visibilité, d'assurer la communication, la production et la distribution des œuvres des futures stars et d'encourager les mélomanes à consommer leurs produits.

FLY RECORD ENTERTAINMENT EN PARTENARIAT AVEC LA MAIRIE DE POINTE-NOIRE

Présentent

LE FESTIVAL INTERNATIONAL DES ARTS MODERNES ET TRADITIONNELS

Fu Mwanz
DEUXIEME EDITION

DU 11 AU 14 JUILLET 2024
A Airtel City Pointe-Noire

Entrée GRATUITE

CONTACT : +242 05 546 72 74 / 06 744 78 46
+242 05 738 50 34 / 06 629 61 61
E-mail : festivalumwanz@gmail.com

AU PROGRAMME
CONFERENCE - ATELIERS - TABLES RONDES - EXPOSITIONS - VISITE TOURISTIQUE - ACTIONS SOCIALES ET ENVIRONNEMENTALES
CONTES ET LEGENDES - DEFILE DE MODE ET DE LA SAPE - RITUEL ET DANSES TRADITIONNELLES - MUSIQUE

ARTISTES ET GROUPES DU CONGO BRAZZAVILLE ET DES COMMUNAUTÉS MALIENNE, ANGOLAISE, BENINOISE, SENEGALAISE, NIGERIANNE, CAMEROUNAISE ET CONGOLAISE DE KINSHASA

Chris Louzany

www.lesdepeschesdebrazzaville.fr



Yali Dakar 2024

Rosaire Ndolo sélectionnée

La jeune congolaise Rosaire Ndolo fait partie des cent-trois candidats de vingt-quatre pays africains qui bénéficieront d'une formation de trois semaines à Dakar, au Sénégal, dans le cadre du programme Yali-Dakar. La formation offrira aux participants des compétences nécessaires pour qu'ils deviennent des interlocuteurs engagés en faveur de leurs communautés respectives.

Durant vingt-et-un jours, la jeune congolaise bénéficiera, entre autres, dans le cadre de ce programme, des panels de discussions avec les experts, des séances de formation, de coaching talk, des activités de networking, des visites de diverses organisations pour lui permettre de développer ses compétences en leadership et au développement personnel. « La confiance de soi permet d'avoir une vision plus claire sur la réalité de nos capacités. Croire en nos capacités permet non seulement de mieux gérer nos émotions, mais nous permet aussi d'atteindre nos différents objectifs. Avoir confiance en soi est bénéfique pour la santé mentale, la réussite, la prise de décision et la résilience », a dit Trinité Rosaire Ndolo.

Née le 10 mai à Brazzaville, étudiante en sciences du langage à l'Université Marien-Ngouabi, Trinité Rosaire Ndolo est une passionnée du journalisme et du numérique. Journaliste autodidacte, elle est responsable d'un média en ligne « Ngué na beto ». Avec son média, elle est centrée sur l'éducation, le leadership féminin, l'entrepreneuriat, la culture, etc. Elle propose également la couverture des événements, des spots publicitaires, ainsi que des émissions. Elle met, par ailleurs, l'accent sur l'éducation qui selon elle est essentielle et aide à acquérir des connaissances, des savoirs et des valeurs nécessaires pour bâtir une société plus juste et éclairée.

Rosaire Ndolo est aussi engagée dans des actions communautaires auprès des associations non lucratives, ce qui l'a poussée, le 7 juin, d'organiser une campagne de sensibilisation à l'hygiène menstruelle auprès des femmes vivant avec handicap, à Mfilou, afin de promouvoir l'inclusion et réduire les discriminations. Aborder ouvertement ce sujet avec les femmes vivant avec handicap, dit-elle, aide à briser les tabous, réduit la stigmatisation et crée un environnement plus ouvert et solidaire.

« Les femmes vivant avec un handicap ont droit à une hygiène menstruelle adéquate que les autres femmes. Elles rencontrent des obstacles spécifiques pour accéder à l'information sur l'hygiène menstruelle, tels que des barrières physiques, communicationnelles ou sociales. Une sensibilisation permettra qu'elles reçoivent des informations nécessaires de manière accessible, malgré le manque des infrastructures sanitaires adaptées. La dignité des femmes vivant avec handicap commence par reconnaître et répondre à leurs besoins fondamentaux y compris l'hygiène menstruelle. Briser ce tabou, c'est construire une société plus inclusive et respectueuse », souligne-t-elle.

En effet, l'initiative des jeunes africains (Yali) a été lancée par l'ancien président des Etats-Unis, Barack Obama, en 2010, pour accompagner une génération émergente de leaders. Depuis son lancement en 2014, en Afrique, Yali constitue pour la jeunesse du continent noir une occasion unique de participer au programme de leadership et de mentorat. En tant que plateforme permettant aux jeunes africains de démontrer leurs talents, ce programme soutient les jeunes leaders africains dans leurs efforts pour stimuler la croissance et la prospérité, renforcer la gouvernance démocratique, améliorer la paix et la sécurité sur le continent.

Cissé Dimi



Trinité Rosaire Ndolo, étudiante congolaise retenue au Yali-Dakar 2024/DR

Election Mini miss Congo

Les autorités culturelles appelées à soutenir l'art

A l'occasion de la quatrième édition de l'élection Mini miss Congo qui se tiendra dans la fourchette du 15 juillet au 10 août prochain, à Pointe-Noire, les organisateurs sollicitent l'assistance financière des autorités culturelles pour sa réussite complète.

Le concours de beauté connaîtra la participation de onze candidates déjà présélectionnées dont l'âge varie entre 7 et 10 ans. Le groupe des candidates retenues est constitué d'une Brazzavilloise, une Dolisienne et de neuf Ponténégrines. Pour figurer parmi les onze prétendantes à la couronne, il fallait remplir certaines conditions, à savoir être de nationalité congolaise, disposer d'une excellente locution, c'est-à-dire être capable de bien s'exprimer, être capable d'exhiber un sourire envoûtant, disposer d'une démarche et d'une élégance sans pareille et être une excellente lectrice.

A l'issue de la compétition, une seule candidate sera couronnée Mini miss Congo. La jeune lauréate aura une mission noble : réunir les moyens qui pourront permettre de monter un commerce. Cette unité de production servira à financer les missions des futures lauréates du concours de beauté Mini miss Congo.

Les lauréates des trois précédentes éditions avaient réussi à réaliser les missions qui leur avaient été assignées. La lauréate de la première édition avait composé une chanson qui dénonce les conséquences de la pédophilie. La chanson était baptisée « Laissez nous grandir » et est disponible sur youtube. La championne de la deuxième édition avait mené une campagne de sensibilisation à la nécessité de scolariser les enfants. La gagnante de la troisième édition, quant à elle, avait lancé une chaîne de télé pour les enfants, dénommée « Canal C junior ». Cette chaîne est disponible uniquement sur internet, sur le bouquet Afrique télé. Celles et ceux qui disposent d'un téléviseur qui fonctionnent avec internet peuvent suivre la chaîne en cherchant sur Google « Canal C junior en direct ».

Les organisateurs du concours de beauté Mini miss Congo encouragent les parents à prendre massivement part aux différentes activités qui auront lieu de mi-juillet à début août. Cette période pourra être considérée comme « des moments de sortie sains en famille. Grâce à l'élection Mini miss Congo, les familles auront la possibilité de renforcer leurs liens », a lancé Cédric, le directeur de l'élection Mini miss Congo.

Rappelons que le concours de beauté « Mini miss Congo » vise à trouver une ambassadrice des enfants qui essaiera de dénoncer des problèmes auxquels ces derniers sont confrontés.

Chris Louzany

Places	Pres ventes	Jour-J
Standard	1000 f	2000 f
V.I.P	5000 f	10 000 f
V.V.I.P	10 000 f	x

RESERVATION AU 053582082

www.lesdepêchesdebrazzaville.fr



Théâtre

La compagnie « Le rideau de lianes » présente la pièce «Ubu roi»

La pièce « Ubu roi », dans une mise en scène de Bernard Sallé et Harvey Massamba, les costumes et accessoires de Lutécia Mouboté, sera présentée ce 5 juillet à 15 heures à Brazzaville, dans la salle de spectacle de l'école Notre-Dame du Rosaire, située à Bacongo.

Vingt-deux comédiens de niveaux 6e et seconde, dont certains sont des enfants des familles des artistes, tous fréquentant l'école Notre-Dame du Rosaire, seront sur les planches devant plus de 200 spectateurs (attendus selon les organisateurs) pour peindre un tyran énorme, cupide, stupide, vorace et sanguinaire, poussé par une mère Ubu aussi sottise que méchante. Un spectacle qui fait rire pour distraire, détendre les muscles et ses zygomatiques.

«Ubu roi» est une pièce de théâtre d'Alfred Jarry en cinq actes, publiée en 1895. C'est une critique satirique de la prise de pouvoir dans un pays, la Pologne, fin du XIX^e siècle. Le père Ubu et sa femme renverse le roi Venceslas. Aussitôt, la mère Ubu dit à son mari de distribuer de la viande et de l'or au peuple pour rester au pouvoir.

Ubu est devenu un personnage universel, par sa démesure et son absurdité. Il en est resté un adjectif, « ubuesque », pour les petits et les grands tyrans bouffis d'arrogance et de stupidité. Jarry, provocateur mais réel innovateur, a inspiré le théâtre de l'absurde, le surréalisme, les pataphysiciens.

Le spectacle de ce 5 juillet à l'école Notre-Dame du Rosaire est l'aboutissement d'un projet de théâtre proposé par la compagnie « Le rideau de lianes », pour l'année 2023-2024. Une subvention du Soutien au tissu associatif des Français de l'étranger a permis le démarrage du projet qui a trouvé un accueil à l'école Notre-Dame du Rosaire.

Il a été choisi de travailler sur « Ubu roi » et de compléter le travail théâtral par un atelier d'arts plastiques, conception et réalisation des décors, accessoires et costumes. Les ateliers destinés aux enfants de Français de l'étranger ont également été ouverts aux élèves de l'école Notre-Dame du Rosaire. La compagnie « Le rideau de lianes » dirigée par Bernard Sallé, un Franco-Congolais, auteur de plusieurs livres, metteur en scène, cinéaste, architecte, journaliste, entend poursuivre de travailler l'année prochaine sur un autre projet. Avec «Ubu roi», l'atelier de théâtre tire son rideau. Cette année, c'était avec la participation de l'école Notre-Dame du Rosaire, école laïque avec au moins 600 élèves dans ses trois sites. Rideau.

Gastrone Banimba



Des comédiens de l'école Notre-Dame du Rosaire

Les immortelles chansons d'Afrique « Asumani » de Youlou Mabiala

Chanteur à la voix limpide, Youlou Mabiala a illuminé la galaxie musicale des deux rives du fleuve Congo à travers ses titres inoxydables. « Asumani », son œuvre parue dans l'Ok Jazz, est un véritable régal auditif.

Asumani est le genre de personne qui, dans un couple, prend des décisions sur la base des soupçons et d'un oui-dire. Cette mélodie est donc un véritable conseil prodigué aux couples. « *Asumani e eh, na zelaki mposso mombimba mama, okendeki na kanda oh Papy, ngai na meseni te kotomboka na likambo bayebisi yo. Ngai nakoki te o, na ndengue okimi ndako na kanda* ». Comprenez : « *Asumani, j'ai attendu une semaine entière, maman, tu es partie toute fâchée, je ne suis pas de nature à m'énerver pour une affaire qui t'a été rapportée. Je ne supporte pas ta façon de faire. Poussée par la colère, tu as déserté le foyer conjugal* ».

Subdivisée en trois parties, cette œuvre de bonne facture dispose de deux rythmes. La première partie comporte un rythme différent des autres. On y entend un chant polyphonique, faisant office d'introduction, où se mêlent quatre voix de charme : celle de Youlou Mabiala, de Michel Boyibanda, de Wuta Mayi et de Lola Checain. La deuxième partie est introduite par un blocage. Elle est marquée par la guitare rythmique de Gégé Mangaya. Ici, on a un chant responsorial à refrain-couplet. Youlou Mabiala exécute le solo vocal et les autres le chœur : « *Oh Asumani zuwa na yo eleki ya nzinzi olingaka koyoka mwasi ya sango te, olingaka koyoka kombo ya mbanda te* ». C'est-à-dire : « Oh



Youlou Mabiala dans le titre «Asumani»

Asumani, ta jalousie dépasse celle de la mouche. Tu n'aimes pas entendre parler d'une femme cé-

lèbre, tu n'aimes pas écouter le nom d'une rivale ». La troisième est instrumentale. Elle est introduite par la guitare solo de Michelino, laquelle sera soutenue par la guitare mi-solo de Thierry Mantuika, la rythmique de Gégé Mangaya, la basse de Mpudi Decca, la batterie de Ntoya et le saxo alto de Dele Pedro. Ce qui fait de cette chanson une œuvre de qualité. Notons que la deuxième partie et la troisième ont le même rythme.

Né le 6 mars 1947 à Brazzaville, Gilbert Youlou a débuté sa carrière musicale au sein des Mains blanches. En 1966, Luambo est invité à Brazzaville pour le retrait de deuil de Frédéric Miangoumina, ancien agent du Crédit lyonnais, ancien footballeur, collaborateur sportif à «La Semaine Africaine» et oncle de l'auteur de ces lignes. Ce retrait de deuil avait eu lieu au bar dancing Super Jazz, à quelques mètres de la rue Mbochis, à Brazzaville. C'est à partir de là que grâce à Bakoule, Youlou rencontrera Luambo qui le recrutera quelques jours après dans l'Ok Jazz. En 1977, il est cofondateur de l'orchestre Les trois frères. Le 28 août 1981, au cinéma Vogue, il présente officiellement son orchestre Kamikaze Loningisa. Le 15 août 2004, alors qu'il est en plein spectacle, il est victime d'un accident vasculaire cérébral. Aujourd'hui, son état de santé semble s'améliorer.

Frédéric Mafina



Voir ou revoir « The village next to paradise » de Mo Harawe

Long métrage somalien sorti cette année, « The village next to paradise », telle une métaphore, peint à revers l'image sombre qui colle à la peau de la Somalie depuis plusieurs années.

Né en Somalie, Mo Harawe a étudié l'art avant de s'envoler pour l'Autriche où il se passionne de cinéma. Ainsi, il débute la réalisation des films en autodidacte. Pour le projet « The village next to paradise », en français « Le village à côté du paradis », Mo filme le quotidien de trois personnages dans un petit village côtier du désert somalien, torride et venteux.

Ici, Mamargade, père célibataire, cumule les petits boulots pour offrir à son fils Cigaal une vie meilleure. Alors qu'elle vient de divorcer, sa sœur Araweelo revient vivre avec eux. Malgré les vents changeants d'un pays en proie à la guerre civile et aux catastrophes naturelles, l'amour, la confiance et la résilience leur permettront de prendre en main leur destinée.

A travers « The village next to paradise », le réalisateur somalien Mo Harawe a voulu présenter au monde une Somalie différente de celle mise en exergue dans les médias et dont la réalité rime toujours souvent avec guerre, famine, sécheresse et autres maux. Pour lui, il s'agit ici de faire comprendre qu'il y a certes des difficultés en Somalie, un peu comme partout ailleurs, mais la vie continue, elle est belle et des hommes sont encore là. Au jour le jour, chacun vit sa destinée et écrit son histoire.

Mamargade est un modèle de pilier d'une famille qui doit naviguer entre ses différentes aspirations et le monde moderne complexe dans lequel elle vit. L'amour, la confiance et la résilience sont considérablement mis en avant comme moyen pour surmonter les obstacles qui se dressent sur le chemin de l'existence.

Face aux défis auxquels est confrontée la Somalie aujourd'hui, Mo Harawe considère son peuple comme des super héros qui n'ont d'autres choix que de lutter pour survivre. Aussi, malgré cela, ils n'ont pas perdu leur espérance et leur joie de vivre à l'instar des protagonistes du film qui pour certains sont des acteurs en herbe.

« La Somalie est un très beau pays, avec sa population, ses îles qui sont les plus belles de l'Afrique de l'Est, l'océan Indien et son eau magnifique... Sauf qu'à cause de nombreux problèmes, on est très loin d'être un réel paradis. Il y a un potentiel donc, d'où ce next to paradise dans le titre du film », confiait le réalisateur Mo Harawe au magazine web Sofilm.

Notons que « The village next to paradise » est le tout premier long métrage du cinéaste somalien Mo Harawe. Cette année, il était en sélection au festival de Cannes, dans la catégorie « Un certain regard », aux côtés de la comédie dramatique « On becoming a Guinea Fowl » du cinéaste zambien Rungano Nyoni.

Merveille Jessica Atipo

Lire ou relire

« Ode pour maman Mouebara » de Malachie Cyrille Roson Ngouloubi

Publié cette année aux éditions MCN à Brazzaville, le recueil de poésie « Ode pour maman Mouebara » est dédié à Emilienne Mouebara, la génitrice de Denis Sassou N'Guesso, l'actuel président du Congo.

En ce mois de mars consacré aux droits des femmes, le nouvel ouvrage de l'écrivain Malachie Roson Ngouloubi vient à point nommé. Une poésie épique qui évoque la personnalité de la célèbre maman Mouebara, dont l'éponyme est attribué à une loi en faveur des droits des femmes, particulièrement des veuves, en République du Congo. Mouebara rappelle avant tout le nom de la mère du président en exercice dans la patrie du poète, le Congo.

Dans ce livre, il veut immortaliser cette dame de cœur, si effacée de son vivant et toute ordinaire, qui a donné la vie à un grand homme d'Etat. Elle a influencé de beaucoup l'éducation de son fils dès la tendre enfance jusqu'à l'accession de ce dernier à la magistrature suprême. Le poète magnifie avec une filiale et pieuse gratitude les qualités de maman Emilienne Mouebara. Celle-ci comme un luminaire a éclairé non seulement un enfant ou une famille, mais toute une nation, un continent voire l'humanité à travers sa progéniture.

Christian Bobin, un autre poète, affirmait: « J'ai perdu des êtres qui étaient, pour moi, sources de soleil. Ce soleil a été mis en terre. Apparemment mis en terre. Moi je continue à en recevoir les rayons. » Cette vision bien partagée par l'auteur lui fait clamer au sujet de l'élue de sa plume, dans le poème « Mouebara, femme du monde » : « Émilienne Mouebara était la mère de tous/ (...) Je t'appelais amour/ Ô femme au-delà du temps !/ Comment te parler ?/ La mort est une partie de la vie qui, désormais, vit en nous./ Alors, je suis venu te dire mon mot arc-en-ciel/ Je t'aime maman ! » (Page 9).

Par ces mots intimistes en hommage à Emilienne Mouebara, c'est chaque femme du Congo ou du monde, chaque mère qui est honorée dans sa dignité de femme. Comment donc concevoir les souffrances infligées à ce genre humain à travers les guerres, les crises socioéconomiques et autres violences dont les femmes, « nos mamans de la société », sont les premières victimes dans ce monde, surtout en Afrique ?

Aubin Banzouzi

Malachie Cyrille Roson Ngouloubi



Ode pour maman Mouebara

Poésie

*Préface du Docteur Ulrich Bakoumissa Ngouani
Postface du Docteur Noël Kodja-Ramata*

Fonds européen pour l'autonomisation des jeunes L'appel à candidatures ouvert

L'Union européenne lance un appel à candidatures pour le Fonds européen pour l'autonomisation des jeunes par le biais de la Mobilisation mondiale de la jeunesse. La date limite est fixée au 21 juillet.

Lancé le 27 juin dernier, le Fonds européen pour l'autonomisation des jeunes se destine aux jeunes du monde, dont ceux du Congo, pour soumettre leur candidature en ligne sur le site de ce programme. « Cet appel vise à financer des idées locales innovantes émanant de jeunes qui contribuent à la réalisation des objectifs de développement durable dans leurs communautés. Vous avez la volonté de changer les choses au sein de votre communauté ? Êtes-vous prêt à partager vos solutions innovantes dirigées par des jeunes et à accélérer les progrès vers les objectifs de développement durable ? Postulez », a indiqué l'Union européenne dans un communiqué.

Selon cette institution, l'appel ouvert soutiendra, par le biais de micro-subventions, des projets communautaires menés par des jeunes ou des groupes de jeunes qui



s'attaquent aux défis du développement durable dans leurs communautés locales. En effet, l'initiative vise à accroître la participation des jeunes sous-représentés, notamment ceux issus de milieux sociaux économiquement défavorisés, ceux qui

sont confrontés à des problèmes d'égalité des sexes ou les jeunes handicapés. En tant que lauréats, les jeunes à titre individuel et les groupes informels pourront recevoir un financement allant de 500 à 1500 euros, tandis que les organisations

de jeunesse enregistrées peuvent recevoir entre 3000 et 5000 euros. Aussi, dans le cadre de l'engagement et de la stratégie communs du partenariat, le projet offrira des possibilités de mentorat et de coaching, ainsi qu'un renforcement des capacités afin

d'améliorer la résilience et l'autonomisation des jeunes. Rappelons que les inscriptions au Fonds européen pour l'autonomisation des jeunes sont ouvertes jusqu'au 21 juillet.

Merveille Jessica Atipo

VISITEZ LE MUSÉE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

de LUNDI à VENDREDI (9h-17h) et SAMEDI (9h-13h)

Expositions et projections

SCULPTURES
PEINTURES

CÉRAMIQUES
MUSIQUE

L'art dans sa Généralité,
de la Tradition
à la Modernité

Situé sur 84 Boulevard Denis Sassou Nguesso
immeuble les manguiers (M'pila)
dans l'enceinte des Dépêches de Brazzaville

Journée internationale des compétences des jeunes

Rendez-vous le 15 juillet

À l'occasion de la célébration de la Journée internationale des compétences des jeunes, le 15 juillet de chaque année, le coach congolais, Darcy Massagno, entend organiser à Brazzaville une conférence en vue de sensibiliser les jeunes à l'importance de développer les compétences nécessaires à l'emploi et à l'entrepreneuriat.

Le rendez-vous du donner et du recevoir vise à favoriser les échanges entre les conférenciers et les jeunes congolais. Ces différents échanges porteront sur le parcours des entrepreneurs, leurs forces et leurs faiblesses en affaires ainsi que la possibilité d'inspirer les jeunes.

En outre, ces retrouvailles permettront de rendre hommage aux professionnels qui effectuent des tâches nobles mais mal appréciées, en l'occurrence les techniciens de surface, les ramasseurs de déchets ainsi que les agents d'entretien des institutions publiques et privées. Placée sur le thème « Les défis de la jeunesse : les jeunes et la méritocratie », cette conférence sera en grande partie animée par les lauréats du « Prix conform », à savoir Jonathan Yanghat, Lavy Sekangue, Mélodie Boueya, Madzou Mounkassa, Ugain Kaya Mikala, Elicia Essanabouly et Darcy Massengo.

Deux autres orateurs proviendront de la République démocratique du Congo en l'occurrence Iris Ngalumelume et Marcel Kibangula, respectivement coordonnateur du salon d'expérience des jeunes de ce pays et chef de bureau en charge des infrastructures de la jeunesse de la ville de Kinshasa. Ces deux coaches sont les invités d'honneur de cette conférence.

Au concours de cette messe du savoir, plusieurs activités sont prévues, en l'occurrence les panels, les témoignages des différents chefs d'entreprises, les présentations des différents projets avec possibilité de financement, les accompagnements des activités génératrices de revenus ainsi que les offres de bourses de formation.

La Journée internationale des compétences des jeunes avait été instituée par l'Assemblée générale des Nations unies, en 2014, en vue de célébrer l'importance stratégique de transmission des compétences aux jeunes.

Chris Louzany



15 JUILLET

Journée Internationale des Compétences des Jeunes

THEME LES DEFIS DE LA JEUNESSE : LES JEUNES ET LA MERITOCRATIE

CONFERENCE AVEC LES LAUREATS PRIX CONFORM 2024








Standard

PAF 5.000 FCFA

VIP

10.000 FCFA



15 JUILLET



15H 00



Hôtel Olympic Palace
Infoline: 06 936 6726

Les souvenirs de la musique congolaise

Biographie et œuvres de Lutumba Simaro (suite et fin2)

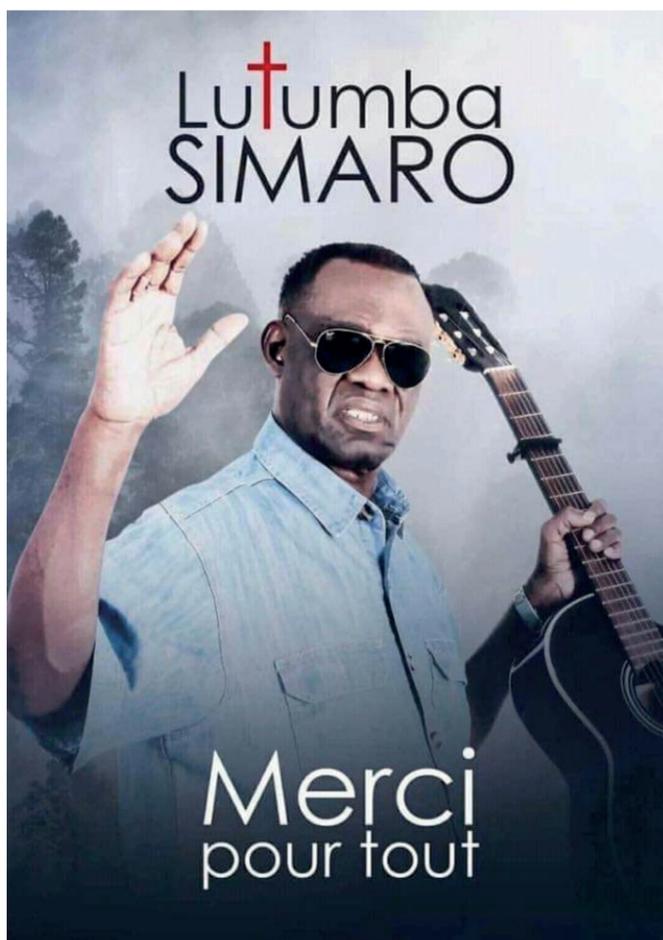
Suite à un désaccord avec la famille Luambo, Lutumba Simaro, en compagnie de Josky Kiambukuta, Ndombe Opetum, Gerry Dialungana, créent au début de l'année 1994 l'orchestre dénommé Bana Ok.

L'exigence de l'augmentation du pourcentage des royalties que l'Ok Jazz devra dorénavant verser à la famille Luambo, dans le cadre du pactole laissé par l'illustre disparu, sera à l'origine d'une mésentente entre les héritiers de la fondation Luambo et l'Ok Jazz dont la résultante sera à l'origine de l'éclatement du TP Ok Jazz.

Ainsi, Ndombe Opetum, Josky Kiambukuta et Gerry Dialungana, pour ne citer que les plus importants, décident de fonder, le 4 janvier 1994, à Bruxelles, l'orchestre dénommé Bana Ok sous l'impulsion de Simaro Lutumba après avoir mis sur le marché «Ofela» et «Dati pétrole», les derniers titres sublimes et ultimes succès de l'Ok Jazz.

Lors de sa création, l'orchestre Bana Ok est composé de Simaro Lutumba, Ndombe Opetum, Josky Kiambukuta, Shakembo, Makosso, Gerry Dialungana, Papy Balay, Elba Kuluna et autres. Présidé par le poète Simaro et secondé par Josky Kiambukuta, ils lancent dans la foulée deux albums, à savoir «Cabinet molili» et «Bakitani», dans le style rumba odemba (rumba lourde), fidèle aux styles de Franco. Ils connaissent un franc succès auprès des mélomanes du Pool Malebo et des ambianciers, notamment ceux des habitués du bar Grand baobab de Kinshasa où Bana Ok se produit tous les soirs à partir de 18 heures.

Il sied de noter que le titre «Bakitani», produit par Mose Fanfan, est une reconnaissance de l'héritage de Franco et le Tout Puissant Ok Jazz. Au fil du temps, malgré les décès successifs du talentueux chanteur Ntesa Daliens en 1996 et du guitariste émérite Gerry Dialungana en 2002, Bana OK, groupe prolifique, ne finit pas de réaliser des tubes comme «Tonnerre show», «Toucher-jouer»,



L'artiste musicien Lutumba Simaro/DR

«Dernier avertissement», «Top overdose», qui illustrent bien le parcours élogieux du groupe au cours des décennies 1990 et 2000. A cela, il faut ajouter sa tournée européenne en 2004 et à l'issue de laquelle Simaro Lutumba rentre à Kinshasa tandis que certains membres de la formation, en l'occurrence Ndombe Opetum, Makosso, Josky Kiambukuta, Shakembo et autres décident de rester à Paris où ils livreront çà et là des concerts tout en interprétant des chansons de l'Ok Jazz et de Bana Ok au grand bonheur des nostalgiques.

L'histoire de la musique congolaise nous renseigne qu'elle est faite de dissensions, de dissidences et des dislocations des orchestres. L'implosion de l'orchestre Bantous en 1972 donna naissance à trois groupes Bantous, le Peuple et Nzoy, il en est de même pour le groupe Wenge Musica dont l'éclatement fut à l'origine de la création de Wenge BCBG, Wenge Maison Mère... A 80 ans, le poète Lutumba qui a mis fin officiellement à sa carrière musicale a choisi l'artiste Manda Chante comme son successeur pour diriger l'orchestre Bana Ok. Cette décision impopulaire suscita colère et sema la division au sein du groupe. Mécontents, certains musiciens quittent l'orchestre à cause de cette décision. Pour le groupe des mécontents, le choix de Manda est un désaveu à leur égard. Face à cette situation, les dissidents créent à leur tour le groupe Tout Puissant Odemba et se préparent à lancer sur le marché leur titre qui permettra aux mélomanes de les découvrir.

Ainsi marque la fin de l'épopée de l'orchestre Bana Ok après avoir brillé au firmament de la musique du Pool Malebo.

Auguste Ken-Nkenkela

Transformation de l'environnement

Lancement du prix champion de la Terre 2024

Le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) a lancé un appel à désignation pour le prix annuel des Champions de la terre, la distinction environnementale la plus importante des Nations unies, qui récompense des dirigeants et dirigeantes exceptionnels issus des gouvernements, de la société civile et du secteur privé pour leurs effets transformateurs en faveur de la transformation de l'environnement. Cette année, le PNUE encourage les nominations de personnes et d'organisations qui élaborent et mettent en œuvre des politiques et des solutions durables pour restaurer les terres, renforcer la résistance à la sécheresse et lutter contre la désertification.



Alors que la Décennie des Nations unies pour la restauration des écosystèmes arrive à mi-parcours, il est urgent d'agir pour protéger et faire revivre les écosystèmes. La restauration améliore les moyens de subsistance, réduit la pauvreté, renforce la résistance aux conditions météorologiques extrêmes et ralentit la crise climatique. Pour soutenir le monde naturel, les gouvernements, la société civile et le secteur privé doivent augmenter les financements, renforcer les capacités et modifier les comportements. La Journée mondiale de l'environnement du 5 juin prochain aura également pour thème la restauration des terres, la désertification et la résilience à la sécheresse.

La Convention des Nations unies sur la lutte contre la désertification, qui marque cette année son trentième anniversaire, organisera sa 16e COP en décembre. La restauration et la revitalisation de la nature sont essentielles à l'amélioration de la santé humaine et planétaire. Les dirigeants de tous les secteurs et de toutes les régions travaillent activement à la résolution de la triple crise planétaire du changement climatique, de la perte de la biodiversité et de la nature, ainsi que de la pollution et des déchets. Les champions de la Terre contribuent à cette action. Ils nous rappellent que la durabilité environnementale est essentielle pour parvenir à un développement durable. Les personnes, les organisations et les entités gouvernementales peuvent être nommées dans les catégories suivantes : leadership politique, inspiration et action, vision entrepreneuriale et science et innovation. Les processus de désignation sont ouverts du 15 avril au 30 mai. Les Champions de la Terre seront annoncés à la fin de l'année.

Depuis la création du prix en 2005, il a récompensé 116 lauréats, dont 27 dirigeants mondiaux, 70 personnes et 19 organisations. En 2023, le PNUE a reçu un nombre record de 2500 candidatures.

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Préserver les forêts tropicales

La planète vit depuis quelques mois une vague de chaleur et des incendies sans précédent. C'est l'occasion de rappeler à tous que le changement climatique, la perte de biodiversité et de nature, la pollution et les déchets sont autant d'éléments qui montrent la nécessité d'un monde plus durable. Un élément-clé de cette transformation est l'arrêt de la perte de la nature et la restauration des écosystèmes. Et peu d'écosystèmes sont aussi importants que les forêts tropicales.

Il faut savoir qu'il n'existe aucun moyen de limiter le réchauffement climatique à 1,5 degré, si on ne réduit pas les émissions des forêts à un niveau net zéro d'ici 2030 ou 2035 et si, dans le même temps, un processus massif de restauration des forêts pour éliminer le carbone de l'air n'est pas entrepris. Cette démarche est essentielle, parallèlement à la décarbonisation rapide des économies mondiales. Mais il s'agit de bien plus que du carbone. Les forêts comme celles du bassin du Congo ou de l'Amazonie sont de gigantesques réservoirs de biodiversité. Elles abritent beaucoup d'animaux sauvages. Elles jouent également un rôle essentiel dans la régulation de la disponibilité de l'eau au niveau régional. Le bassin du Congo, par exemple, influence le régime des précipitations jusqu'en Afrique du Nord. Pour les personnes vivant à l'intérieur de ces écosystèmes, les forêts sont une source de revenus, de nourriture mais aussi de médicaments.

L'Amazonie est comme un gigantesque recycleur, une pompe à eau. L'eau peut être recyclée jusqu'à cinq fois lorsqu'elle voyage du sud-est au nord-ouest de l'Amazonie. Lorsque la pluie tombe sur les arbres et la végétation, une partie est absorbée et une autre remonte dans l'air par évapotranspiration. Vous arrêtez cette pompe à eau et l'ensemble du système peut se transformer en une savane car il n'y a plus assez d'eau pour entretenir une forêt tropicale. La disparition d'un tel écosystème entraînera une cascade d'impacts. Ce sera probablement plus que ce que la société telle que nous la connaissons peut supporter.

D'un autre côté, les incendies de forêt deviennent une menace importante et constituent un exemple de boucle de rétroaction positive, dans laquelle l'augmentation du changement climatique et des températures mondiales entraîne, par le biais de différents mécanismes de transmission, une augmentation de la fré-

quence et de l'intensité des incendies de forêt. Ceux-ci rejettent davantage de carbone dans l'air, ce qui renforce à son tour le changement climatique et l'augmentation des températures, et ainsi de suite.

Il est donc crucial que les gouvernements prennent des mesures pour freiner la déforestation, renforcer la conservation et faire avancer la restauration. Le Brésil, par exemple, a prouvé par le passé qu'il était parfaitement possible de mettre un terme à la déforestation sans nuire aux industries agricoles. Entre 2004 et 2012, la déforestation a diminué d'environ 80 % alors que le pays est resté un grand exportateur de produits de base. Sachons que la sauvegarde des forêts tropicales est urgente, les conséquences d'un échec seront difficilement concevables. Et pour cela, tout le monde doit jouer un rôle pour assurer leur survie.

Boris Kharl Ebaka

Le saviez-vous ?

Paul Sayal Moukila, l'unique ballon d'or congolais en 1974

Né le 6 juin 1950 à Souanké, au Congo, Paul Sayal Moukila est le seul lauréat congolais dont le nom figure sur la liste des meilleurs footballeurs à avoir remporté le titre de Ballon d'or africain au début des années 1970.

Le légendaire buteur congolais Paul Moukila, alias «Sayal», a marqué toute une génération au Congo dans les années 1970 aux côtés des grands joueurs tels Nganga Mwivi, Yanga, Lassy Martial, Dengaky, Mbouta, Makany, Poaty Hidalgo, Lakou Abossolo, Paul Tandou, Dibantsa, Mbemba Bellard, Jacques Mamounoumbala et autres Bosco Mounkassa, etc.

Considéré comme le canonier le plus talentueux de l'histoire des Diables rouges, sacré meilleur Ballon d'or de France Football en raison de dix buts avec le Club athlétique renaissance aiglons (Cara), vainqueur de la Coupe d'Afrique des clubs champions en 1974, Paul Moukila a été l'un des héros qui ont remporté haut la main la Coupe d'Afrique des nations 1972 et qui demeure jusqu'à ce jour la seule compétition majeure glanée par le Congo.

Ses débuts dans l'histoire du football ont été marqués par son passage au sein de l'AS Bantous de Pointe-Noire. Réputé pour son efficacité dans l'exécution des coups francs et renard des surfaces, il a séduit certains responsables d'écoles comme au collège Ho Chi Minh de Dolisie, où il a remporté dans les années 1960 les jeux de l'Office national du sport scolaire et universitaire.

L'emblématique numéro 10 congolais, sous les



Le légendaire buteur congolais Paul Moukila, Ballon d'or africain en 1974/DR

couleurs du Cara, détient également le record du nombre de buts signés dans le championnat

national. Le «serial buteur» a réussi l'incroyable exploit de marquer quarante buts lors de la saison 1971-1972. Une performance qui demeure jusqu'à ce jour inégalée.

On retiendra, par ailleurs, le passage discret de Moukila en Europe durant les années 1970-1980 du côté de la Ligue 1 française, lors d'un stage militaire. Il profite de son séjour dans l'Hexagone pour endosser les couleurs du Racing Club Strasbourg. Entre 1981 et 1986, il est dans les rangs du Stade français, puis à Fontainebleau et enfin à Malakoff, club dans lequel il était entraîneur et joueur. Il n'en demeure pas moins que le génie de Brazzaville au pied gauche dévastateur reste l'un des plus grands joueurs que le Congo ait connu, si bien qu'au lendemain de son décès en 1992, il est élevé au rang de Commandeur dans l'ordre du mérite congolais et Officier du mérite congolais.

Notons qu'en 2021, l'Académie Sayal-Moukila avait été créée à Dolisie dans l'objectif de perpétuer la mémoire et valoriser l'œuvre du footballeur. Deux ans après sa création, le club a pu remporter le championnat de deuxième division de la ligue départementale de football du Niari. Il évolue désormais dans la première division départementale.

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



Dix jours sans écran 65 000 élèves relèvent le défi

Le 14 mai marquait le coup d'envoi du «Défi dix jours sans écran». Dans un contexte de surconsommation des écrans, délétère pour la santé, l'objectif est d'apprendre aux enfants, avec l'aide des adultes, à prendre le contrôle sur les technologies numériques et à en avoir une consommation raisonnée.

Près de 65 000 élèves se sont portés volontaires. Tous se sont engagés, à partir du 14 mai, à se passer des écrans durant dix jours. Télévisions, consoles de jeu, tablettes, smartphones sont pros crits jusqu'au 23 mai. Un défi pas si simple à relever quand on sait que les enfants sont en moyenne exposés à dix écrans par foyer. Le défi, lancé en 2003, prend de l'ampleur en France depuis 2018. Pour cette édition 2024, 490 établissements scolaires y participent.

Durant dix jours, les enfants doivent éviter les écrans. En contrepartie, les professeurs et parents impliqués s'engagent à leur proposer des activités durant cinq temps de la journée habituellement dédiés aux écrans : le matin avant d'aller à l'école, à midi, en rentrant de l'école, pendant le dîner ou avant d'aller se coucher. Chaque élève tient un journal de bord et comptabilise un point à chaque temps de la journée passé sans écran. A la fin, on cumule les points de la classe ou de l'école pour obtenir son score. Les objectifs sont multiples : réduire la violence physique et verbale, améliorer le climat scolaire et familial, prendre soin de sa santé physique et mentale, et reprendre le contrôle sur les nouvelles technologies.

Les effets délétères sur la santé

Le défi fait écho au récent rapport d'experts remis fin avril à Emmanuel Macron, visant à éva-



C'est parti pour le «Défi 10 jours sans écran»/DR

luer les enjeux liés à l'exposition des enfants aux écrans. Si leurs effets dépendront du temps passé devant un écran, de l'âge de l'enfant, de l'utilisation qui en est faite et d'autres facteurs environnementaux, un consensus se dégage sur leurs conséquences délétères. Les auteurs du rapport citent, sur le plan de la santé :

- les déficits de sommeil ;
- la sédentarité et le manque d'activité physique ;
- l'obésité ;
- l'ensemble des pathologies chroniques qui en découlent ;
- les problèmes de vue (développement de la myopie et risques

possibles pour la rétine, liés à l'exposition à la lumière bleue). Ils pointent également de possibles effets de l'exposition aux ondes électromagnétiques et aux substances présentes dans les terminaux numériques, reconnus comme étant des perturbateurs endocriniens (notamment durant la grossesse). Concernant les réseaux sociaux, la commission écrit : « L'utilisation des réseaux sociaux semble être, au-delà des bénéfices qu'ils peuvent apporter, des facteurs de risque supplémentaires lorsqu'il y a une vulnérabilité préexistante chez

un enfant ou un adolescent, notamment de dépression ou d'anxiété ».

Des recommandations par âge

Le groupe d'experts a ainsi formulé 29 recommandations.

- Jusqu'à 3 ans : pas d'écran ;
- De 3 à 6 ans : l'usage des écrans reste déconseillé ;
- 6 ans : une exposition modérée et contrôlée aux appareils connectés ;
- 11 ans : un téléphone portable mais non connecté ;
- 13 ans : un téléphone portable connecté à Internet mais sans ré-

seaux sociaux ;

- 15 ans : un accès aux réseaux sociaux « pourvus d'une conception éthique ».

Une nécessaire responsabilisation des adultes

Aux parents et adultes proches de jeunes enfants, le rapport appelle à la plus grande vigilance quant à l'utilisation des appareils connectés en leur présence. « Cette «technoférence» qui affecte la quantité et la qualité des interactions avec l'enfant peut altérer, en cascade, les capacités socio-émotionnelles et le développement du langage. L'adolescence est aussi une période vulnérable à ce titre sur le plan psycho comportemental », lit-on dans le rapport.

Chez les enfants plus grands, « l'accès non maîtrisé des enfants aux écrans et l'insuffisante régulation des contenus auxquels les mineurs peuvent être exposés, en matière de pornographie et d'extrême violence, font peser un risque élevé sur leur équilibre, voire parfois leur sécurité, a fortiori si le dialogue avec les adultes n'est que peu construit ».

Le site du «Défi 10 jours sans écran» responsabilise également les adultes. Le « Défi sans écrans est réalisable partout où des parents et des enseignants conviennent d'unir leurs efforts pour rendre les enfants capables de le relever », précise le rapport.

Destination santé

Nutrition

cinq bonnes raisons de boire du jus de citron

Si vous souhaitez intégrer une habitude simple et efficace pour améliorer votre santé au quotidien, buvez un verre de jus de citron chaque jour. Voici plusieurs raisons, outre l'hydratation qu'un verre de plus procure, de vous y mettre dès demain.

1 – Une meilleure digestion

L'acidité du citron s'ajoute à celle de votre estomac qui en a bien besoin pour dissoudre les aliments consommés. C'est surtout le cas avec l'avancée en âge car cette acidité naturelle décline avec le vieillissement.

2 – Antioxydant

Riche en vitamine C, le jus de citron recèle une puissante propriété antioxydante. Il joue un rôle contre le vieillissement en prévenant la détérioration des cellules due à l'oxydation.

3 – Anti-inflammatoire

Ses propriétés antioxydantes contribuent aussi à réduire l'inflammation. Si elle se chronicise, l'inflammation favorise toutes sortes de pathologies parmi lesquelles des infections chroniques, des cancers, des allergies ou encore l'asthme.

4 – Un boost pour votre sys-

tème immunitaire

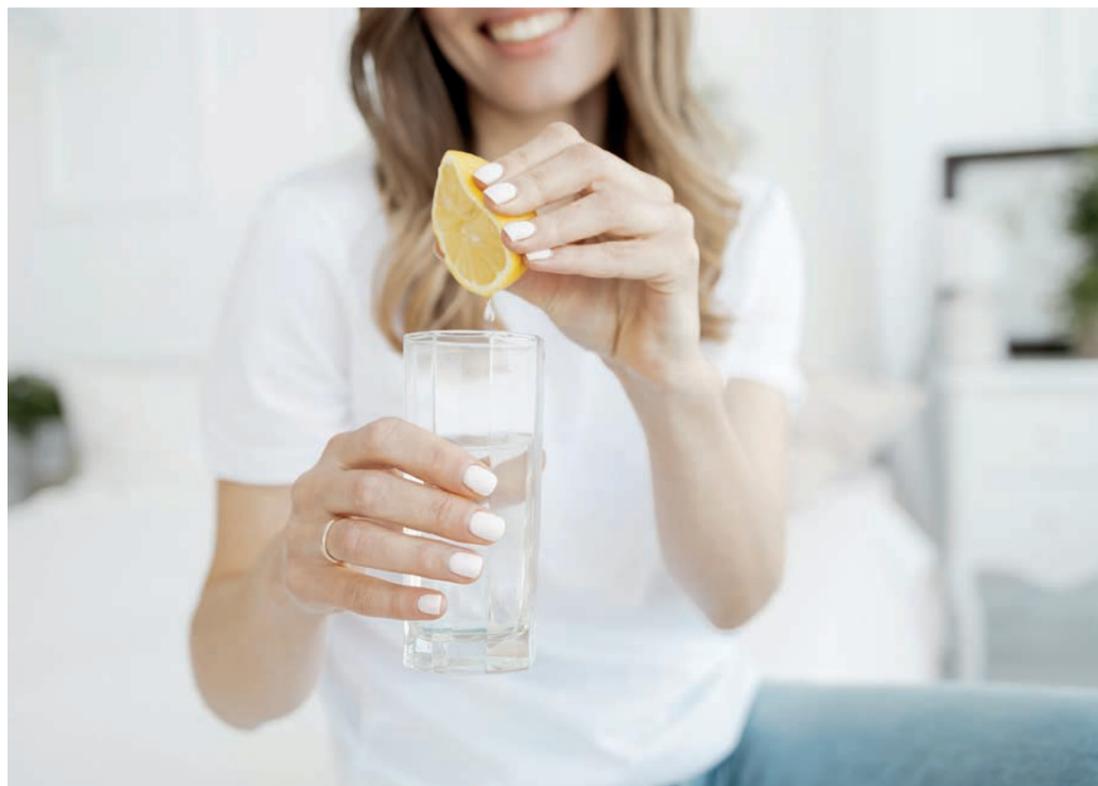
La vitamine C, comme le potassium, le magnésium, le fer et les fibres fournis par le jus de citron, contribue, par ailleurs, à stimuler grandement votre système immunitaire.

5 – Moins de sucre

Remplacer son café au lait ou son chocolat chaud matinal par un verre de jus de citron est une habitude qui contribuera à faire baisser votre apport en sucre et vous aidera à vous maintenir à votre poids de forme.

Un bémol ?

Le citron étant très acide, il peut attaquer l'émail de vos dents. Pour réduire cet effet, préférez boire le jus tiède plutôt que chaud. Vous pouvez aussi boire à la paille (en métal ou en bambou) ou vous rincer la bouche immédiatement après avoir bu.



Boire du jus de citron est bon pour la santé/DR

D.S.

Le destin de Samuel Eto'o Fils

Un verdict attendu

Le destin de Samuel Eto'o Fils, figure emblématique du football africain et président de la Fédération camerounaise de football (Fécafoot), est actuellement en délibération. Suite à l'audience tenue le 25 juin au Caire, en Egypte, par le jury disciplinaire de la Confédération africaine de football (CAF), de graves accusations de matches truqués au sein du championnat camerounais ont été portées contre lui par des collègues footballeurs de son pays.

L'audition de Samuel Eto'o Fils a été un moment décisif pour son avenir dans le monde du football. Confronté à de lourdes allégations qui pourraient potentiellement modifier le cours de sa carrière, il a été chargé de présenter sa défense devant les membres avisés du jury de la CAF. Le verdict final reste en suspens, dans l'attente des considérations judicieuses du jury.

Eto'o Fils se trouve confronté à des répercussions importantes. Si les règlements stricts de la CAF révèlent sa culpabilité, une interdiction à vie de tout engagement lié au football se profile à l'horizon. Sous cette pression croissante, l'incertitude qui entoure sa carrière de footballeur persiste.

Alors que le jury disciplinaire délibère, une atmosphère de suspense envahit Samuel Eto'o Fils et ses supporters. Chaque instant qui passe semble éternel, chaque fragment d'information pouvant détenir la clé de l'issue de cette affaire conséquente, qui a eu des répercussions dans toute la communauté africaine du football. La fraternité mondiale du football attend avec impatience la résolution de cette saga complexe. Les conséquences pour-



Samuel Eto'o Fils, figure emblématique du football africain et président de la Fédération camerounaise de football /DR

raient être considérables, non seulement pour Samuel Eto'o Fils personnellement, mais aussi pour le football africain dans son ensemble. Les jours à venir s'annoncent riches en tensions, en conjectures incessantes et en quête insatiable

de vérité. Le destin de Samuel Eto'o Fils se situe désormais à l'intersection du destin et de la jurisprudence sportive.

Dans cette période d'incertitude, le monde du football observe avec inquiétude l'ombre des soupçons qui pèsent sur

l'une de ses figures emblématiques. Chaque jour est chargé de tension et d'attente fervente, alors que les émotions se bousculent autour de Samuel Eto'o Fils et de son avenir non résolu.

Chaque détail est scruté par les

médias, les experts se livrent à des spéculations incessantes et les supporters s'accrochent à tout fragment d'information susceptible d'éclairer l'énigme qui entoure cette affaire. Le pouls du continent africain est synchronisé avec les délibérations du jury disciplinaire, un résultat qui pourrait remodeler le paysage du football sur le continent.

Au-delà des implications individuelles pour Samuel Eto'o Fils, la crédibilité et l'honneur du football africain font l'objet d'un examen crucial. Chaque détail, chaque révélation potentielle compliquent un peu plus un récit qui s'apparente à un thriller captivant.

Alors que la saga se déroule chaque jour, une certitude demeure : l'avenir de Samuel Eto'o Fils repose désormais entre les mains du destin et de la justice sportive. En effet, son destin dépend de la délibération du jury de la CAF, qui devra apporter des preuves sans équivoque de toute implication dans des matches truqués avant de rendre son verdict. En attendant, le suspense reste insoutenable pour tous ceux qui suivent de près le destin de ce grand nom du football africain.

Roch Blanchard Okemba

Football

Diabes rouges, perspectives d'évolution

À la lumière de la récente déclaration du président de la Fédération congolaise de football (Fécofoot) sur l'impératif de se qualifier pour la Coupe d'Afrique des nations (CAN), il est devenu évident que des réformes substantielles sont nécessaires pour assurer la prospérité de l'équipe nationale de football. Avec cet objectif en tête, évaluons les défis actuels et les pistes potentielles pour élever le football en République du Congo.

Lors de la conférence de presse du 22 juin dernier, l'importance d'une gestion efficace de l'équipe nationale a été soulignée. Toutes les parties prenantes, administrateurs et joueurs, doivent assumer leurs responsabilités pour assurer un avenir prometteur au football congolais.

L'engagement d'un entraîneur de haut niveau et de professionnels dévoués est un facteur essentiel du succès de l'équipe nationale. Ce n'est que par la mise en place d'un cadre solide et compétent que l'équipe pourra aspirer à rivaliser avec les meilleures équipes du continent. Il est impératif d'envisager le

scénario actuel dans lequel certains joueurs remettent en question leur allégeance à l'équipe nationale. En comblant les lacunes et en faisant des choix résolus, c'est pouvoir reprendre le contrôle de leur destin footballistique.

Puisse l'éthique de la compétition et de la camaraderie les mener vers un avenir prospère, tant sur le terrain qu'en dehors. Le chemin à parcourir peut être ardu, mais avec de la persévérance et une planification tactique, l'équipe nationale congolaise de football peut atteindre de nouveaux sommets. Cela nécessitera un engagement sans faille de la part de toutes

les parties concernées, des dirigeants aux joueurs, afin de jeter les bases solides de la réussite. En assimilant les leçons du passé et en adoptant une vision d'éminence, la renaissance des Diabes rouges n'est pas seulement une aspiration mais un objectif viable bien à portée de main. Il faut progresser collectivement avec passion et dans un but commun, car c'est grâce à un dévouement et à une diligence inébranlable que l'on forge des champions.

Pour triompher sur le terrain de football, c'est devoir d'abord triompher dans le domaine de la gestion et de la vision. Grâce à un effort

combiné, une insistance sur l'excellence et une prise de décision prudente, c'est pouvoir assister à la renaissance des Diabes rouges et à une ère illustre pour le football congolais. Inscrivons un nouveau chapitre dans les chroniques de l'histoire du football, où les Diabes rouges du Congo brilleront à nouveau sur la scène africaine.

L'enthousiasme et la dévotion des supporters seront également indispensables pour insuffler de la vitalité à l'équipe nationale. Leur soutien indéfectible, leur présence vibrante dans les stades et leur fierté non dissimulée contribueront à créer un environnement pro-

pice à l'épanouissement des Diabes rouges. En cultivant cette relation symbiotique entre l'équipe et ses supporters, il faut jeter les bases d'un triomphe collectif et durable. Allons de l'avant, unis, vers une ère d'accomplissement et de réussite pour le football congolais.

Tous les acteurs, des dirigeants aux joueurs, doivent montrer au monde entier que la détermination et les efforts assidus peuvent transformer les rêves en réalité. Vive la renaissance des Diabes rouges et que le football congolais brille à nouveau sur la scène internationale.

R.B.Ok.

Plaisirs de la table

A la découverte de la coriandre

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

rations 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 : Guinée-Bissau

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

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°194 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°201 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°212

- 2 LETTRES**
AU - CE - EN - MU - NI - RI - UN
- 3 LETTRES**
CRU - EUX - GPS - GUE - RER - ROI - RUA
- 4 LETTRES**
AIRE - ASIE - AURA - CECI - CREE - EDEN - IRAN - LUNE - MENE - MURI - NUÉE - OREE - RAMI - RANG - RECU - RIEN - UNIE
- 5 LETTRES**
ALLIA - BLEUS - ECULE - EIDER - ENLUI - EPURE - ETUDE - NADIR - ODEUR - PLUME
- 6 LETTRES**
ARASER - ENGIN - ERREUR - PAPIER - PARDON - PERSIL - PRÉ-NOM - TERRIL - SEXUEL

PROJECTION UN VRAI BLEU	FACILITATP PARLER ROMAN	COULEUR PRIMAIRE ENVAHIS- SEURS	AMDE LA TERRE CARTES EN MAIN	DANS LA GAMME	SE PRÉSENTER À L'ESPRIT PETIT NOIR
AGENT D'AS- SURANCES VECTEUR DE FUMEUR	DÈS LA NAISSANCE MOCHETE	COULEUR TERRE POSSESSIF	HOMME DE LOI TRÈS À L'ARDE	QUATRE À ROBE COULE EN RUSSIE	GARRI TRANSPORT ANIMAL
PETIT VIGNOBLE APÔTRE	PRÉSENT	FIN LIMET ÉPREUVANTS	ATTACHE ANCIEN CONGO	NÉGATION GRUCE	TRÈS CONFUSE
SOUR LE ZÉRO VILLE DES PYRÉNÉES	ROUENNE ABOURELLE	FROMAGE VEGETAL CANULARI	COMBRES DIBELLES	VERGES OU MARGUES	REFUTE
IL VEUT ÊTRE REMBOURSE SOUS SOL	HOMME À LA REUNION DEL ORSEAU	IL A EU LA MAJORITE POSSESSIF	EVALUÉS	DEBOUTASSE	
POINT DES HISTOIRES NAVE					
ENTRE DEUX PORTES					

• SUDOKU • GRILLE N°195 • FACILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°202 • DIFFICILE

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

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

- AUREOLE
- BALLAST
- BUFFET
- CALIFE
- CARCAN
- CASTRAT
- CENACLE
- CENDRE
- CRAVATE
- CROATE
- CUISSE
- DEBACLE
- ERUPTION
- FARFELU
- FISTON
- FORMATION
- FROUSSE
- GAIETE
- GALOP
- GLAND
- GOINFRE
- GRELOT
- GRIFFER
- INDEX
- LAMPION
- LUTIN
- MEGERE
- NEOPHYTE
- ORBITE
- PENURIE
- PROPICE
- REFORME
- REJETON
- SAVANT
- SOUDER
- STRATEGIE
- TEXTE
- TRIOLET
- TRITON
- TUBERCULE
- VIOLETTE

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 rendre 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 Pérés

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

Une belle semaine est à prévoir, vous avez l'esprit clair et serez particulièrement déterminé à aller de l'avant. De ce fait de belles rencontres sont à prévoir dans les prochains mois, les choses bougent pour vous.

Lion
(23 juillet-23 août)

Vous serez amené à revoir vos jugements et à penser différemment. Des prises de conscience vous seront éclairantes. Vos proches vous suivent donc vos prises de positions diverses.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous serez amené à remettre en question vos certitudes, ceci pourrait vous perturber mais ne sera que bénéfique pour l'avenir. Faites-vous confiance et jetez-vous à l'eau, de belles perspectives vous attendent.

Taureau
(21 avril-21 mai)

Il y aura des imprévus ces prochains jours, laissez-vous surprendre car les dénouements seront heureux. Les astres sont de votre côté, profitez-en, vous aurez de belles surprises.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Quelques sautes d'humeur viendront perturber votre quotidien. Ne vous laissez pas dépasser, vous pourrez y remédier. Vous serez tenté de décrocher et de vous isoler, cela pourrait être nécessaire pour votre équilibre.

Verseau
(21 janvier-18 février)

L'amour est tout autour de vous. D'humeur romantique, vous vous laissez aller à la légèreté et vivrez des jours heureux. Les célibataires ne sont pas en reste, une belle rencontre se profile, ouvrez l'œil !

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vos pensées vont parfois plus vite que vos paroles, vous pourriez heurter la sensibilité des personnes qui vous entourent, prenez des pincettes ! Un voyage en amoureux se profile.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

La chance est de votre côté, ça tombe bien, vous êtes d'humeur joueuse ! Vous laissez une part au hasard et votre audace vous mènera loin. Profitez de cette énergie et de cette insouciance pour vous livrer à l'inconnu.

Poisson
(19 février-20 mars)

Vous aurez besoin de faire le vide et de prendre un peu de recul. Vous évacuerez les tensions avec vos proches et retrouverez rapidement une forme de sérénité. Une belle opportunité professionnelle se présente à vous.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Votre curiosité vous pousse vers de nouveaux horizons, vous saurez remettre les choses en question et transformer vos convictions. De beaux projets se mettent en place grâce à vos idées.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Vous serez amené à réviser vos plans, ne cédez pas à la panique, il est parfois bon de ne pas chercher à tout maîtriser. Vous serez encouragé par des alliés inattendus, vous pourrez accorder votre confiance.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous tirez votre épingle du jeu grâce à votre originalité et à vos avis éclairés. Vous serez sollicité et écouté, prenez conscience de votre influence car votre rôle ne sera pas négligeable.

PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE 7 JUILLET 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 Goldine

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

Exaucé
Alex
Les Anfes

MOUNGALI

Pharmacies de jour

Céleste
Loutassi
Sainte Rita
Emmanueli
Patrice

Pharmacies de nuit

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

OUEZÉ

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
Lycée T.Sankara
Croix Saïte

MFILOU

Pharmacie de jour

Santé pour tous

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