



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° 283 - VENDREDI 2 AU JEUDI 8 AOÛT 2024

ENTREPRENEURIAT

« Bianca food » bénéficie d'une subvention

Blanche Bafiatissa Miamingui, fondatrice du service de restauration « Bianca food », fait partie des deux entrepreneures congolaises bénéficiaires d'une subvention financière de 500 000 FCFA en vue de renforcer leurs start ups. La cérémonie de remise du chèque s'est déroulée le 31 juillet, à Brazzaville, à l'occasion de la 4e édition de la Conférence africaine du leadership féminin.

PAGE 8



LEADERSHIP FÉMININ

Muriel Atipo accélératrice de destin



Inspirante et positive, créatrice de « Miss purple » et aussi fondatrice du réseau « Femme extraordinaire », Muriel Atipo aide les femmes ambitieuses à être épanouies. Elle définit des stratégies de communication et oriente les femmes, favorisant leur évolution professionnelle en tirant le meilleur d'elles-mêmes par une introspection bienveillante. Le 3 août, elle partagera son savoir-faire avec les Congolaises.

PAGE 3

INTERVIEW

Chris Antony Ngouloubi : « Notre cible principale est la jeunesse »



Fondateur de NCA finances et organisateur de NCA finances forum de Brazzaville, Chris Antony Ngouloubi a récemment réuni des jeunes de plusieurs horizons évoluant dans le secteur de la finance autour du thème « L'intégration de la jeunesse dans le domaine de la finance ». Dans cette interview, il évoque les enjeux de cette initiative.

PAGE 3

COMPÉTITION

« Talent du rap » mixe la culture urbaine des deux Congo

« Talent du rap », édition 2024, valorisera les talents des artistes musiciens urbains congolais pour révéler leurs potentiels artistiques, évaluer leur savoir-être et leur savoir-faire. L'occasion pour les organisateurs de dynamiser davantage l'amitié séculaire qui lie les artistes des deux Congo, de valoriser le dialogue interculturel et d'encourager le tourisme culturel.

PAGE 6



SPORT

La France et l'olympisme : une histoire inoubliable

PAGE 13

Éditorial Au féminin

La création d'entreprises par les femmes a pris, depuis une dizaine d'années, une importance croissante dans la plupart des pays aussi bien industrialisés qu'en Afrique. Les femmes lèvent peu à peu les obstacles multiples et brisent les stéréotypes liés à la vie d'entreprise.

Hier, l'audace et la capacité de gérer un projet ont été citées parmi les freins à l'entrepreneuriat féminin, qui voudrait désormais se débarrasser des préjugés tous azimuts. Aujourd'hui, les exemples d'activités économiques réussies et propulsées par les femmes montrent à suffisance que l'époque n'est plus la même.

Pour s'en convaincre, scrutons de près le parcours et les actions louables de ces dames figurant dans ce numéro de notre journal, avec des projets ambitieux. En effet, dans ce numéro, nous avons souhaité de façon tout à fait légitime de porter haut non seulement ces initiatives prometteuses, mais également ces femmes capables d'engranger de nouveaux espoirs.

Si l'on convient que la croissance économique dépend aussi des femmes, il paraît nécessaire d'apporter des garanties indispensables à leurs démarches. L'égalité des chances et la parité semblent être en tête des aspirations sans oublier la création d'incubateurs capables de mieux appréhender la spécificité des projets.

Les Dépêches du Bassin Congo

LE CHIFFRE

« 7 »

C'est le nombre d'accords de partenariat conclus entre le Congo, quelques banques de la place et des organisations patronales dans le cadre du Fonds de solidarité africain (FSA).

PROVERBE AFRICAIN

« Ce sont ceux qui ont peu de larmes qui pleurent vite le défunt »

LE MOT

« FAIR-PLAY »

❑ *Le terme « fair-play » est une expression anglaise qui veut dire « franc jeu ». En français, le mot s'est répandu dans l'usage en tant qu'adjectif, sans doute à cause de l'incertitude sur la possibilité d'employer franc-jeu comme). Depuis les Jeux de Tokyo en 1964, le fair-play fait d'ailleurs l'objet d'un prix spécial, décerné à un athlète ayant accompli un beau geste de solidarité envers un adversaire dans une compétition.*

IDENTITÉ

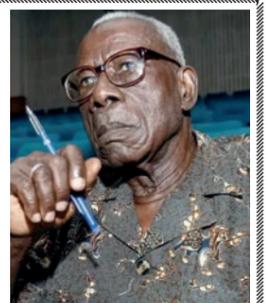
« NANDY »

Prénom d'origine germanique, Nandy est dérivé du mot « frido » qui veut dire « courageuse, aventurière ». Ce petit nom est porté par une personne un peu stricte ainsi que travailleuse, en demande de challenge. Nandy peut se montrer un peu trop acharnée, mais n'en est pas moins rigoureuse. Se mettre au défi ne lui fait pas peur : cela lui permettra d'atteindre les objectifs qu'elle se fixe.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Le soleil a beau luire, tant qu'il luit sur des misères, il ne réchauffe jamais les cœurs »

- Bernard Binlin Dadié -



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, Mbengué 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

Muriel Atipo dévouée pour l'émancipation et l'autonomisation des femmes

Inspirante et positive, créatrice de « Miss purple » et aussi fondatrice du réseau « Femme extraordinaire », Muriel Atipo aide les femmes ambitieuses à être épanouies. Elle définit des stratégies de communication et oriente les femmes, favorisant leur évolution professionnelle en tirant le meilleur d'elles-mêmes par une introspection bienveillante. Le 3 août, elle partagera son savoir-faire avec les Congolaises.

Muriel Atipo est basée à Paris, en France. Sa démarche permet aux personnes qui la sollicitent de progresser, de valoriser leur potentiel, d'améliorer la qualité de vie et de réaliser leur aspiration profonde, de faire évaluer leur business ou leurs compétences, mais aussi prendre confiance en elles-mêmes. Elle est un coach impactant, authentique, inspirant à suivre et à qui faire appel pour inspirer, motiver, activer les ressources internes et déconstruire des croissances limitantes et des barrières imaginaires.

Engagée, combative, modeste, visionnaire, audacieuse, résiliente, influente et passionnée par le changement, cette femme d'impact marque son époque par un immense parcours personnel exceptionnel qui donne envie d'agir, de faire, de s'engager, d'entreprendre et de réussir. Ses engagements et initiatives sont en faveur du bien commun, et elle profite des tables rondes, des conférences pour accompagner et aider les femmes à entreprendre et à se réapproprier leur histoire et valeur pour plus d'impact.

Muriel Atipo, dite Miss purple, est une réelle accélératrice de destin, convaincue que le

monde sera meilleur si chacun trouve sa voie, sa raison d'être et c'est ainsi qu'elle s'est donnée pour mission d'inspirer, d'équiper et d'impacter positivement des milliers de femmes qui ont l'impression de passer à côté de leur objectif, en les aidant à trouver leur mission de vie et la mettre en œuvre. Avec son ouvrage « Ta mission t'attend », paru en 2022, elle inspire de nombreuses femmes à se réapproprier comme elle de leur véritable valeur, celle de la femme extraordinaire qui poursuit sa mission de vie, malgré les défis et obstacles.

« Lorsque j'ai débuté en tant que coach, il y a sept ans, je me suis demandé comment j'allais pouvoir me démarquer et me faire une place dans le monde du coaching. Guidée par une inspirante divine, j'ai clarifié cette mission, trouvé ma couleur de vibration et commencé à incarner mon wow factor, ce qui me rend unique, mon authenticité, mon énergie et ma volonté de voir les femmes oser, foncer et briller. Aujourd'hui, forte de mon expérience et de mon expertise, j'aide les femmes entrepreneures et les coachs en devenir à sortir de



Murielle Atipo tenant son ouvrage/DR

l'ombre et à révéler leur wow factor pour plus d'impact, d'influence et de liberté », dit-elle.

À travers son initiative « La

tiel extraordinaire, de découvrir leur mission et d'accélérer leur destin. Dédié à l'autonomisation des femmes, à leur valorisation et à la promotion de l'égalité de sexe, ce rendez-vous avec un programme riche est axé sur la recherche des solutions, sur la construction et la participation active des femmes pour transcender les discours inspirants, afin d'offrir des solutions pratiques aux défis auxquels elles sont confrontées.

Encourageant la participation du public à travers des sessions intensives et des échanges dynamiques, Muriel Atipo crée un environnement collaboratif où chacun peut contribuer ou apporter des stratégies concrètes pour l'autonomisation et l'épanouissement des femmes.

« La femme extraordinaire be more do more conférence » est, en d'autres termes, une opportunité incontournable réunissant les esprits novateurs, des leaders et des femmes influentes du monde entier, offrant aux femmes une plateforme unique alliant conférence-débat, exposition, table ronde, panel de discussion, session de formation et bien d'autres activités connexes.

Cissé Dimi

Interview

Chris Antony Ngouloubi : « NCA finances soutient les étudiants en quête de stage »

Fondateur de NCA finances et organisateur de NCA finances forum de Brazzaville, Chris Antony Ngouloubi a réuni des jeunes évoluant dans la finance autour du thème « L'intégration de la jeunesse dans le domaine de la finance ». Dans cette interview accordée à notre rédaction, il parle des enjeux de ces échanges.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Peut-on savoir ce que vous appelez nouvelle génération des financiers ?

Chris Antony Ngouloubi (C.A.N.) : Nous parlons de nouvelle génération des financiers car nous voulons une nouvelle culture, une nouvelle manière de faire pour les jeunes, c'est-à-dire de resauter, d'échanger et de s'informer lors de ce forum.

L.D.B.C. : En organisant ce forum, que visez-vous ?

C.A.N. : Ce que nous visons, c'est apporter une solution aux problèmes de la jeunesse, apporter notre pierre à l'édifice par l'intégration de la jeunesse dans l'employabilité dans le monde de la finance. Aussi, aider la jeunesse à obtenir des réponses à ses

questions, des réponses bien construites venant d'experts de la finance établis dans le domaine. Nous voulons permettre aux jeunes de resauter afin de se partager des opportunités d'emplois et même de stages.

L.D.B.C. : Quelle a été la cible principale de ces échanges ?

C.A.N. : La cible principale a été les jeunes, le thème ayant été « L'intégration de la jeunesse dans le domaine de la finance », et les différents sous-thèmes comme « L'intégration des start ups », « La facilité d'intégration des start ups dans les marchés de capitaux » ou bien « La formation et l'employabilité des jeunes dans l'audit financier ».

L.D.B.C. : A quoi vous vous

attendiez en organisant ce forum ?

C.A.N. : Nous voulons apporter une aide aux étudiantes et étudiants congolais. NCA finances va soutenir les étudiants voulant avoir un stage dans la finance, faire leur suivi et assurer leur carrière dans les entreprises qu'ils auront choisies. Nous pensons qu'il y aura d'autres éditions dans les prochains mois, toujours dans la finance.

L.D.B.C. : Pour finir, à propos des stages quel est le niveau exigé ?

C.A.N. : Pour ce qui est des diplômes, il faut avoir au minimum un Bac+2 voire BTS, licence ou master. Tout dépend également de votre profil. Nous en tiendrons compte.

Propos recueillis

par Achille Tchikabaka

www.lesdepêchesdebrazzaville.fr



Chris Antony Ngouloubi/DR

Prix d'innovation pour les pertes après récolte 2024

Un défi pour les startupers africains

La fondation Shell et le ministère britannique des Affaires étrangères, du Commonwealth et du Développement (FCDO) invitent les entités, les startups, les universités, les organisations et les entreprises à but non lucratif à soumettre leurs candidatures en vue de prendre part au Prix d'innovation pour les pertes après récolte, avant le 14 août.

Le concours vise à promouvoir des solutions innovantes qui réduisent les pertes après récoltes pour les petits exploitants agricoles des marchés émergents. Ces solutions innovantes sont définies comme des technologies, des modèles commerciaux et/ou des logiciels qui sont au moins entrés dans la phase de test pilote en laboratoire ou sur le terrain.

Grâce à ces solutions innovantes, les organisateurs du concours entendent accroître les revenus des agriculteurs de l'Asie du Sud-Est et de l'Afrique subsaharienne. Ces solutions innovantes, à caractère durable et rentable, devront permettre de répondre aux besoins post-récoltes des petits exploitants agricoles. Elles devront également encourager des pratiques agricoles durables tout en exploitant les avantages des technologies énergétiques propres.

L'utilisation à bon es-



cient de ces technologies innovantes par les agriculteurs présente un triple avantage, à savoir des revenus accrus, des rendements plus élevés et une plus grande résilience climatique. Toutefois, il sied de signaler que la plupart des solutions innovantes disponibles pour réduire les pertes après récolte sont

encore trop coûteuses pour les petits exploitants agricoles. Raison pour laquelle, il est demandé aux participants au concours de proposer des solutions abordables, pratiques et évolutives. En réalité, le Prix d'innovation pour les pertes après récolte offre plus qu'une récompense financière de 50 000

dollars aux candidats gagnants. En fait, les candidats finalistes auront accès à un réseau de leaders expérimentés du secteur et bénéficieront d'une exposition médiatique pour présenter leurs innovations. En plus, ils bénéficieront d'un accompagnement post-investissement de la part des organisateurs

et de leurs partenaires. Par ailleurs, pour postuler, les personnes intéressées par le prix et qui sont éligibles devront se plier à une formalité essentielle. En effet, elles devront se rendre inéluctablement et impérativement sur le site des organisateurs afin de remplir un formulaire spécial.

Chris Louzany

Concours Auda-Nepad 2024

Promouvoir l'éducation en faveur des personnes vulnérables

Dans le but de trouver, célébrer et accroître le nombre de bonnes pratiques visant à garantir un accès équitable et inclusif à l'enseignement et à la formation technique et professionnelle (EFTP) dans tous les pays africains, la Commission de l'Union africaine et l'Agence de développement de l'Union africaine (Auda-Nepad) invitent les organisations éducatives africaines à soumettre leurs candidatures au concours Auda-Nepad avant le 30 août.

Les institutions éducatives africaines éligibles à ce concours sont celles qui mettent spécifiquement l'accent sur l'éducation des femmes et des filles, des personnes issues de milieux défavorisés, des personnes handicapées ou des migrants. Pour postuler, les organisations candidates devront, entre autres, lire attentivement le docu-

ment d'appel pour mieux comprendre les critères de soumission, utiliser le formulaire de candidature à renseigner, soumettre la candidature en anglais, en français ou en portugais et respecter les délais de soumission de candidatures.

A l'issue de la compétition, seules les trois meilleures organisations candidates bénéficieront

d'un voyage avec la prise en charge de tous les frais de déplacement, d'hébergement et de repas pour deux personnes à la semaine africaine des compétences 2024 à Accra, au Ghana, du 14 au 18 octobre prochain.

La semaine africaine des compétences 2024 est accueillie par le gouvernement du Ghana et organisée par l'Union afri-

caine. Cette conférence est conçue pour rassembler les experts de l'éducation et la formation technique et professionnelle de toute l'Afrique pour explorer et discuter des meilleures pratiques en matière de développement de compétences.

Place sur le thème « Eduque un Africain adaptée au XXIe siècle - construire des systèmes

éducatifs résilients pour un accès accru à un apprentissage inclusif, tout au long de la vie, de qualité et pertinent en Afrique », le concours éducatif vise à développer une boîte à outils contenant une « riche collection de EFTP équitable et inclusif » qui présente les bonnes pratiques qui ont été rassemblées.

Chris Louzany

« Des mots à la scène » 2024

Ouverture des candidatures à la 6e édition

Du 31 juillet au 1er septembre, les dramaturges du continent africain et ceux de la diaspora résidant en France peuvent postuler en vue de bénéficier de la résidence « Des mots à la scène ».

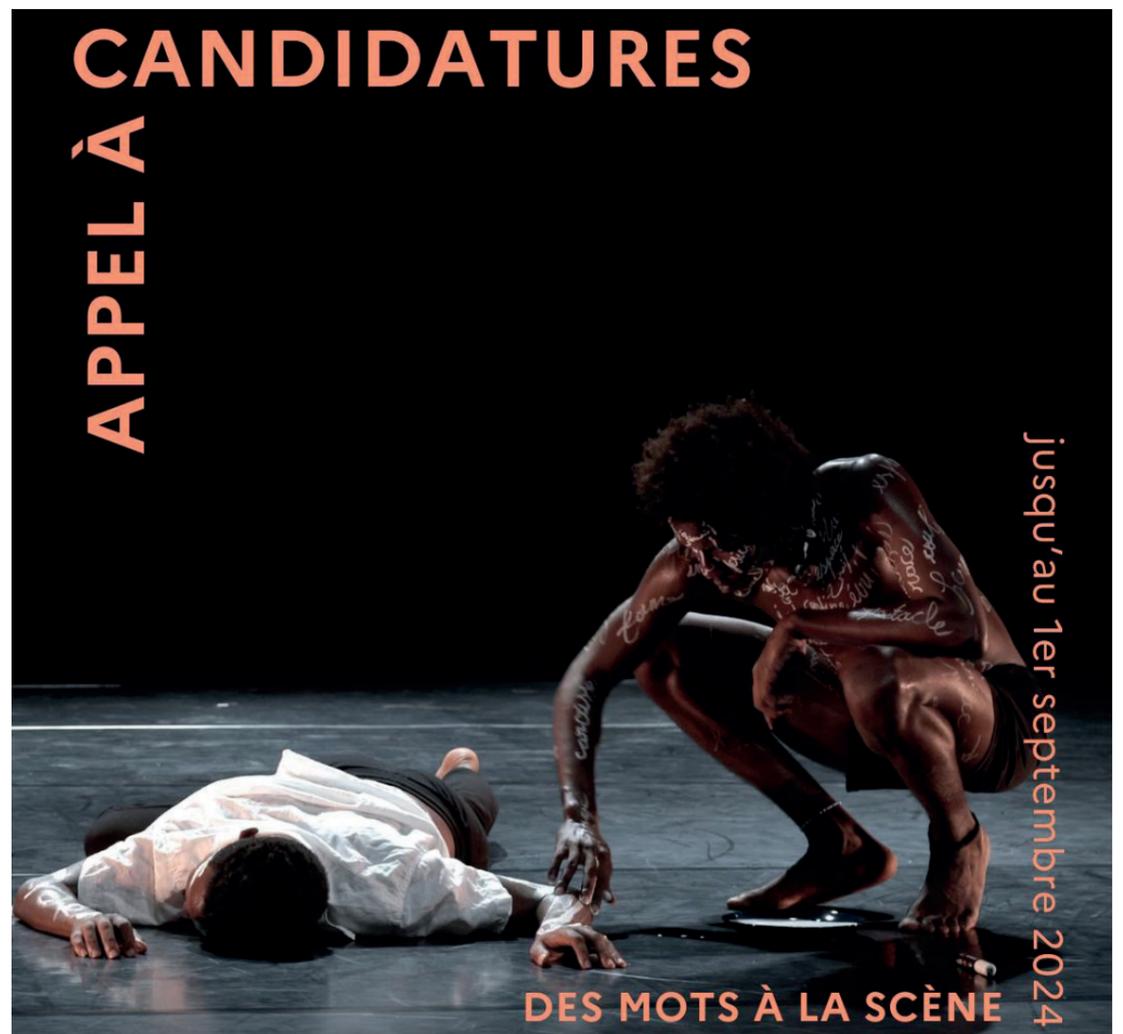
La 6e édition de l'initiative « Des mots à la scène » vient d'être lancée. Le programme a été conçu pour soutenir et promouvoir les écritures dramaturgiques contemporaines francophones. En effet, ce fonds de production vise à mettre en lumière des auteurs et des œuvres souvent méconnus ou rarement joués, en facilitant la création de nouvelles mises en scène. « *Le fonds s'attache particulièrement aux auteurs dont les œuvres n'ont pas encore trouvé une large audience, permettant ainsi la découverte de nouvelles voix et perspectives dans le domaine dramaturgique francophone. Aussi, en fournissant un soutien financier et logistique, le fonds encourage la mise en scène de nouvelles pièces, contribuant ainsi à l'enrichissement du répertoire théâtral francophone* », a souligné l'Institut français, initiateur du programme.

Ainsi, l'initiative « Des mots à la scène » s'adresse parti-

culièrement aux metteurs en scène, auteurs, artistes, collectifs et compagnies résidant sur le continent africain, dans les territoires ultramarins et aux artistes africains de la diaspora, installés en France. Le lien de candidature est disponible sur le site de l'Institut français.

A en croire l'organisation culturelle, toutes les phases dédiées à la production pourront être accompagnées, à savoir recherche, écriture, création et diffusion. Au-delà du théâtre, « Des mots à la scène » concerne également des projets pluridisciplinaires dont le théâtre reste un élément important de la production. « *Le texte peut être en partie en français et dans d'autres langues. Il doit se dérouler entre octobre 2024 et fin 2025* », précise l'Institut français.

Notons que le Congo a déjà été lauréat de ce programme en 2019 avec Sylvie Dyclo-Pomos pour sa pièce « Recto-Verso » et 2021 à travers le dramaturge Gilféry



Le visuel de l'appel à candidatures /DR

Ngamboulou pour sa pièce « Amours sous les lindeuls ». Les talentueux dramaturges

congolais peu connus du grand public sont invités à saisir cette occasion pour

hisser leur potentiel à un autre niveau.

Merveille Jessica Atipo

Les cookies

Rôles, avantages et inconvénients

Certains vont sur internet pour faire des recherches, d'autres pour se distraire, d'autres encore pour faire des achats ou trouver l'amour. A ces occasions, les internautes visitent un ou plusieurs sites web qui sont souvent munis des cookies. Qu'est-ce que les cookies ? Quels sont les avantages et les inconvénients de leur usage par les internautes ?

Selon la Commission nationale de l'informatique et des libertés (Cnil), un cookie est un petit fichier stocké par un serveur dans le terminal (ordinateur, téléphone, etc.) d'un utilisateur et associé à un domaine web (c'est-à-dire dans la majorité des cas à l'ensemble des pages d'un même site web). Ce fichier est automatiquement renvoyé lors de contacts ultérieurs avec le même domaine.

Il existe plusieurs types de cookies. Chaque type joue un rôle différent. Il s'agit, entre autres, des cookies web, cookies tiers, Cnil cookies, pour ne citer que ceux là. « Les cookies de session sont des cookies temporaires qui expirent dès que le visiteur quitte le site web. Ils permettent notamment de mémoriser son panier d'achats. Les cookies persistants retiennent plusieurs informations de connexion comme le mot de passe, l'adresse et les coordonnées bancaires. Les cookies tiers recueillent des

informations sur l'activité en ligne de l'utilisateur pour lui envoyer une publicité ciblée. Les cookies zombies sont des cookies recréés automatiquement après avoir été supprimés », a précisé le site caminteresse.fr

Comme toute œuvre humaine, l'usage des cookies, pendant une navigation sur internet, entraîne des avantages et des inconvénients. Selon la même source, le fait « d'accepter les cookies permet au site web de reconnaître un visiteur lors d'une nouvelle visite. Ses informations de connexion, son panier d'achats et ses préférences linguistiques sont mémorisés comme la première fois. Le visiteur bénéficie d'une publicité ciblée sur ses préférences ».

« Le refus des cookies peut entraîner une limitation de la personnalisation du site. Les informations et préférences du visiteur ne sont pas enregistrées et les publicités sont généralisées. Un site web



peut aussi restreindre ses fonctionnalités si le visiteur choisit le refus des cookies. En contrepartie, la protection de la vie privée est améliorée. Certains navigateurs comme Internet Explorer, Chrome et Opéra peuvent bloquer automatiquement les cookies tiers », a poursuivi le même site. Les cookies internet servent, le plus souvent, à faciliter l'authentification des utilisateurs et enregistrer leurs préférences de navigation. Toutefois, certains internautes malhonnêtes, cou-

ramment connus sous le nom de « hacker », récupèrent souvent les cookies afin d'exploiter les données personnelles des utilisateurs. Ces malfaiteurs procèdent en interceptant une requête HTTP. Cette technique est appelée « sniffing » ou « reniflement ». Une autre situation désagréable est le fait que les cookies tiers, par exemple, « peuvent entraîner l'envoi de publicités non désirées vers les boîtes mail des utilisateurs. Ces cookies internet prennent de la place sur le

disque dur d'un PC, même si leur espace se révèle petit », a conclu le site.

Par ailleurs, plusieurs sites web mettent en place la gestion des cookies. Les utilisateurs peuvent donc accepter ou refuser le type de cookies de leur choix. Entre autres choses qui peuvent aider un internaute à accepter ou non les cookies, dans une certaine mesure, figurent la qualité, la sécurité et la fiabilité d'un site web.

Inventés en 1994, les cookies sont des petits fichiers texte stockés dans le disque dur d'un ordinateur, d'un smartphone ou d'une tablette. L'objectif des cookies est de collecter les données de navigation comme un nom d'utilisateur et un mot de passe. Ils sont créés par le serveur du site web. Le Règlement général sur la protection des données et la ePrivacy imposent aux sites web d'informer leurs utilisateurs sur la politique des cookies.

Chris Louzany

Compétition

« Talent du rap » pour valoriser les artistes de la scène urbaine

L'un des rares concours qui fait la symbiose entre les artistes musiciens des deux Congo organise, par Isaiyah production, la première édition du « Talent du rap ». Il permettra aux artistes qui seront sélectionnés d'exprimer leurs talents. La rencontre sera également une opportunité pour eux de rencontrer des professionnels dont des producteurs et managers de ce domaine et de signer des accords de partenariat.

Les organisateurs veulent attirer l'attention des pouvoirs publics et des mécènes afin qu'ils aient un regard différent sur les musiques urbaines et qu'ils accompagnent les jeunes pratiquants qui, contre vents et marées, se battent pour valoriser le Congo à travers leur passion. Pour eux, le métissage musical et culturel construit l'identité avec comme objectif de confronter la diversité des cultures ou des musiques urbaines congolaises, de développer l'esprit de la tolérance et le respect de l'autre dans la singularité. L'initiative entend prendre une nouvelle

dimension lors des prochaines éditions afin de devenir un événement culturel majeur au Congo, tout en proposant de s'émerger dans la créativité des musiques urbaines. En d'autres termes, ce concours est créé pour produire et faire connaître les artistes musiciens congolais qui manquent parfois de visibilité dans les médias. Sa mission en tant qu'organisme est de promouvoir et favoriser la musique des jeunes talents congolais en pleine expansion dans un contexte de pluralité. Pour cette première édition, chaque artiste musicien por-

tera sa culture, sa musique, ses moyens d'expression. Ce concours, soucieux de vouloir révéler et présenter la richesse culturelle de chaque artiste invité, choisira pour cette édition une programmation fondée sur ses convictions, ses connaissances, en s'adressant uniquement aux artistes musiciens congolais.

« Talent du rap », édition 2024, valorisera les talents des artistes musiciens urbains congolais pour révéler leurs potentiels artistiques et évaluer leur savoir-être et leur savoir-faire. Ce sera une occasion pour les organisateurs de



réviser et dynamiser davantage l'amitié séculaire qui lie aux artistes, un cadre idéal d'échange sur les collaborations culturelles, de valorisation du dialogue interculturel, d'activation et d'encourage-

ment du tourisme culturel. Cette année, le talent des artistes congolais apportera au public une ouverture sur le monde où il aura droit à une visibilité importante.

Cissé Dimi

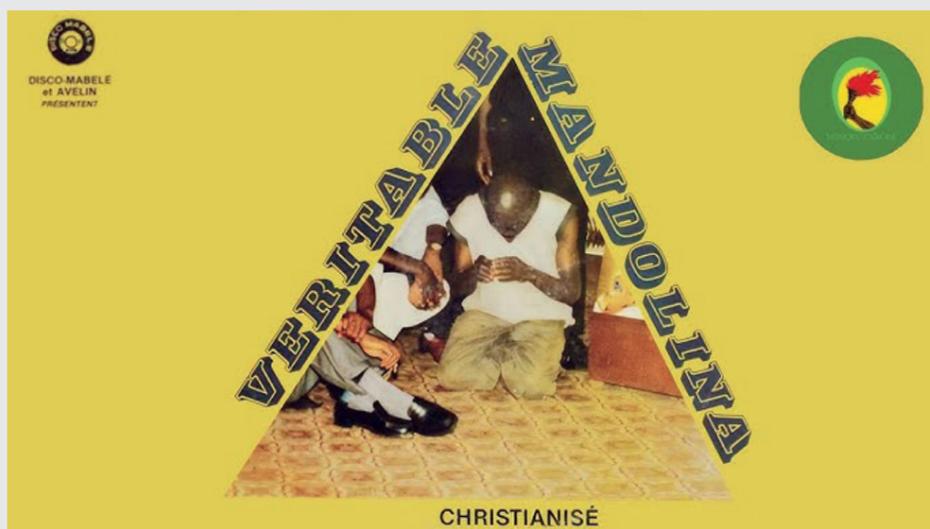
Les immortelles chansons d'Afrique

« Feu d'artifice » de Juva Wende

Auteur-compositeur et talentueux guitariste, Juva Wende a émerveillé les mélomanes par ses riffs de guitare, irrésistibles à la danse. « Feu d'artifice », son œuvre majeure produite par Avelin Samba et éditée par « Disco Mabele » sous la référence DM 002, a récolté un succès triomphal en 1986 et 1987.

« Feu d'artifice » a été composé au sein du groupe Véritable Mandolina. L'ascension de cette œuvre vers la gloire commence à partir du moment où le prélat du Congo décida de suspendre la chanson « Christianisé » de Rapha Bounzéki, titre phare de l'album. Dès lors, le public commença à s'intéresser au titre « Feu d'artifice » puisse qu'il passait fréquemment dans « Vidéo 45 », émission adulée par les jeunes et dont l'animateur était Charly Noël.

Il s'agit d'une histoire d'amour entre Marcelline, surnommée « Macé » et Juva. Cette histoire qui avait pourtant bien commencé a connu des difficultés à cause de la distance qui séparait les deux tourtereaux. Depuis que sa dulcinée était partie, Juva se faisait balloter par les flots de la déception. Mais le jour qu'elle revint au village, ce fut un remue-ménage et cela produisit l'effet d'un feu d'artifice. D'ailleurs, c'est avec ces paroles que débute la chanson après une entrée instrumentale : « Bato basangani na mboka ba ndeke baleli na zamba, Macé aye oh », ce



qui est compris par : « Tout le monde s'est rassemblé au village, les oiseaux ont chanté dans la forêt, Macé est venue ». Cette phrase est lancée par Jean Claude Carisala comme un appel. La réponse se fera suivre par un chœur polyphonique constitué de Roger Lutin, Degang, Carisala et Evolokaye : « Oh lelo matanga ».

Cette mélodie, jouée en « Do » est subdivisée en trois parties. La première dispose de deux sections dont l'une est un chant polyphonique. Ici, Carisala exécute la première voix et Evolokaye la seconde. La se-

conde section est un chant à refrain-couplet. Le premier est un vocal de Carisala et le second celui de Roger Lutin. La deuxième partie, plus accélérée, est marquée uniquement par un chant à refrain-couplet. Les solos sont exécutés par les mêmes chanteurs suivant le même ordre. Elle sert de pont avec la dernière partie qui est dominée par la guitare solo de Juva, la guitare mi-solo de Volvo, la rythmique d'écriture, la basse et la tumba de Wachimelle, la batterie de Koffi Ngoma, les maracas de Layette

Mbemba, le lokole de Faley et les cris d'animation d'Evolokaye.

Né vers 1960, Juva Wende, de son vrai nom Isidore Bantsimba, s'est fait connaître comme soliste. C'est en 1980 qu'il est découvert dans le groupe Génova. Sa notoriété va s'accroître dans Véritable Mandolina. Il va recommander le recrutement de Wachimelle. Vers l'année 1990, on le retrouve dans Shoma stars. Il a conquis les mélomanes du Congo et d'ailleurs par ses solos virevoltants dans l'album « Mateya » de Rapha Bounzéki.

Frédéric Mafina

Voir ou revoir

« Makongo » d'Elvis Sabin Ngaïbino

Film réalisé par le cinéaste centrafricain Elvis Sabin Ngaïbino, « Makongo » célèbre la bravoure de deux jeunes autochtones qui se battent pour leur éducation dans une société où leur communauté semble reléguée au second rang.

André et Albert sont deux jeunes pygmées Aka du sud de la République centrafricaine. Ils sont parmi les rares de leur communauté à faire des études. André et Albert ont un rêve : inscrire les enfants des campements dans une vraie école. Pour financer leur entreprise, ils misent sur la prochaine récolte de « Makongo », en français « chenilles ».

La force de ce film tient à l'intérêt porté par le cinéaste Elvis Sabin Ngaïbino sur une réalité de son pays et plus largement du continent africain voire d'ailleurs, à savoir la stigmatisation des autochtones par les autres populations modernes. Dans « Makongo », il s'agit précisément des pygmées Aka, que l'on retrouve également en République du Congo.

A travers les personnages d'André et Albert, le réalisateur centrafricain inter-



Une capture du film/DR

pelle sur le fait que tous les peuples sont égaux et méritent d'avoir accès à l'éducation. Et s'il est vrai que dans la plupart des Etats les gouvernements œuvrent pour instaurer cette réalité, il persiste néanmoins un fossé. Heureusement qu'il existe des braves comme André et Albert qui ne s'apitoient pas. Leur détermination

sans faille pour continuer à étudier et permettre à d'autres jeunes enfants comme eux d'aller à l'école est un bon exemple que devraient copier d'autres jeunes autochtones qui ont longtemps cru que leur place ne pouvait être que dans la forêt et nulle part ailleurs.

C'est donc avec brio qu'Elvis Sabin Ngaïbino les ac-

compagne, dans la dureté de leur périple et de leur déception. Quelles que soient les humiliations endurées, le regard du cinéaste ne se détourne pas, mais choisit de témoigner, de garder une trace et d'être au plus près de ceux qu'il filme avec amour.

Clin d'œil au réalisateur Né en 1985 en République centrafricaine, Elvis Sabin

Ngaïbino est diplômé en géologie. En 2017, il est sélectionné pour participer au premier atelier Varan organisé à Bangui. En marge de ce programme, il dresse le portrait d'un pharmacien de quartier à travers un court métrage documentaire intitulé « Docta Jefferson ». Cette œuvre aura le privilège d'être sélectionnée dans plusieurs festivals internationaux.

« Makongo », son premier long métrage, a été présenté et triplement primé au Final Cut de la Mostra de Venise, en 2019. En 2020, le film est sacré Prix international de la Scam et Prix des Bibliothèques lors du rendez-vous cinéma du réel à Paris. Depuis, « Makongo » a été sélectionné dans de nombreux festivals tels que le Bafici à Buenos Aires, Hambourg, ou encore IDFA.

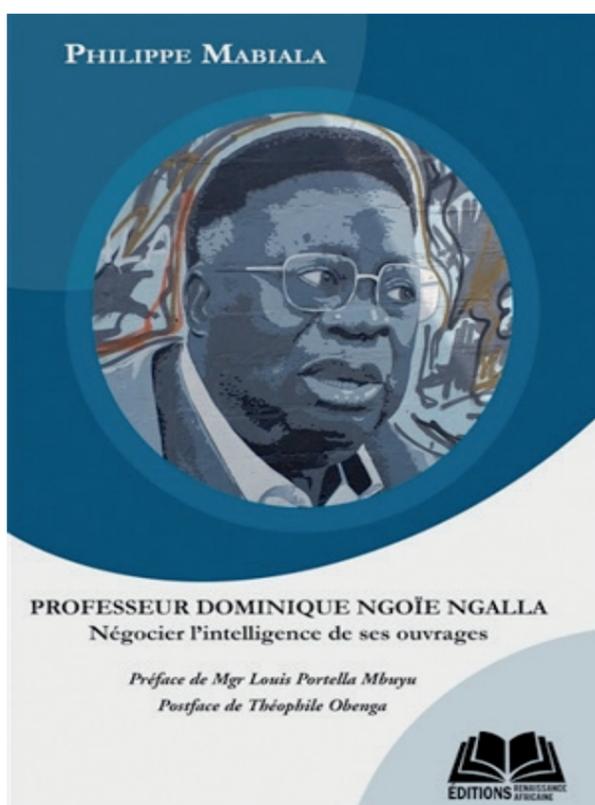
Merveille Jessica Atipo

Lire ou relire

« Pr Dominique Ngoïe Ngalla, négociateur l'intelligence de ses ouvrages »

Signé Philippe Mabiala, l'ouvrage publié aux Editions Renaissance africaine, à Paris, dévoile la richesse immatérielle du Pr Ngoïe Ngalla, à travers la rélecture de son vécu et de son œuvre littéraire.

Préfacé par Mgr Louis Portella Mbuyu, avec la postface du Pr Théophile Obenga, le livre présente un homme totalement engagé dans la vie intellectuelle, qui a marqué ses pairs par des vertus chrétiennes ainsi qu'une plume féconde et humaniste. Né au Congo en 1939, Dominique Ngoïe Ngalla a rejoint la terre des ancêtres le 9 août 2021. Homme de foi et éminent homme de lettres, il laisse à la postérité, au-delà des frontières de son pays, un noble héritage sur le triple plan intellectuel, spirituel et éthique. A propos, son ami et ancien collègue Théophile Obenga écrit dans la postface, « Le Pr Dominique Ngoïe Ngalla est une des rares personnes à qui j'ai fait confiance, les yeux fermés. C'est un esprit, au sens philosophique du terme. Extrêmement intelligent et d'une grande culture générale, il fait partie, de par



sa probité morale et sa droiture de vie, d'une espèce humaine, hélas, en voie de disparition, c'est-à-dire des hommes et des femmes qui vivent pour le bien des autres et pour l'avènement d'un monde de justice et de paix» (Page 163).

Ce livre hommage compte, en effet, trois parties. La première, l'homme et son environnement, revisite le cursus de vie de Dominique Ngoïe Ngalla. La deuxième est un condensé des témoignages de ses contemporains sur lui. La dernière est consacrée à l'analyse objective et critique de ses œuvres scientifiques et littéraires.

Dominique Ngoïe Ngalla fut pédagogue, poète, essayiste, historien et un homme soucieux par son engagement intellectuel de l'avenir de sa patrie ainsi que de son continent.

Aubin Banzouzi

Entrepreneuriat

Bianca food bénéficie d'une subvention

Blanche Bafiatissa Miamingui, fondatrice du service de restauration Bianca food, fait partie des deux entrepreneures congolaises à bénéficier d'une subvention financière de 500 000 FCFA en vue de renforcer leurs startups.

La cérémonie de remise du chèque s'est déroulée le 31 juillet, à Brazzaville, à l'occasion de la 4e édition de la Conférence africaine du leadership féminin (Calf). L'accompagnement entrepreneurial a été octroyé par l'association panafricaine basée au Gabon, en collaboration avec le Fonds d'impulsion, de garantie et d'accompagnement des micros, très petites, petites et moyennes entreprises et de l'artisanat (Figa). Selon les organisateurs, Blanche Bafiatissa et l'autre lauréate qui évolue dans la fabrication de jus naturel ne bénéficient pas seulement d'une enveloppe de 500 000 FCFA. Les deux Congolaises, porteuses de projets entrepreneuriaux, bénéficieront également d'un accompagnement dans le renforcement de leurs capacités.

Bianca food est un restaurant en ligne et en présentiel proposant de la gastronomie congolaise avec un service de livraison. « Merci beaucoup à la Calf et ses partenaires pour cet accompagnement qui permettra d'impulser Bianca food », s'est réjouie Blanche Bafiatissa.

La fondatrice de cette structure nourrit un rêve plus grand : faire don de repas aux per-



Blanche Bafiatissa brandissant son chèque pour Bianca food/DR

sonnes démunies et vulnérables. « Le souhait, c'est de se positionner dans les grands carrefours de Brazzaville et plus tard, dans d'autres villes du pays. Pourquoi cette initiative ? Simplement parce que nous pensons généralement aux personnes démunies et vulnérables qu'en période de crise sanitaire ou humanitaire et durant les saisons festives. Et le

reste des jours, on fait quoi de ces personnes ? C'est ici la valeur ajoutée que nous voulons donner à Bianca food », a-t-elle souligné.

Pour elle, ce projet en cours de préparation exige un grand travail de formation, une bonne stratégie de communication pour attirer les partenaires et faciliter la compréhension de la population face au scepticisme. « On n'a pas trop la

culture des banques alimentaires au Congo et certaines personnes pourraient se montrer méfiantes à cause des préjugés. D'où il nous faudra beaucoup travailler sur ce point et mobiliser une forte équipe de volontaires », a-t-elle dit.

Consciente du fait que le financement peut être un véritable handicap pour la croissance de plusieurs petites et moyennes

entreprises, Anna Mankesy, présidente de l'association Women around the world et présidente du comité d'organisation Calf 2024 Brazzaville, a indiqué qu'« au-delà de l'association, nous avons créé de côté un réseau de plus de 150 femmes, aux profils différents dont les entrepreneurs. Au terme de cette conférence, nous sommes en train de voir avec le Figa dans quelles mesures formaliser ce partenariat-là qui ferait que les membres de l'association ou même les membres du réseau de notre association pourraient facilement bénéficier de subventions ».

Elle a, par ailleurs, souligné le fait que « les deux dames ont reçu une subvention lors de cette 4e édition grâce au fonds créé au Gabon, au terme de la troisième édition de la Calf à Libreville. Nous n'avons pas fait d'appel à projets externes et nous avons pioché en fonction des retours sur leurs projets que nous avons eus au sein du réseau ». Une manière de faire appel à d'autres femmes à rejoindre le réseau de la Calf.

Merveille Jessica Atipo

Arts plastiques

Au cœur de la créativité de Reanna Pandi

Reanna Pandi, 24 ans, étudiante en master en population et développement à l'Université Marien-Ngouabi de Brazzaville, est une passionnée de l'art pinceau à la main, dans l'atelier Lindalala situé à Nkombo, dans le neuvième arrondissement Djiri, où elle évolue depuis quelques années.

« Mes tableaux illustrent souvent les traditions africaines, des événements quotidiens », dit Reanna Pandi, inspirée par des grands artistes peintres tels que Russel Ngouoni, Ange Luttera Nzaou et César Mabellet. Les œuvres réalisées par la jeune artiste sont une véritable ode à l'univers, à ses courbes, sa douceur, ses agressivités, ses imperfections et perfections. A travers ses tableaux d'art où l'on distingue de petits et grands formats, le tout agencé dans des couleurs dominantes, Reanna Pandi véhicule des messages instructifs à la société.

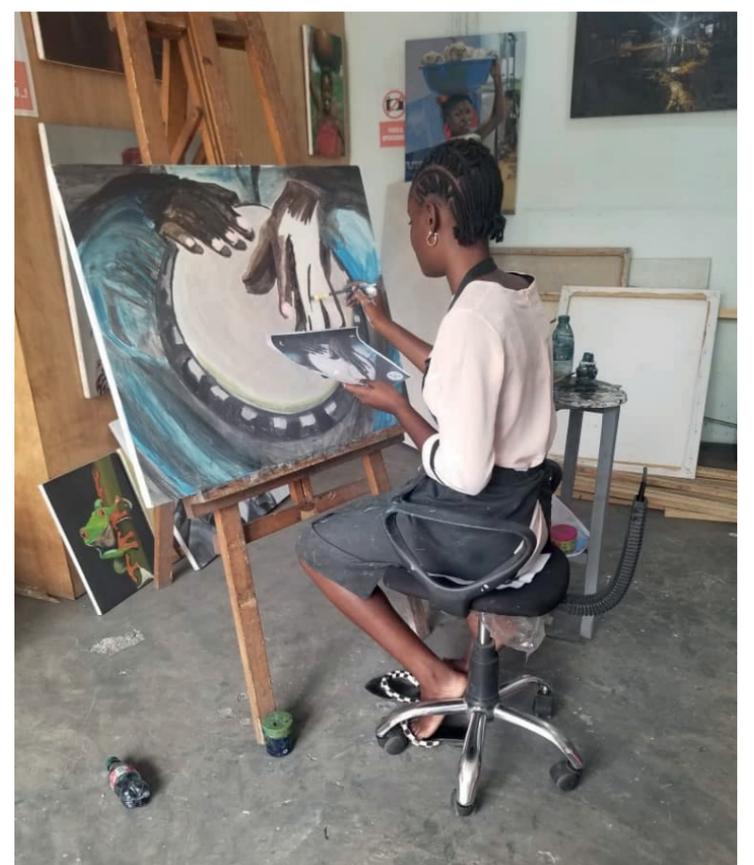
La jeune artiste rend hommage à l'univers dans toute sa dimension ; un hommage qui n'est pas qu'une simple reconnaissance mémorielle, mais aussi une quête d'équilibre mental. « Je puise mon inspiration dans

mon vécu, ce qui m'entoure et surtout dans la musique », explique-t-elle. A l'entendre, l'art est un moyen d'expression capable d'établir un dialogue entre le public et les œuvres et, par-là, le public peut être amené à découvrir le côté sensible de la passion. Ses œuvres en elles-mêmes sont le reflet de certains sentiments intimes qu'elle n'a pu traduire par la parole. De ses créations se dégage une évidence de poésie exceptionnelle que la richesse discrète des couleurs suscite l'admiration.

Le mouvement, le geste, l'expression des visages de ses œuvres portent l'émotion jusqu'au point extrême où la beauté et la forme se révèlent. Aussi, par le regard extérieur et intérieur qu'elle voue à la forme, l'artiste maîtrise la rhétorique et offre à ses œuvres

une vie, conçue comme un mémoire d'amitié, non seulement entre les œuvres et le public, mais aussi entre les œuvres et l'artiste où s'engage un dialogue des conscients. « Actuellement, mes œuvres sont exposées à l'hôtel Pefaco, dans le cadre de l'exposition collective « Tokutani » », a expliqué l'artiste.

Comme tout artiste, Reanna Pandi comprend que l'art est un vecteur de conscientisation, un outil d'expression que les hommes utilisent pour se communiquer les uns aux autres. Consciente de l'importance de l'expression artistique, elle pense qu'elle peut être utile dans tout domaine. Elle appréhende le monde avec une vision forte qui caractérise le bien-être et l'intérêt commun. « Ce métier n'est pas réservé uniquement aux hommes,



Reanna Pandi dans son atelier / DR

c'est un métier ouvert à tous sans distinction. Il suffit juste d'avoir beaucoup d'amour, de passion et de patience pour l'exercer. Moi j'ai commencé sans avoir un talent, mais avec beaucoup de travail et de persévérance, j'ai acquis le niveau que j'ai aujourd'hui »,

a-t-elle dit. L'art change la vie, apaise les cœurs et essaie aussi d'approcher les individus. Il n'a pas une langue précise et est accessible à n'importe quel être humain. Par son essence, l'art exprime ce qui est beau, les sentiments, les pensées diverses.

Cissé Dimi

Les souvenirs de la musique congolaise

Kosmos Moutouari et l'arène musicale congolaise

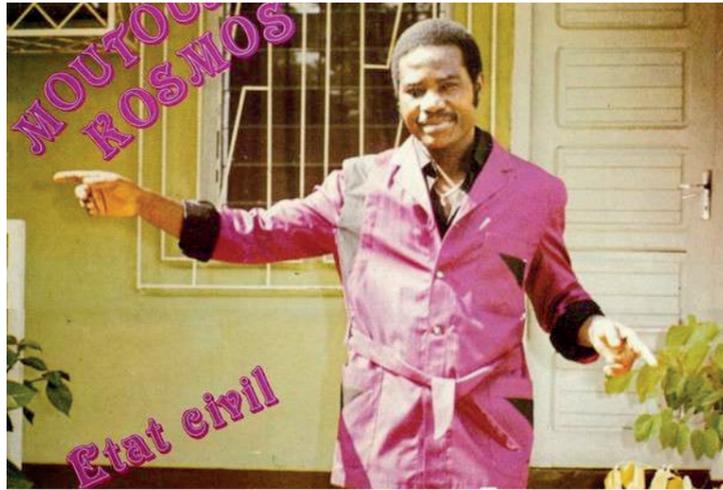
En 1965, les Bantous de la capitale recrutent un jeune chanteur nommé Côme Moutouari dit Kosmos. Il a 21 ans et sort sa première chanson intitulée « Ebandeli ya mosala » et plus tard « Makambo mibale ebomi mokili mobimba », deux tubes, véritables chefs-d'œuvre qui le hissent au firmament de la musique congolaise et connaissent un succès incontestable chez les mélomanes des deux rives du fleuve Congo.

« Ebandeli ya Mosala », un coup de maître que l'on peut traduire en français par le premier pas dans le monde du travail, frappe un plein dans le mille parmi les chômeurs et les salariés. Le jeune Kosmos est immédiatement propulsé dans la cour des grands musiciens. Après ce premier succès, il assure définitivement ses admirateurs avec son deuxième titre intitulé « Makambo mibale ebomi mokili mobimba », que l'on peut traduire par « les deux maux qui minent la société que sont l'argent et la femme ». Il emballe une fois de plus les mélomanes kinois et brazzavillois et par-delà l'Afrique tout entière. Au fil des temps, Kosmos et Pamela Mounka forment un duo étincelant qui émerveille le public à travers les titres « Masuwa », « Bolingo Mado », « Mokolo oko bala », etc.

A Dakar en 1966, et à Alger en 1969, pendant le Festival des arts nègres et le Festival panafricain de musique, Kosmos tient la dragée haute

avec ses compères de renom comme Pamela Mounka, Ganga Edo et Célestin Nkounka dans les Bantous de la capitale qui remportent la médaille de bronze, catégorie musique moderne, dans les deux villes. En 1972, à la suite d'une crise qui couve dans l'orchestre Bantous dont la résultante est son éclatement en trois groupes (Bantous, Nzoï et Le peuple), Kosmos conclut une alliance avec Pamela Mounka et Célestin Nkounka, et créent l'orchestre Le peuple du Trio Cépakos (Célestin, Pamela et Kosmos), trois figures emblématiques qui font la pluie et le beau temps de l'orchestre brazzavillois durant la décennie 1970.

Les chansons de Kosmos telles que « Kamwiya », « Lettre ouverte », « Vie privée », « Conseils gratuits », « Mila » connaissent un succès immense et mettent l'orchestre Le peuple sur orbite. Après une brillante épopée sur l'échiquier musical national, cet orchestre connaît un déclin à cause des contradic-



Kosmos Moutouari/DR

tions et tensions en son sein. En 1979, Kosmos quitte le groupe et opte pour une carrière en solo et bénéficie des qualités artistiques du célèbre guitariste Sammy Massamba, installé à Paris pour produire un opus aux éditions Safaris Ambiance. L'un des titres, « Tabali », connu un franc succès. L'année 2006 marque le retour sur scène des Bantous de la capitale après dix ans d'inactivité. Kosmos est présent dans le groupe qui est invité à participer au Festival musique métisse d'Angoulême

organisé du 18 au 19 mai, en France. Il sied de noter que pour des raisons de convenances personnelles, Kosmos quittera de nouveau l'orchestre Bantous pour créer son propre groupe dénommé « Les Salomes » qui fut un feu de paille.

Après les décès successifs des figures emblématiques de l'orchestre Bantous, à savoir Essous Jean Serge, Nino Malapet, Célestin Nkouka, Edo Ganga, les autorités congolaises, amoureuses de la bonne musique et soucieuses de perpétuer les

œuvres et sauver les acquis de l'orchestre, patrimoine national, mettent en place, le 2 janvier 2021, à l'issue d'une assemblée générale constitutive, un nouveau staff dirigeant et portent à la tête du comité Bantous Côme Kosmos Moutouari. Ipso facto, il signe son énième come-back dans les Bantous et se voit confier le poste de chef d'orchestre jusqu'à ce jour. Sous sa houlette, la participation de l'orchestre Bantous au Festival de musique organisé au Maroc a été sanctionnée par un trophée que le groupe s'apprête à présenter d'ici peu au président de la République. Dans un proche avenir, les Bantous de la capitale mettront à la disposition du public un opus composé d'une douzaine de chansons. Notons que le 25 juillet dernier, Kosmos venait de souffler ses quatre-vingts bougies marquant ses quatre-vingts ans d'âge et ses cinquante-neuf ans de carrière musicale dans la sphère musicale congolaise.

Auguste Ken-Nkenkela

ADIAC

Toute l'actualité
Du Bassin du Congo
EN VIDÉO

www.adiac.tv



AGENCE D'INFORMATION
D'AFRIQUE CENTRALE

LES DÉPÊCHES
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER
DE KINSHASA

☎ +336 11 40 40 56

✉ info@adiac.tv

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



- www.lesdepechesdebrazzaville.fr -

Lutte contre les effets de la crise climatique

Un accord signé entre le PAM et le PNUE

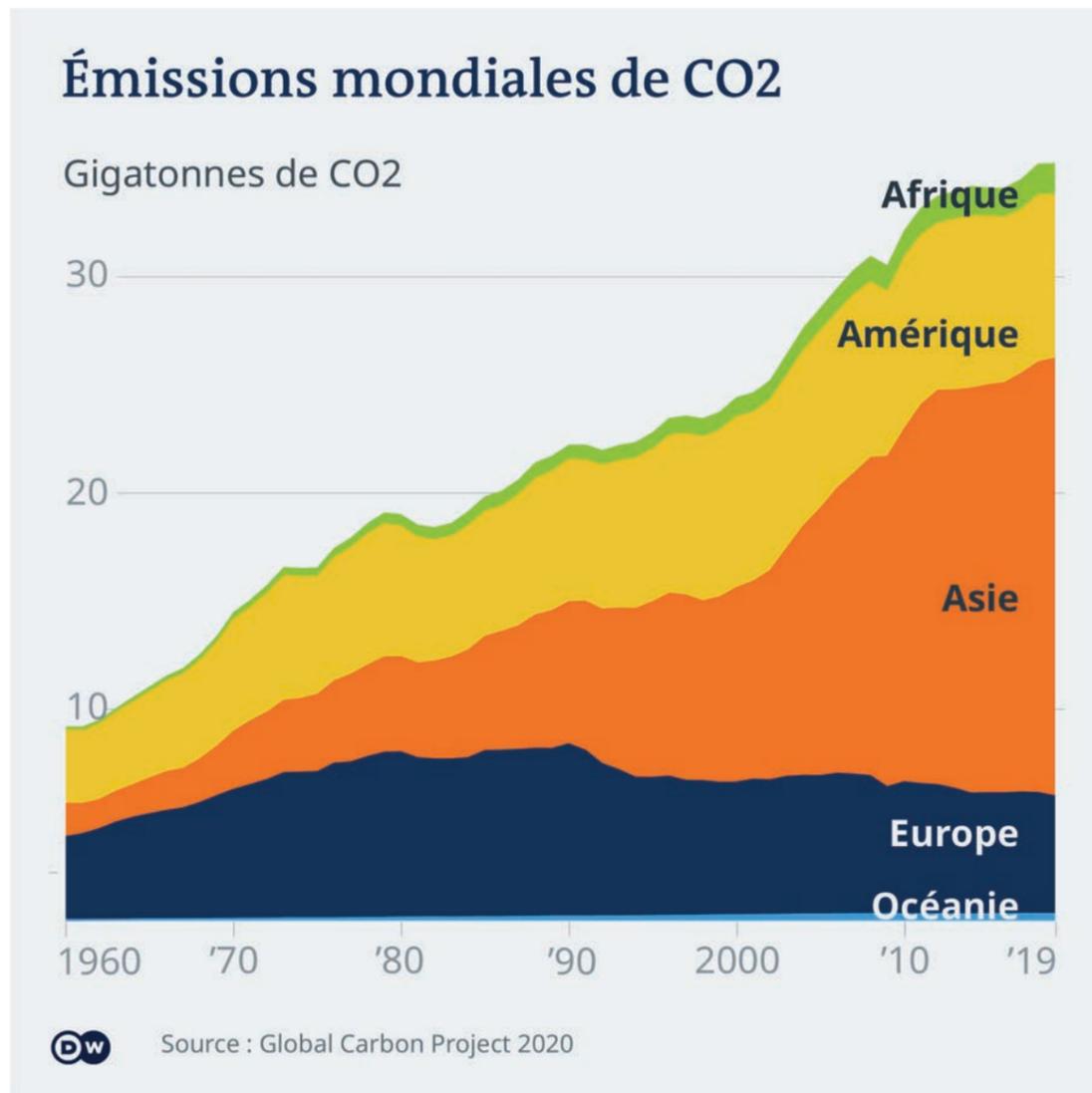
Le Programme alimentaire mondial (PAM) et le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) ont signé, le 5 mai, à Nairobi, au Kenya, un accord visant à lutter contre les effets dévastateurs de la crise climatique, de la dégradation de l'environnement, de la perte de biodiversité et des écosystèmes sur la sécurité alimentaire et hydrique de millions de personnes à travers le monde.

L'accord, signé par la directrice exécutive du PAM, Cindy McCain, et celle du PNUE, Inger Andersen, vise à favoriser la collaboration en matière d'adaptation au changement climatique, de systèmes alimentaires respectueux de la nature, de gestion des ressources en eau et de restauration des écosystèmes.

« Les aliments et l'eau vont de pair: il est urgent de restaurer nos écosystèmes et d'intensifier les programmes d'adaptation au climat pour faire en sorte que les générations futures disposent des ressources de base nécessaires pour produire suffisamment de nourriture », a déclaré la directrice exécutive du PAM.

« L'empreinte mondiale et l'échelle opérationnelle du PAM, combinées à l'expertise scientifique de haut niveau du PNUE, aideront les gouvernements, les communautés et les familles en première ligne de la crise climatique à mieux se protéger. Notre partenariat contribuera à réduire les besoins humanitaires et soutiendra des solutions à long terme pour lutter contre la faim », a-t-elle ajouté.

L'eau et la sécurité alimentaire sont inextricablement liées. La qualité et la quantité de l'eau, qu'elle soit trop abondante ou



insuffisante, affectent négativement la production, l'accessibilité, la disponibilité et l'utilisation des denrées alimentaires.

Les extrêmes climatiques tels que les sécheresses et les inondations augmentent en intensité et en fréquence et accélèrent

la dégradation de l'environnement, la perte d'écosystèmes et, en fin de compte, la capacité de la population à produire et à

accéder à une nourriture suffisante.

« Si nous collaborons plus étroitement ensemble, nous pouvons avoir un impact réel et significatif. Nous pouvons déployer des mesures d'atténuation du changement climatique et renforcer l'adaptation à ses effets. Nous pouvons aider la population vulnérable à faire face aux conflits liés à la nature et aux catastrophes naturelles. Nous pouvons maintenir des écosystèmes sains, productifs et résilients. Nous pouvons remplir nos deux mandats et réduire le cercle vicieux des crises humanitaires et environnementales », a estimé, de son côté, la directrice exécutive du PNUE.

Le PAM et le PNUE œuvreront avec les communautés locales, les gouvernements locaux et nationaux, les organismes régionaux, les partenaires des Nations unies et d'autres parties prenantes pour améliorer la sécurité alimentaire, hydrique et environnementale des communautés vulnérables en associant les données et la science à la capacité de restaurer les écosystèmes dégradés, de mettre en place et d'étendre les mesures d'adaptation à la crise climatique et de soutenir les pratiques agricoles durables.

Boris Karl Ebaka

Chronique

Promouvoir l'initiative « zéro déchet »

La première journée internationale du zéro déchet a été célébrée cette année. Elle vise à promouvoir les initiatives « zéro déchet » et à souligner comment celles-ci peuvent réduire l'utilisation des ressources et produire moins de déchets ainsi que de pollution à tous les stades du cycle de vie d'un produit, afin de faire progresser le développement durable. La plupart des grandes villes à travers la planète sont confrontées au phénomène des déchets. Brazzaville, par exemple, croule sous le poids des déchets qui ne sont pas ramassés.

L'expression « zéro déchet » désigne les efforts déployés pour réduire, réutiliser, redéfinir et recycler, pour jeter moins en faisant un meilleur usage de ce que l'humanité produit et pour concevoir des produits qui ne finissent pas en déchets, en particulier après un seul usage. Les avantages du « zéro déchet » comprennent des océans propres et de l'air pur, des sols fertiles et des villes saines, ainsi que des économies résilientes et une extraction durable. Il s'agit d'un élément clé de la circularité, qui est le concept selon lequel les déchets potentiels qu'un produit génère à la fin de sa vie sont pris en compte au moment de la fabrication. Une économie circulaire implique la réduction et la minimisation des déchets tout au long du cycle de vie des produits.

Il faut savoir que chaque année, l'humanité produit plus de 2 milliards de tonnes de déchets solides urbains, dont 45 % ne sont pas traités dans



des installations contrôlées. Si aucune mesure n'est prise d'urgence, ce chiffre atteindra près de 4 milliards de tonnes d'ici à 2050. Les déchets, notamment les emballages en plastique, les aliments, les vêtements, les appareils électroniques et les débris provenant des sites miniers et de construction, ont des conséquences désastreuses pour la santé humaine ainsi que

l'économie et aggravent la triple crise planétaire du changement climatique, de la perte de la nature, de la biodiversité et de la pollution. Les pauvres sont touchés de manière disproportionnée, et jusqu'à 4 milliards de personnes n'ont pas accès à un système d'élimination des déchets adéquat.

La journée « zéro déchet » est l'occasion pour chacun de repenser son mode de consommation, de refuser le gaspillage, de trouver des valeurs de réutilisation et de recyclage des matériaux. Cette journée doit nous permettre de réfléchir à la manière dont nous et notre société pouvons être attentifs aux déchets. Grâce à la célébration de la Journée internationale du « zéro déchet », les experts espèrent que la promotion des initiatives zéro déchet et la mise en lumière de la crise des déchets pourront inspirer des actions à l'échelle mondiale.

Boris Kharl Ebaka

Le saviez-vous ?

Emmanuel Dongala est lauréat 2011 du Prix Ahmadou-Kourouma

Le saviez-vous? Né le 14 juillet 1941 à Alindao (République centrafricaine), Emmanuel Boundzéki Dongala est un écrivain d'origine congolaise formé en France avant de devenir professeur de chimie à Brazzaville où il vit l'essentiel de son existence jusqu'à son départ pour les Etats-Unis, en 1997. Emmanuel Boundzéki Dongala recevait, le 2 mai 2011, à Genève, en Suisse, le prix dédié à l'auteur Ivoirien, Ahmadou Kourouma, dans le contexte du Salon africain du livre, de la presse et de la culture de Genève pour son roman « Photo de groupe au bord d'un fleuve ».

Publié aux éditions Actes Sud (2010), « Photo de groupe au bord d'un fleuve » décrit avec humour et tendresse un moment de révolte dans la vie d'une douzaine de femmes, astreintes à un travail de forçat, celui de casser les blocs de pierre pour en faire du gravier, dans une carrière au bord d'un fleuve

africain. Tournant le dos à l'exotisme, par sa description décapante des rapports de pouvoir dans l'Afrique contemporaine, ce roman s'inscrit dans la plus belle tradition du social et humaniste et de l'humour en plus. Le récit aborde des thèmes tels que la lutte contre l'injustice, la solidarité féminine et la corruption tout en offrant un message d'espoir face à la misère et à la violence.

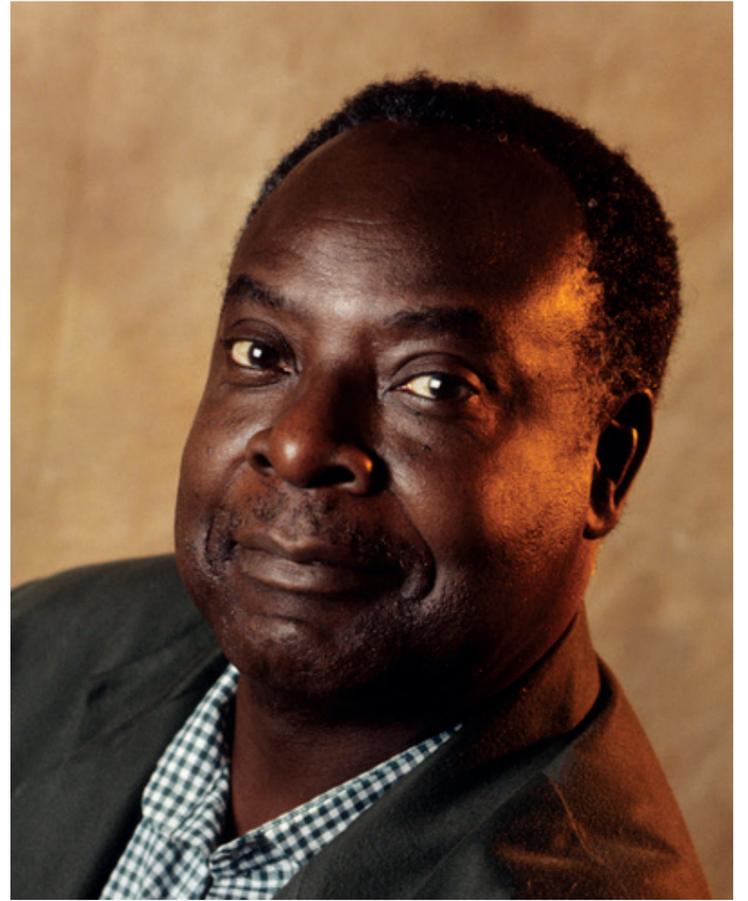
En plus de ce prix, Emmanuel Dongala a également reçu d'autres distinctions, dont le Prix Virilo en 2010, 2003 : Prix Fonlon-Nichols de l'excellence littéraire, 1998 : Prix RFI-Témoin du monde 1998, « Les petits garçons naissent aussi des étoiles » ; Prix Ladislas-Dormandi, « Un fusil dans la main, un poème dans la poche »...

Il est auteur de plusieurs adaptations théâtrales et possède d'autres ouvrages dans son anthologie, notamment « Le miracle de Noël », 1995, d'après la nouvelle

« L'Enfant miraculé de Tchicaya U Tam'si » ; « Le premier matin du monde », 1984 ; « Mes enfants ? Quels enfants ? », 1990 ; « Le feu des origines », Albin Michel, 1987 ; « La sonate à Bridgetower », Arles, Actes Sud, coll. ; « Domaine français », 2017 ; « Johnny chien méchant », Paris ; « Le serpent à plumes », coll. « Fiction française », 2002 et biens d'autres.

Les auteurs et les ouvrages suivants ont aussi été récompensés par le Prix Ahmadou-Kourouma : 2010 : Florent Couao-Zotti pour son polar « Si la cour du mouton est sale, ce n'est pas au porc de le dire » (Serpent à plumes) ; 2009 : Kossi Efoui, pour « Solo d'un revenant » (Seuil) ; 2008 : Nirmrod, pour le « Bal des princes » (Actes Sud).

Créé en 2004, à l'initiative conjointe de Jacques Chevrier, professeur émérite à la Sorbonne, et de Pierre-Marcel Favre, fondateur du Salon international du livre et de la presse de Genève,



Emmanuel Dongala/DR

ce prix récompense un ouvrage, essai ou fiction consacré à l'Afrique noire, et dont l'esprit d'indépendance, de

lucidité et de clairvoyance s'inscrit dans le droit fil de l'héritage légué par Ahmadou Kourouma.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourse de recherche Eduard-Gübelin dans les domaines des sciences de la terre

La bourse de recherche Dr Eduard-Gübelin est une subvention annuelle allouée à un projet de recherche innovant dans le domaine de la gemmologie décernée par l'Association Dr Eduard-Gübelin.

La bourse vise à fournir un financement et un soutien aux étudiants de master/doctorat ou aux chercheurs postdoctoraux dans les domaines des sciences de la terre (minéralogie, géologie, géochimie), de la cristallographie, de la chimie, de la physique, des sciences des matériaux, de l'archéologie, de la biologie et des domaines connexes, pour poursuivre un projet de recherche dans le domaine des sciences de la terre ou dans un domaine scientifique connexe.

La proposition de projet retenue doit être véritablement innovante, avec une réflexion nouvelle démontrable ; elle doit s'aventurer dans de nouveaux domaines, tester de nouveaux concepts et méthodes, et ainsi contribuer à l'avancement des connaissances en gemmologie.

Admissibilité

La bourse est ouverte aux étudiants et chercheurs de niveau master, doctorat ou post-doctorat. Les candidats doivent être titulaires d'une licence en sciences de la terre, chimie, physique, sciences des matériaux ou autre science dure. Le bénéficiaire de la bourse, c'est-à-dire le candidat, doit être une personne plutôt qu'une institution ou une entreprise. Cependant, les candidats sont encouragés à soumettre des propositions de projets impliquant une collaboration avec une université ou un autre institut de recherche. Les candi-

dates ne doivent pas avoir plus de 40 ans. Les candidatures sont les bienvenues pour les personnes de toute nationalité. Aucune relation de travail n'existera entre le bénéficiaire de la bourse et l'Association Dr Eduard-Gübelin pour la recherche et l'identification des pierres précieuses, le Gübelin Gem Lab ou toute autre entité du groupe Gübelin. En tant que telle, l'Association n'est pas responsable des frais d'assurance sociale.

But

La bourse de recherche Dr Eduard-Gübelin vise à fournir un financement et un soutien – financier, organisationnel et infrastructurel – à un étudiant ou à un scientifique pour poursuivre un projet de recherche dans le domaine des sciences de la terre ou dans un domaine scientifique connexe.

Fournisseur de bourses d'études

La bourse est octroyée par l'Association Dr Eduard-Gübelin pour la recherche et l'identification des pierres précieuses de Lucerne, en Suisse. Cette association est une organisation à but non lucratif basée à Lucerne, en Suisse. Pour la bourse, l'association collabore étroitement avec le Gübelin Gem Lab, qui fournit un soutien administratif et supervise le développement du projet/candidat retenu.

Cible

Cette bourse est destinée aux étudiants/chercheurs dans

les domaines des sciences de la terre (minéralogie, géologie, géochimie), de la cristallographie, de la chimie, de la physique du solide, des sciences des matériaux, de l'archéologie, de la biologie et des domaines connexes. Le projet retenu doit être véritablement innovant, avec une réflexion novatrice démontrable ; il doit s'aventurer dans de nouveaux domaines et tester de nouveaux concepts et méthodes, contribuant ainsi à l'avancement des connaissances en gemmologie. Voir également les conditions et les délais ci-dessous.

Admissibilité

La bourse est ouverte aux étudiants et chercheurs de niveau master, doctorat ou post-doctorat. Les candidats doivent être titulaires d'une licence en sciences de la terre, chimie, physique, sciences des matériaux ou autre science exacte. Le bénéficiaire de la bourse, c'est-à-dire le candidat, doit être une personne plutôt qu'une institution ou une entreprise. Cependant, les candidats sont encouragés à soumettre des propositions de projets impliquant une collaboration avec une université ou un autre institut de recherche. Les candidats ne doivent pas avoir plus de 40 ans. Les candidatures sont les bienvenues pour les personnes de toute nationalité.

Par Concoursn

Nutrition

Les cinq piliers de l'alimentation du sportif

« Avoir les jambes sans le carburant est aussi inutile qu'avoir le carburant sans les jambes ! », lit-on sur le site internet de Nicolas Aubineau, diététicien-nutritionniste. Une façon de dire que dans le sport, l'alimentation tient un rôle au moins aussi important que l'entraînement.

S'il existe des spécificités en fonction des disciplines pratiquées – force ou endurance notamment –, l'alimentation du sportif répond globalement à de grandes règles. Spécialiste de la question, Nicolas Aubineau en retire cinq principales.

1 – Hydratation : « A mes yeux, c'est la clé de voûte, dans la mesure où sans une bonne hydratation, un sportif ne peut pas réaliser de performance ». Donc un apport en eau bien sûr, avant, pendant et après la compétition ou l'entraînement, « pour hydrater nos cellules », schématise-t-il. voire des boissons de type énergétique durant l'effort et d'autres, de récupération, à son issue. L'enjeu : combler rapidement les déficits (nutriments, minéraux...) occasionnés par la dépense calorique. Sans compter que « cette phase hydrique aide l'organisme à digérer, absorber et assimiler les aliments, aux niveaux respectivement du tube digestif, de

l'intestin et de la cellule ».

2 – Fibres : celles-ci concourent aussi à améliorer le confort digestif, « avant, pendant et après l'effort ». Donc des apports de légumes et de légumineux (lentilles...) « en qualité et quantité, qui vont nourrir la flore intestinale en termes de population bactérienne et faciliter ainsi le travail digestif et l'absorption des aliments », développe Nicolas Aubineau.

3 – Glucides : le diététicien-nutritionniste distingue deux phases durant lesquelles ces glucides (pâtes, riz, quinoa...) sont importants : après les entraînements, « un timing optimal car l'organisme constitue d'excellentes réserves lorsqu'il est en phase de récupération ». Et ponctuellement, avant une compétition au long cours (marathon, trail...), cette fois-ci pour « créer une sur-compensation » et « mettre de l'énergie dans le réservoir ».



4 – Graisses de qualité : « On ne bannit pas forcément le gras », plaide-t-il. En tout cas, pas toutes les graisses... « Chaque jour, nous reconstruisons des cellules. Il est nécessaire, pour cela, d'apporter à l'organisme des acides gras de qualité, type omega 3 », conseille-t-il. Pour agrémenter vos salades, misez sur l'huile d'olive, de colza, de lin ou encore de cameline.

5 – Du frais : c'est-à-dire pas de produits transformés ! Pourquoi ? « Pour soulager les éboueurs du corps que sont, par exemple, le foie et les reins, cherchons toujours à avoir une alimentation la

plus naturelle possible », argumente Nicolas Aubineau. Les produits transformés tendent, en effet, à encrasser l'organisme avec un risque de « problèmes inflammatoires. Et donc chez le sportif, de blessures et autres infections ».

Destination santé

Technologie

Et si le smartphone était bon pour la mémoire ?

Mauvais pour la concentration, les apprentissages, la santé mentale..., très pratique au quotidien, le smartphone est loin d'être paré de toutes les vertus si l'on s'intéresse à ses effets sur le cerveau. A contre-courant, des chercheurs britanniques affirment qu'il pourrait avoir un impact bénéfique sur la mémoire.

L'utilisation intensive du smartphone peut être franchement néfaste pour nos capacités cognitives, lit-on de publication scientifique en publication scientifique. Délétère pour le cerveau des enfants, le smartphone rendrait paresseux celui des adultes qui ont tendance à le dégainer pour le moindre acte de la vie quotidienne. Mais en est-on si sûr ?

C'est ce qu'ont voulu vérifier des chercheurs de l'University College de Londres au travers d'une expérience de mémorisation menée sur 158 personnes âgées de 18 à 71 ans. Les scientifiques leur ont montré des cercles numérotés, classés de part et d'autre d'un écran tactile. Après avoir observés les cercles, les participants devaient les faire glisser du bon côté. Plus le nombre de cercles bien rangés était élevé, plus la rémunération des participants était importante à la fin de l'expérience.

Mais le montant de la récompense était conditionné à un autre facteur : les chercheurs avaient attribué une « grande valeur » à l'un des côtés. Bien placer un cercle à cet endroit valait dix fois plus d'argent que faire la même chose côté « faible valeur ». Au total, les participants ont réalisé l'expérience seize fois. La moitié en utilisant uniquement leur mémoire interne, celle de leur cerveau, et l'autre en s'aidant d'une mémoire externe : l'écran tactile, sur lequel ils ont pu enregistrer des informations.

Mémoire externe

Un dispositif complexe pour des résultats qui ont un peu surpris les chercheurs : ils ont, en effet, constaté que les partici-



pants faisaient le choix d'utiliser l'appareil numérique pour stocker les informations très importantes (le positionnement des cercles de grande valeur) et qu'ils s'en souvenaient mieux que lorsqu'ils ne les avaient pas enregistrées ! D'autre part, « nous avons également constaté que le dispositif améliorerait la mémoire des personnes pour les informations non sauvegardées », indique le Dr Sam Gilbert, neuroscientifique à l'UNL et auteur principal de l'étude.

En d'autres termes, l'utilisation d'un appareil numérique comme mémoire externe aiderait non seulement à mieux se souvenir des informations enregistrées dans l'appareil, mais aussi d'informations non enregistrées. « Ces résultats montrent que les outils de mémoire externe fonctionnent », estime le Dr Sam Gilbert. A condition toutefois de ne pas être trahi par ces outils. « Nous devons veiller à retenir les informations les plus importantes. Sinon, en cas de défaillance d'un outil de mémorisation, nous pourrions nous retrouver avec rien d'autre que des informations de moindre importance dans notre propre mémoire », précise-t-il.

D.S.

Violences conjugales

24 % des adolescentes de la planète en sont victimes

Selon une étude de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les taux de violence sexuelle et/ou physique sur les adolescentes au sein du couple sont alarmants. Un quart d'entre elles est concerné dans le monde. Des violences subies très tôt qui impacteront durablement leur avenir.

Parmi les adolescentes en couple ou qui ont été en couple dans le monde, près de 19 millions d'entre elles, soit 24 %, auront subi des violences physiques et/ou sexuelles de la part de leur partenaire avant l'âge de 20 ans. C'est la conclusion alarmante d'une vaste étude menée par l'OMS et publiée le 29 juillet dans la revue *The Lancet Child & Adolescent*. A partir des données collectées par l'OMS entre 2000 et 2018 dans 161 pays, cette première étude établit la prévalence mondiale des violences physiques et/ou sexuelles subies par les jeunes filles de 15 à 19 ans ayant eu des relations intimes. 16 % d'entre elles ont subi ces violences dans l'année écoulée. Les violences psychologiques n'ont pas été incluses dans l'étude, sans mesure internationale comparable disponible.

Le mariage des filles, facteur important de violences

« D'après les estimations de l'OMS, les régions les plus touchées sont l'Océanie (47 %) et l'Afrique subsaharienne centrale (40 %), par exemple, tandis que les taux les plus bas se situent en Europe centrale (10 %) et en Asie centrale (11 %) », note l'OMS dans un communiqué. Parmi les pays les moins touchés par ces violences, les taux les plus bas atteignent 6 %, 49 % dans les pays où ces violences sont les plus élevées. Ainsi, pour l'heure, aucun pays n'est en voie d'éliminer la violence contre les femmes et les filles d'ici à 2030, comme fixé par les 17 objectifs de développement durable des Nations unies.

Dans les pays (ou régions) les plus à risque, un socle commun a été identifié :

faible revenu ;
moins de filles à fréquenter l'école secondaire ;
droits de propriété et d'héritage plus faibles

que pour les hommes ; mariage des filles avant l'âge de 18 ans (une fille sur cinq dans le monde).

Ce dernier point « augmente considérablement les risques, car les différences d'âge entre les conjoints créent des déséquilibres de pouvoir, une dépendance économique et un isolement social, autant de facteurs qui augmentent la probabilité de subir des abus », précise l'OMS.

Un enjeu de santé publique

Concernant la santé de ces jeunes femmes, être victimes de violences physiques et/ou sexuelles accroît, entre autres, le risque de blessures, de dépression, de troubles anxieux, de grossesse non désirée et d'infections sexuellement transmissibles.

« Étant donné que la violence au cours de ces années cruciales de formation peut avoir des conséquences graves et durables, elle doit être prise plus au sérieux et considérée comme un problème de santé publique, et il faut mettre l'accent sur la prévention et le soutien ciblé », a déclaré le Dr Pascale Allotey, directrice du département santé sexuelle et reproductive de l'OMS.

Pour le Dr Lynnmarie Sardinha, administratrice technique chargée des données et des mesures relatives à la violence à l'égard des femmes à l'OMS, « il faut garantir l'éducation secondaire pour toutes les filles, garantir que les hommes et les femmes ont les mêmes droits de propriété et mettre fin aux pratiques néfastes telles que le mariage d'enfants, qui sont souvent sous-tendues par les normes de genre inéquitables qui perpétuent la violence à l'égard des femmes et des filles ».

D.S.

La France et l'olympisme

Une histoire inoubliable

La France a tissé des liens étroits et fascinants avec l'Olympisme depuis plus de cent ans, faisant d'elle un acteur majeur et incontournable dans l'histoire des Jeux olympiques. Explorons en détail comment ce pays a été le théâtre des moments historiques marquants et de «premières» inoubliables tout au long de l'évolution de ce grand événement sportif mondial.

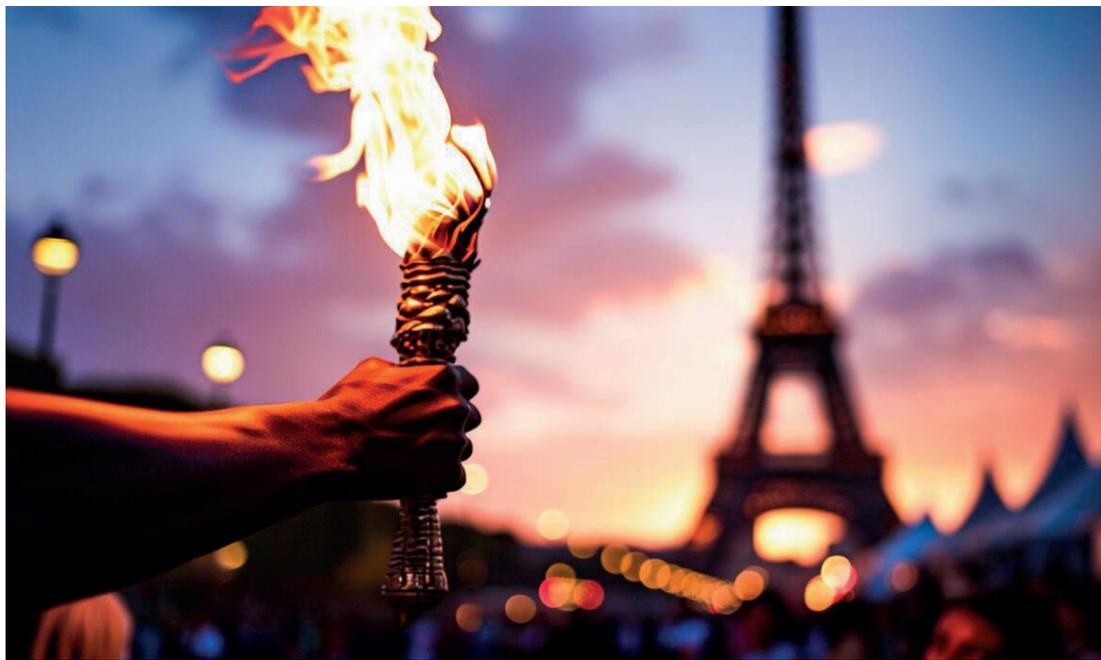
C'est sur la terre française que l'olympisme a connu une renaissance triomphante au seuil du XXe siècle, porté par la vision éclairée de Pierre de Coubertin. En 1894, le tout premier congrès olympique s'est tenu à La Sorbonne, ouvrant ainsi la voie à une nouvelle ère de compétition sportive empreinte d'idéaux nobles et universels.

La France a eu l'honneur d'accueillir les Jeux Olympiques (JO) à cinq reprises. Chaque édition a été marquée par d'innombrables instants emblématiques, des performances sportives d'exception et des festivités mémorables qui ont laissé une empreinte indélébile dans les mémoires.

En 2024, l'histoire des JO et celle de la France fusionnent à nouveau. Cette édition très attendue promet d'être une célébration sans pareille, conjuguant tradition et innovation pour offrir un spectacle grandiose mêlant sport de haut niveau et riche patrimoine culturel français.

Au-delà de l'euphorie des compétitions et des célébrations, les JO laissent un héritage durable dans le pays hôte. Les infrastructures sportives modernisées, les investissements dans le développement durable, et les programmes d'engagement communautaire perdurent bien après la clôture des Jeux. Cette vision à long terme témoigne de l'engagement continu du pays envers l'excellence sportive, l'innovation et la promotion des valeurs olympiques pour les générations futures.

L'olympisme est bien plus qu'un simple événement sportif pour les Français; c'est une véritable passion qui anime le cœur de millions de personnes à travers le pays. Des supporters fervents aux athlètes dévoués, chacun participe à sa manière à la célébration de l'esprit olympique et à la promotion des valeurs de respect, d'unité et d'excellence. L'engouement pour les JO ne se limite pas aux seules éditions organisées en France. Il transcende les frontières pour tou-



cher des publics du monde entier, unissant les individus dans un même élan de fraternité et d'inspiration. Cette passion olympique, héritée des glorieux moments du passé et entretenue par les exploits des athlètes contemporains, continue de brûler ardemment dans le cœur

de la nation française, prête à s'embraser à chaque nouvelle compétition.

Au fil des décennies, la France a su laisser une empreinte indélébile sur l'olympisme, contribuant ainsi à son essor et à sa diffusion à travers le monde entier. De la rénovation des

Jeux voulue par Pierre de Coubertin à l'organisation de ceux de Paris 2024, cette histoire commune illustre l'engagement constant du pays envers les nobles idéaux portés par les valeurs olympiques.

Roch Blanchard Okemba

AGENCE D'INFORMATION D'AFRIQUE CENTRALE

LES DÉPÊCHES
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER
DE KINSHASA

LES DÉPÊCHES
DU BASSIN DU CONGO

L'ACTUALITÉ AU QUOTIDIEN

ADIAC NEWSLETTER

L'information du congo
et de sa région en un clic !

Identifiez-vous gratuitement pour recevoir
la newsletter et restez informé des
principaux faits marquants de l'actualité

Brazzaville 84, boulevard Denis-Sassou-N'Gusso
Brazzaville - République du Congo
(+ 242) 05 532 01 09
info@lesdepechesdebrazzaville.fr

Plaisirs de la table

Tout est bon dans le gombo !

Appartenant à la famille des malvacées, le nom gombo ou gumbo en anglais est un des condiments les plus cultivés et consommés en Afrique. On le dénomme : Quimbombó à Cuba, lalo à l'île de La Réunion et l'île Maurice, calou en Guyane, calalou en Haïti, lady's finger (doigt de femme) dans plusieurs pays anglophones, okra au Ghana, en Louisiane et dans le sud des États-Unis ou ketmie-gombo dans d'autres nations.

Source de magnésium, de calcium, de manganèse et de bien d'autres nutriments tels que la vitamine K, le rôle que joue cet aliment est essentiel dans la formation des os notamment et dans la carence en vitamines K et B1. Ce petit légume est un antispasmodique, digestif, anti-inflammatoire et aiderait à lutter contre le mauvais cholestérol, selon les spécialistes en la matière. Mais la liste des nombreux atouts n'est pas exhaustive, le gombo abaisserait aussi la tension artérielle.

Très peu calorique, le légume d'un vert éclatant ou foncé renferme aussi du fer. Les bienfaits sur l'organisme humain sont d'autant plus

nombreux à cela que l'on consomme du gombo cru ou bouilli.

Ce véritable allié pour la santé est désigné différemment selon que se trouve à la Réunion où il est appelé lalo, aux USA il est plus connu par le lady finger et en Asie le mot okra serait le plus répandu.

Si au Congo il n'est plus à présenter, le dongo-dongo ou tout simplement le gombo est l'ingrédient indispensable qui sert à épaissir les bouillons ou les sauces.

Sous forme de capsule le fruit de la plante annuelle nommée gombo varie de longueur selon les variétés. Il renferme des petites graines blanches qui selon les préférences sont retirées du fruit pour une meilleure présenta-



tion du plat au final.

Associé dans la plupart des bouillons de poissons frais ou fumés et surtout dans les mélanges de légume du gombo, on apprécie son côté gluant, petite touche finale que chaque ménagère, bon cuisinier n'oubliera pas d'in-

corporer.

Pilé, coupé en rondelles ou dans le sens de la longueur, le gombo est consommé en Afrique dans de nombreux pays où il occupe une place de choix juste après la tomate.

Mais il est incontournable

dans d'autres pays comme l'Inde, le Brésil, dans le bassin méditerranéen où encore dans les pays arabes.

Ils se choisissent bien tendres et aussi bien fermes. Comme pour tout aliment, on évitera de sélectionner des légumes qui présentent des tâches ou autres imperfections.

Si en Afrique, le gombo est le typique ingrédient des sauces blanches ou rouges, ailleurs le gombo se déguste aussi cru dans des compositions de salades spécialement.

Nombreux ne le savent pas mais le gombo peut être remplacé avec des petites aubergines le tout mélangé avec des assaisonnements bien frais.

Imane de Imelda

RECETTE

Sauce gombo aux épinards

INGRÉDIENTS

500g de poisson fumé de votre choix (1 poisson moyen)
 200g de crevettes séchées
 200g d'épinards (à couper)
 100g gombo (à piler)
 3 tomates fraîches (à piler)
 1 poivron vert (à découper)
 1 filet d'huile d'arachide
 1 oignon (à couper)
 Quelques tiges de ciboule (à piler)
 2 piments (facultatifs)
 Sel

PRÉPARATION

Commencer par laver à grande eau les légumes, les crevettes et le poisson fumé.

Puis couper également les légumes finement. Le poisson fumé bien ramolli doit être décortiqué en petits morceaux.

Dans une casserole, mettre de l'eau à bouillir avec du sel, les légumes ainsi que les autres ingrédients. Porter le tout à ébullition jusqu'à ce que la sauce prenne bien.

Juste avant la fin de la cuisson, incorporer les crevettes dans le mélange, le piment, le filet d'huile, le poivron découper un peu grossièrement et le gombo.

Bon appétit !



I.de I.

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 vivez les choses comme vous l'entendez et cela vous fait le plus grand bien. Voyages et retrouvailles en perspective, vous coulerez de jours heureux ces prochaines semaines et pourrez vous recentrer.

Lion
(23 juillet-23 août)

Vous êtes inspiré et prêt à vous engager auprès d'initiatives qui vous tiennent à cœur. Cette dynamique vous fait rencontrer un certain nombre de personnes et vous ouvre à de nouveaux horizons.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Votre pouvoir de séduction se trouve décuplé cette semaine. Les célibataires sauront en profiter et en faire bon usage. Vous rencontrez de belles victoires et pourrez les savourer pleinement.

Taureau
(21 avril-21 mai)

Vous donnez une image de vous-même parfois bien éloignée de la réalité. La sincérité vous rendra quelques services surtout dans le milieu professionnel, donnez-vous cette chance pour vous accomplir.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous voilà déterminé à bouger les choses et à ne plus subir les humeurs des autres. Vous apprendrez beaucoup sur vous et retiendrez des leçons qui vous serviront. Vous êtes prêt à évoluer.

Verseau
(21 janvier-18 février)

Votre susceptibilité vous joue des tours ! vous avez tendance à tout prendre contre vous et cela pourrait vous porter préjudice. Le monde ne tourne pas autour de vous, prenez un peu de recul sur les choses.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous donnerez beaucoup et pourrez être déçu de ce qui vous revient pas en retour. Ne soyez pas trop défaitiste, les choses peuvent changer plus vite que vous ne le pensez, peut-être que la stratégie à adopter est simplement différente.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous devrez vous ouvrir davantage aux autres si vous voulez être soutenu. Particulièrement auprès des personnes avec qui vous êtes en désaccord. Vous pourrez provoquer d'heureux hasards.

Poisson
(19 février-20 mars)

Vous serez amené à repenser différemment les choses. Ces changements de cap ne sont pas forcément néfastes pour vous, vous saurez tirer parti de n'importe quelle situation. Ne laissez pas la panique vous envahir.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Détendu et apaisé, vous abordez cette semaine et celles à venir avec une certaine sérénité qui vous sera bénéfique. Essayez de garder cet état d'esprit tant que vous pouvez en vous ménageant au mieux.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Un soutien familial sera tout particulièrement bienvenu cette semaine. Vous pourrez compter sur vos proches parents et vous sentirez plus léger. La complicité est au rendez-vous.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous pourrez vous fier à votre instinct et vous laisser guider. Vous faites un tri naturel des situations et des personnes qui vous dérangent. Attention à vos finances, vous avez tendance à gaspiller.

PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE 4 JUILLET 2024

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

MAKELEKELE
Pharmacie de jour
 Centre Sportif
 Mazayu de Kin-soundi
 La Providence
 Galien
 Pharmacie de L'OMS
Pharmacie de nuit
 Grand séminaire
 Rondpoint Makélé-kélé
 Kisito
 Goldine

BACONGO
Pharmacie de jour
 Raph
 Dr Jesus (ex Saint-Michel)
 Saint-Pierre NG
Pharmacie de nuit
 Sandza
 Prosper
 Commission
 La Glacière

POTO-POTO
Pharmacie de jour
 Divina
 La Gare
 Marché Poto-Poto
 Renande et Maat
 Clairon

MOUNGALI
Pharmacie de jour
 Avenue de la paix
 Espérance
 Gim
 Pont du centenaire
 Del Grâce
Pharmacie de nuit
 Celmesterica et Jenny
 Délivrance
 Jagger
 Bouéta Mbongo
 La Renaissance
 Liema
 La Grâce

OUENZE
Pharmacie de jour

Mapassi
 Soberne
 Ghalis
 Beatitude
 Rhina
Pharmacie de nuit
 Sophiana
 Désir
 Tsiémé
 Ebina
 Bouéta Mbongo
 Coronella

TALANGAI
Pharmacie de jour
 Denise
 Cirade
 Goless
 Gelia Marcela
Pharmacie de nuit
 Esplanade
 Saint Rober
 Galy
 Jaque Rufin
 Père Emeraude
 Immaculé
 Eckodis
 Louanges
 Lycée T.Sankara
 Croix Sainte

MFILOU
Pharmacie de jour
 Hebron
 Le Bled
 Divine
Pharmacie de nuit
 El Rodriguo
 Ô Océanne
 Bethesda
 Exode

DJIRI
Pharmacie de jour
 Antony
 Du Domaine
 La Frédina
 Kev
Pharmacie de nuit
 Oasis

MADIBOU
Pharmacie de jour
 L'OMS
Pharmacie de nuit
 Victorieuse