



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° 298 - VENDREDI 22 AU JEUDI 27 NOVEMBRE 2024

INTERVIEW

Johnny Chancel: « Notre albinisme sortira de l'ombre »

Président du Réseau des organisations des personnes atteintes d'albinisme d'Afrique centrale (Ropac), Johnny Chancel Ngamouana organise une exposition photographique intitulée « Ba Ndundu Ya Brazza » le 26 novembre à l'Institut français du Congo. Ce projet vise à sensibiliser le public, à garantir la sécurité et à amplifier la voix des personnes atteintes d'albinisme au Congo à travers l'art photographique.

PAGE 9



CONCERT

Dadju et Tayc à Brazzaville pour un Noël d'exception





Les stars du R&B français Dadju et Tayc promettent un show d'exception le 25 décembre à Brazzaville. La soirée inédite réunira deux des plus grandes voix actuelles pour une fête de Noël rythmée par leurs plus grands hits. La magie de Noël s'annonce musicale dans la capitale congolaise. Les organisateurs espèrent faire de ce concert un moment inoubliable et offrir aux fans un cadeau exceptionnel.

PAGE 4

CINÉMA

« Mon histoire » en avantpremière le 30 novembre

L'histoire inspirante de Roch Zoko, jeune entrepreneur congolais, sera dévoilée en avant-première le 30 novembre à Canal Olympia de Pointe-Noire. Le film retrace son ascension professionnelle malgré les obstacles. L'œuvre témoigne de la détermination et de la créativité nécessaires pour réussir au Congo. Un exemple entrepreneurial à découvrir en exclusivité. PAGE 7



À DÉCOUVERT

Sarah Andely : l'art congolais à la conquête de l'Amérique



Passionnée d'art depuis l'enfance, Sarah Marie-Chantal Andely a choisi de devenir l'ambassadrice des artistes congolais plutôt qu'artiste elle-même. À travers son association Moyi Arts Concept, la Brazzavilloise bâtit des ponts culturels entre son pays natal, le Canada et les États-Unis. Entretien!

PAGE 3

NOVEMBRE NUMÉRIQUE 2024

Le digital s'empare de Brazzaville



PAGE 4

Éditorial Briser le silence

'exposition « Ba ndundu ya Brazza », qui s'ouvre le 26 novembre à l'Institut français du Congo, dépasse la simple dimension artistique. Elle révèle l'humanité derrière les regards, les histoires derrière les visages. L'albinisme en Afrique reste prisonnier des superstitions. Cette particularité génétique, mal comprise, engendre discriminations et exclusion sociale. Par son initiative, Johny Chancel Ngamouana brise ces barrières. Son association Ajca donne la parole aux personnes atteintes d'albinisme à travers des portraits photographiques et des témoignages poignants.

En associant chaque portrait à un témoignage et en créant des moments d'échange avec le public, l'exposition transforme les regards. Ces rencontres révèlent ce que la photographie seule ne peut capturer : la richesse des personnalités, des rêves et des talents qui se cachent derrière ces visages trop souvent jugés pour leur différence.

L'engagement de l'Ajca depuis 2010 va bien au-delà de la sensibilisation. Distribution de crèmes solaires, projet d'unité de fabrication locale, soins médicaux gratuits, scolarisation, autant d'actions concrètes qui rappellent que l'albinisme n'est ni une maladie fatale, ni une malédiction, mais une expression de notre diversité humaine. Il est temps que la société congolaise reconnaisse pleinement ses enfants albinos comme des êtres humains méritant protection, respect et égalité des chances.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE



Le trois est un chiffre symbolisant l'équilibre, la créativité et l'harmonie dans de nombreuses cultures d'Afrique et d'ailleurs.

PROVERBE AFRICAIN

« Le serpent qui ne monte pas dans l'arbre ignore la beauté de la forêt ».

LE MOT

« UBUNTU »

☐ Issu des langues bantoues (Zoulou, xhosa, ndébélé, swati, swahiri, kirundi, lingala, etc.), le mot «ubuntu» est formé à partir du préfixe «ubu» servant à former un substantif abstrait, et du radical «ntu» désignant un être humain. Sa construction est donc analogue à celle du mot français «humanité». Ce mot exprime l'importance de la communauté et de la solidarité.

Identitié « **SADIO** »

Prénom d'origine Ouest-africaine, Sadio puise son origine du peuple soninké, principalement présent au Mali, au Sénégal, en Mauritanie, en Gambie, au Burkina Faso et en Guinée-Bissau. Il désigne la petite sœur ou le petit frère des jumeaux ou jumelles. Sadio est souvent attribué pour symboliser la force et la persévérance. Il est de nature affectueuse, ainsi que raisonnable. Ses buts seront atteints car il est persévérant et n'hésite pas à se mettre au défi. Enfin, Sadio est également sociable et ne manque pas d'enchanter son entourage.

La phrase du week-end

« Ceux qui ne bougent pas ne sentent pas leurs chaînes ».

- ROSA LUXEMBURG -



Les Dépêches de Brazzaville, Le Courrier de Kinshasa, Les Dépêches du Bassin du Congo sont des publications de l'Agence d'Information d'Afrique centrale (ADIAC) Site Internet: www.brazzaville-adiac.com

DIRECTION

Directeur de la publication : Jean-Paul Pigasse Secrétariat : Raïssa Angombo

RÉDACTIONS

Direction des rédactions : Émile Gankama Assistante : Leslie Kanga

Photothèque : Sandra Ignamout **RÉDACTION DE BRAZZAVILLE**

Rédaction en chef: Guy-Gervais Kitina, Rédacteurs en chef délégués: Christian Brice Elion, Rominique Nerplat Makaya Grand-reporter: Nestor N'Gampoula Service Société: Guillaume Ondzé (chef de service), Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko Service Politique: Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Jean Jacques Koubemba,

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

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

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO:

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE Chef d'agence : Victor Dosseh

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

RÉDACTION DE KINSHASA

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

Direction de l'Agence: Ange Pongault

Aline Nzuzi, Nioni Masela, Martin Enyimo
Comptabilité, administration, ventes:
Lukombo, Blandine Kapinga, Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa: 4, avenue du PortImmeuble Forescom commune de Kinshasa
Gombé/Kinshasa-RDC-/Tél. (+243) 015 166 200

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo

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

PAO – MAQUETTE

Chef de service PAO : Eudes Banzouzi Chef de service : Cyriaque Brice Zoba Mesmin Boussa, Stanislas Okassou, Toussaint Edgard Ibara, Jeff Tamaff

INTERNATIONAL
Direction: Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction: Christian Balende
Rédaction: Camille Delourme, Noël Ndong,
Marie-Alfred Ngoma,

Bureau de Bruxelles : Dani Ndungidi, Adrienne Londole

ADMINISTRATION - FINANCES Direction : Ange Pongault

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga

Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna

Addhas, Mibelle Okollo **Chef de service diffusion :** Guylin Ngossima Brice Tsébé, Irin Maouakani, Christian

Hortensia Olabouré, Marina Zodialo, Sylvie

Nzoulani, Bob Sorel Moumbelé Ngono COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

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

INFORMATIQUE ET NOUVEAUX MEDIAS

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

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

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

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi Astrid Balimba, Magloire Nzonzi

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRA-TION 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

- www.lesdepechesdebrazzaville.fr -

N° 298 - Vendredi 22 novembre 2024 LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO LES GENS 3

Interview

Sarah M. Andely: « Moyi Arts, vitrine des talents congolais à l'international »

Originaire du Congo, Sarah Marie-Chantal Andely est une passionnée d'art et de culture locale depuis l'enfance. Plutôt que de suivre une carrière artistique, elle a choisi d'accompagner les artistes congolais et de faire rayonner les talents de son pays natal dans ses deux terres d'adoption : le Canada et les États-Unis. Avec son association Moyi Arts Concept, puis avec une initiative d'art international, Sarah œuvre à concrétiser une vision ambitieuse : partager la richesse culturelle du Congo avec le monde. Entretien avec une femme engagée dans la promotion de l'art congolais à l'international.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Qu'est-ce qui est à l'origine du projet Moyi Arts?

Sarah Marie-Chantal Andely (S.M.C.A.) : Le projet Moyi Arts est né en 2013 comme une mission divine mais a vu le jour officiellement en 2022 en vue de promouvoir les arts du Congo et, par la même occasion, contribuer à faire connaître davantage mon pays, souvent confondu avec la République démocratique du Congo (RDC) à l'échelle internationale. Ayant vécu aux Etats-Unis d'Amérique et au Canada pendant près de 20 ans. où j'ai effectué des études en relations internationales et travaillé, j'ai constaté que le Congo était et est toujours confondu avec la RDC. Très peu de personnes maîtrisent la localisation de mon pays dit le Congo français. Lorsque je vivais aux Etats-Unis et au Canada. j'avais pour habitude d'organiser des rencontres dans des écoles et autres centres culturels pour faire connaître le Congo-Brazzaville. Les gens étaient toujours surpris car, pour eux, les deux Congo étaient pareils et identiques.

L.D.B.C.: En parlant de la promotion des arts, de quels

arts s'agit-il exactement?

S.M.C.A.: Pour le moment, Moyi Arts Concept se focalise essentiellement sur la peinture ainsi que la sculpture. Nous ambitionnons dans un futur proche de promouvoir les danses traditionnelles telles que le Kiebé Kiebé, originaire de la Cuvette, l'histoire orale de différentes ethnies, le cinéma et la littérature congolaise. Je tiens à préciser que je suis toujours en extase de nombreux talents artistiques dont notre beau pays le Congo regorge.

L.D.B.C.: Combien d'artistes congolais avez-vous déjà promu aux Etats-Unis? Et pour ceux qui souhaiteraient bénéficier des actions de l'association, quelle est la procédure à suivre?

S.M.C.A.: À ce jour, certains « vrais et rares connaisseurs » connaissent le regretté grand maître Marcel Gotène, qui a pour réputation d'être le «Picasso congolais.» J'avoue que beaucoup d'artistes du Congo sont toujours méconnus du grand public américain. En ce moment, nous travaillons dur avec les centres culturels en Amérique du Nord pour promouvoir les artistes tels que Mongo Etsion, Antoine Sita, Adam Opou, Pascaline Makoun-



dou, Cyrille Bokotaka, Motse Akanati, Yves Mokomba, Jacques Iloki, Mpo Gerly, Sylvestre Mandgouandza, etc. Ils sont très nombreux et je ne pourrai pas citer tout le monde. Chaque artiste a un talent unique et le marché américain est très large pour pouvoir absorber leurs différents styles de peinture. En juillet dernier, nous avons organisé à Brazzaville un atelier « Jeunes talents » pour les artistes dans le but de détecter les nouvelles forces montantes de l'art congolais. En août dernier aussi, à Washington DC, Moyi Arts concept a organisé une petite exposition à

Touchstone Gallery regroupant les œuvres d'art de différents artistes congolais. Le thème était « Découvrir la mine artistique du Congo-Brazzaville ».

Pour ceux qui souhaitent bénéficier de nos actions ou faire connaître leur art sur le plan international, ils devront nous fournir une lettre manuscrite adressée à la présidente de Moyi Arts concept, au 1982 rue Bangou, Batignolles, Brazzaville, détaillant l'objet de leur requête. Cette lettre sera envoyée à moyiartsconceptllc@gmail.com. A cela s'ajoutent une copie du CV complet de l'artiste ou du promoteur culturel ; une copie de la pièce d'identité de l'artiste ou du promoteur culturel et enfin une copie digitale du portefeuille artistique du requérant résumant les anciennes expositions, conférences ou interviews dans les médias.

L.D.B.C. : Quel est le bilan de Moyi Arts en cette année 2024 ?

S.M.C.A.: Je dirai que le bilan de Moyi Arts Concept pour l'année 2024 est plutôt positif bien que les résultats escomptés restent néanmoins modestes. Outre les deux activités mentionnées en amont, Moyi Arts

Concept a également participé au Festival d'Art de Newark, au New Jersey, et au Festival d'art noir contemporain à Miami, en Floride. Nous sommes encore en lice pour faire valoir la voix de l'art congolais en Amérique du Nord mais nous y parviendrons.

L.D.B.C.: Quelle est la prochaine étape pour Moyi Arts

S.M.C.A.: Nous prévoyons, entre autres, de nous faire connaître auprès des institutions culturelles aux Etats-Unis et au Canada et établir un réseau solide. L'art noir contemporain et même primitif reste un marché potentiel pour la bourgeoisie américaine qui le trouve très exotique et très unique. Dans les prochains mois, Moyi Arts Concept a pour but d'organiser une exposition regroupant les artistes femmes du Congo. La femme est une actrice principale dans le développement de toute nation. Ainsi, à travers une expression artistique, promouvoir les droits de la femme sera une occasion parfaite pour sensibiliser la gent feminine à travers le monde au tour de certaines injustices faites à son égard.

Merveille Jessica Atipo

Point de vue

Armel Luyzo Mboumba: « Etre une femme et faire la photo au Congo, c'est possible »

La photographie est un secteur dynamique qui a traditionnellement été dominé par les hommes. Cependant, les femmes photographes sont désormais plus présentes dans ce milieu. De nos jours, les femmes repoussent les limites dans de nombreux secteurs, et la photographie n'échappe pas à la règle. Photographe et cinéaste congolaise, Armel Luyzo Mboumba s'impose progressivement dans cet art. Pétrie de talents, elle embrasse ce métier et se démarque des autres de par ses multiples oeuvres et expositions. Dans ce numéro, elle nous donne les contours de ce métier au Congo.

La genèse

J'ai découvert mon amour pour ce métier à l'âge de 9 ans par le biais de ma mère. À ce moment-là, la photographie est devenue pour moi un moyen de comprendre le monde qui m'entourait. La caméra est devenue mon compagnon, mon refuge. Au fil des années, cette passion est devenue une nécessité et m'a permis de capturer la beauté et la complexité de la vie congolaise, à travers une lentille qui mêle poésie et réalisme.

Le métier de photographe au Congo

De nos jours, la photographie trouve un nouveau tremplin avec une nouvelle génération d'artistes photographes déterminés à faire émerger ce métier qui, au Congo, gagne en valeur. Pour Armel, être photographe au Congo, c'est bien plus qu'un métier. C'est une aventure humaine, une quête pour documenter l'invisible, pour montrer ce que beaucoup ne voient pas. Bien qu'un terrain de défis, le métier de photographe au Congo n'est pas toujours valorisé. Le manque de structures adéquates et de soutiens est un frein pour les artistes de ce milieu qui, malgré les difficultés, sont déterminés à raconter des histoires, partager des émotions à travers l'image.

La femme et la photographie

En constante mutation, le métier de la photographie voit de plus en plus de femmes s'y consacrer et quelques-unes avoir de la renommée. Selon Armel, la place de la femme dans ce métier reste encore fragile, mais elle se construit lentement, pas à pas malgré les stéréotypes et les résis-



tances. Les femmes apportent une perspective unique, plus intime, souvent plus émotionnelle dans la manière de capter le monde.

Elle explique le quotidien dans ce métier

« Étre une femme dans ce métier, au Congo, c'est vivre une aventure à la fois exaltante et compliquée. Parfois, je sens que l'on me regarde avec un certain scepticisme, comme si mon travail devait prouver ma légitimité, plus que celle de mes collègues masculins. Mais c'est aussi ce qui me pousse à aller plus loin, à me dépasser. La photographie est un miroir de la société, et en tant que femme, j'ai cette envie de raconter l'histoire des femmes, mais aussi de montrer que nous avons une place légitime dans tous les domaines, même dans l'art. C'est une lutte silencieuse, mais elle est nécessaire », souligne Armel.

Elle parle des stéréotypes

A ce propos, les femmes photographes sont encore régulièrement soumises à des stéréotypes de genre, luttant souvent pour être pleinement acceptées et respectées pour leurs compétences techniques et leurs réalisations artistiques. Le secteur de la photographie évolue vers une répartition équilibrée entre hommes et femmes. Il est donc important de briser tous les stéréotypes y relatif surtout ceux liés au genre. « Les stéréotypes existent, c'est une réalité. En tant que femme, je dois constamment prouver que je suis capable, que ma place est légitime... La photographie est mon langage. Et à travers ce dernier, je brise petit à petit les chaînes de l'invisible, du nondit et du stéréotype », précise Armel Luyzo Mboumba.

Quelle importance accordent les autorités congolaises face à ce métier ?

« Il y a une reconnaissance timide, mais pas encore suffisante. Le Congo a un immense potentiel créatif, mais la culture artistique, et surtout la photographie, n'est pas toujours perçue à sa juste valeur. Pourtant, il y a de petites avancées, comme la multiplication des festivals et des événements qui mettent en avant le travail des artistes. Les autorités commencent à voir que la culture est un secteur porteur, mais il manque encore de véritables politiques de soutien. Je pense qu'il est nécessaire que les artistes, et en particulier les photographes, aient plus de ressources pour créer, pour être formés et pour exposer leur travail au niveau national et international », a-t-elle lancée.

Gloria Lossele

Novembre numérique 2024

La célébration des cultures numériques à Brazzaville

Du 20 au 30 novembre 2024, Brazzaville accueillera l'événement «Novembre Numérique», une célébration des cultures numériques organisée par l'Institut français. Cet événement proposera une série d'activités innovantes et immersives qui mettront en avant les dernières créations numériques et technologiques.

L'un des objectifs majeurs de l'événement «Novembre Numérique» est de faire découvrir au public les différentes facettes des cultures numériques. Par le biais de démonstrations interactives et de discussions ouvertes, les participants pourront mieux comprendre l'impact et les possibilités offertes par le numérique dans divers aspects de la vie quotidienne. Cette sensibilisation permettra de démystifier les technologies numériques et de montrer leur pertinence et leur utilité dans un monde de plus en plus connecté.

Pour renforcer les compétences techniques des participants, des ateliers pratiques et des conférences spécialisées seront organisés. Ces sessions éducatives offriront une opportunité unique d'acquérir des connaissances théoriques et des compétences pratiques sur des sujets tels que la réalité augmentée, le codage et l'animation numérique. L'objectif est de rendre l'apprentissage accessible et engageant pour tous les niveaux

de compétence, du débutant au professionnel aguerri.

En inspirant les jeunes et les professionnels à intégrer les technologies numériques dans leurs domaines respectifs, «Novembre Numérique» vise à stimuler la créativité et l'ambition entrepreneuriale. En exposant les participants aux dernières innovations et en partageant des histoires de succès, l'événement encourage l'adoption de nouvelles technologies dans les projets professionnels et personnels. Cette inspiration est essentielle pour encourager l'innovation et l'entrepreneuriat dans la société congo-

Les expositions seront au cœur de «Novembre Numérique», présentant des œuvres d'art numérique, des web documentaires, et des jeux vidéo. Ces expositions permettront de montrer comment les technologies numériques peuvent être utilisées dans la création artistique et la narration interactive. Les visiteurs pourront découvrir des œuvres innovantes et se familiariser avec les tendances

actuelles dans le domaine des cultures numériques.

Des sessions interactives seront organisées pour apprendre les bases de la réalité augmentée, de l'animation numérique et du codage. Ces ateliers pratiques offriront aux participants l'opportunité d'acquérir des compétences techniques de manière ludique et engageante, favorisant ainsi l'apprentissage par la pratique. Ces ateliers sont conçus pour être accessibles à tous, quel que soit le niveau de compétence des participants.

Des discussions et des panels aborderont les tendances actuelles et futures des technologies numériques. Des experts du secteur partageront leurs connaissances et leurs perspectives, offrant ainsi un espace pour le débat et l'échange d'idées sur les défis et les opportunités posés par les innovations technologiques. Ces conférences sont une occasion unique d'apprendre directement des leaders d'opinion et des innovateurs du secteur.

Des activités en réalité virtuelle et



en réalité augmentée seront proposées pour une immersion totale dans les cultures numériques. Ces expériences permettront aux participants de plonger dans des environnements numériques interactifs, offrant une perspective nouvelle et engageante sur les possibilités offertes par ces technologies. Les visiteurs pourront essayer des applications et des jeux en réalité virtuelle, explorant ainsi le futur des interactions numériques.

À travers cet événement, les organisateurs espèrent atteindre une large audience et encourager une participation active aux activités proposées. Le but étant de créer un espace d'échange et d'apprentissage où les participants peuvent explorer et expérimenter les nouvelles technolo-

«Novembre Numérique» ambitionne de favoriser l'innovation et l'intégration des technologies numériques au sein de la société congolaise. L'événement souhaite également promouvoir la créativité numérique et encourager les jeunes talents à se lancer dans des projets technologiques.

Lancé il y a quelques années par l'Institut français, «Novembre Numérique» est devenu un rendez-vous incontournable pour les amateurs de technologies et de créations numériques. Chaque édition attire des milliers de participants, curieux de découvrir les dernières innovations et d'échanger avec des experts du domaine.

Chris Louzany

PSIPJ 2024

Une opportunité de formation pour les jeunes

Dans le but de bénéficier d'une formation gratuite en auto-emploi, le ministère de la Sécurité sociale et de l'Assistance humanitaire, en collaboration avec la Banque mondiale, invite les jeunes vulnérables congolais, âgés de 18 à 35 ans, à soumettre leurs candidatures dans les différentes mairies des arrondissements avant le 24 novembre. Cette initiative vise à offrir aux jeunes une chance unique de réaliser leur rêve entrepreneurial grâce au Projet de protection sociale et d'inclusion productive des jeunes (PSIPJ).

Le PSIPJ vise à offrir aux jeunes une chance unique de réaliser leur rêve entrepreneurial. Ce programme de formation gratuite en auto-emploi est conçu pour outiller les participants avec les compétences nécessaires pour créer et gérer leurs propres entreprises, contribuant ainsi à leur inclusion productive et à leur autonomisation économique.

Le programme s'adresse spécifiquement aux jeunes vulnérables âgés de 18 à 35 ans, désireux de devenir entrepreneurs et de réaliser leur rêve de se lancer dans l'auto-emploi. Pour être éligibles, les candidats doivent remplir plusieurs critères stricts afin de garantir la sélection des participants les plus motivés et capables de bénéficier pleinement de cette opportunité unique.

Tout d'abord, les postulants devront avoir au minimum le BEPC ou un diplôme équivalent, attestant d'un certain niveau d'éducation nécessaire pour suivre efficacement la formation. Ensuite, ils devront fournir une copie de leur dernier diplôme obtenu ou une attestation de niveau afin de vérifier leur parcours académique.

De plus, chaque candidat devra présenter une copie de sa pièce d'identité ou de son acte de naissance pour prouver son âge et son identité, ainsi qu'une quittance d'électricité ou d'eau pour confirmer leur adresse de résidence. Enfin, les candidats devront remplir une fiche d'inscription spécifique à la composante 6.1 du programme, document essentiel qui formalisera leur demande de participation et leur engagement dans cette initiative. Ces critères visent à sélectionner des jeunes déterminés et prêts à s'investir pleinement dans ce parcours de formation, avec l'ambition de devenir des acteurs économiques indépendants et innovants.

À travers cette initiative, le PSIPJ espère susciter l'intérêt des jeunes pour l'entrepreneuriat et leur offrir une opportunité concrète de se lancer dans l'auto-emploi. En dotant les participants des compétences nécessaires pour démarrer et gérer leur propre entreprise, le programme vise à réduire le taux de chômage et à promouvoir le développement économique local.

Les candidatures seront reçues dans les mairies des arrondissements ou dans tout autre lieu qui sera indiqué ultérieurement. La période de dépôt de dossier est fixée du 18 au 24 novembre de l'année en cours. Les jeunes vulnérables congolais sont exhortés à tirer pleinement profit de cette opportunité inédite en s'inscrivant massivement au programme de formation en auto-emploi du PSIPJ. Cela leur permettra de faire un pas décisif vers la réalisation de leur rêve entrepreneurial.

Concours de beauté

Chidimma Adetshina élue Miss Univers Afrique 2024

Grâce à sa beauté, sa résilience et son élégance, la perle nigériane Chidimma Adetshina a été élue Miss Univers Afrique le 16 novembre dernier, à l'Arena Ciudad de Mexico, aux côtés de la Danoise Victoria Kjær Theilvig, élue Miss Univers 2024.

Chidimma Adetshina a conquis le jury grâce par son intelligence et son engagement social. Rejetée en Afrique du Sud, elle a persévéré pour devenir Miss Univers Nigeria avant d'atteindre le sommet à Mexico. Son éloquence et sa capacité à surmonter les adversités, illustrées par sa réponse à une campagne xénophobe, ont montré sa force intérieure et son dévouement à représenter la véritable essence africaine.

Originaire du Nigeria, Chidimma a connu un parcours semé d'embûches avant de parvenir au titre de Miss Univers Afrique. Début août, elle a fait face à une campagne xénophobe violente en Afrique du Sud, où les autorités ont remis en question sa nationalité. Cependant, avec détermination et grâce, elle a continué à avancer, remportant des concours nationaux et internationaux, jusqu'à atteindre le sommet à Mexico. Son histoire est un exemple de courage et de persévérance pour tous.

Le parcours de la Nigériane est une véritable source d'inspiration, montrant que la persévérance et la détermination peuvent surmonter les obstacles les plus difficiles. Elle a finalement atteint le sommet à Mexico, devenant une figure emblématique de courage et de résilience. C'est une histoire qui encourage et motive beaucoup de personnes à ne jamais abandonner, même face aux plus grandes difficultés

En devenant Miss Univers Afrique, Chidimma Adetshina a gagné une plateforme mondiale pour défendre des causes qui lui tiennent à cœur, telles que l'éducation des jeunes filles et la lutte contre la pauvreté. Outre les avantages matériels et les opportunités professionnelles, elle jouit d'une visibilité accrue qui lui permet de sensibiliser et de mobiliser

des milliers de personnes autour des enjeux sociaux importants.

Le rôle de Miss Univers dépasse la simple célébration de la beauté extérieure. Chidimma incarne cette mission en utilisant sa notoriété pour promouvoir la paix, la compréhension et la solidarité mondiale. En tant que Miss Univers Afrique, elle inspire la jeune génération à croire en ses rêves et à persévérer malgré les obstacles, montrant que la beauté réside aussi dans le caractère et la compassion.

En 2023, la couronne de Miss Univers Afrique avait été remportée par Bryoni Govender de l'Afrique du Sud. Originaire de Kempton Park, elle est une avocate qualifiée, travaillant comme associée stagiaire en attendant son admission au barreau. Elle a été première dauphine de Miss Afrique du Sud 2023 avant de représenter son pays à Miss Univers 2023 à San Salvador, où elle avait atteint le top 20. Elle a également été couronnée Miss Supranational Afrique 2024.

Créé en 1952 par l'homme d'affaires américain William Morris, le concours Miss Univers a eu lieu pour la première fois à Long Beach, en Californie, et a été remporté par Armi Kuusela de Finlande. Depuis, il est devenu l'un des plus prestigieux et médiatisés au monde, attirant des participantes de divers pays chaque année.

Le concours se déroule généralement en décembre et comprend plusieurs étapes, notamment des défilés en costumes nationaux et en maillots de bain, ainsi que des interviews et des compétitions de talents. La gagnante est couronnée Miss Univers et représente l'organisation pendant un an, participant à divers événements et missions humanitaires.

Ch.L.

Ch.L.

ACTU I 5 LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO N° 298 - Vendredi 22 novembre 2024

Musique

Singuila en tournée africaine pour ses 20 ans de carrière

Artiste légendaire et intemporel qui a apporté sa pierre à l'édifice du rap français par des textes conscients et éducatifs, Singuila parcourt le continent africain pour des concerts à l'occasion de ses vingt ans de carrière musicale. Par cette tournée, il régale les publics à travers ses classiques hors pair, mais aussi par son mélange de couleurs et de rythmes afro.

La tournée qui a débuté le 13 juillet au Palais des congrès de Brazzaville, en passant par Kinshasa et Cotonou, se poursuivra dans d'autres pays africains. L'artiste sera sur scène le 7 décembre à Dakar, au Sénégal; le 13 décembre à Yaoundé, au Cameroun ; et le 14 décembre à Libreville, au Gabon.

Singuila, figure incontournable de la musique urbaine française, enveloppera les publics des différentes villes visitées par une série de refrains vibrants. Qu'il s'agisse de ses tubes classiques ou de ses dernières sorties, il démontrera son savoir-faire pour offrir des spectacles impressionnants qui captiveront et ravivreront les cœurs des fans. Ses performances live sont une célébration passionnée de la musique urbaine, combinant lyrisme puissant et énergie brute pour créer une atmosphère de joie et d'excitation indéniable. Assister à un concert de Singuila au cours de ce périple sera vivre une expérience musicale inoubliable qui restera gravée dans la mémoire des spectateurs. Aussi, les publics chanteront en chœur les plus grands tubes de l'artiste, dont "Aicha", «Ma conscience», «Ma nature», «Misérable», etc.

De son vrai nom Bedava N'Garo, Singuila est un chanteur, auteur-compositeur franco-congolais, né le 19 septembre 1977 à Duresnes, en région parisienne. Il a commencé sa carrière artistique en tant que danseur, avant de se concentrer sur son talent pour chanter et écrire des chansons. Sa voix rauque et émouvante captive rapidement le public, et ses textes sincères et poignants touchent les cœurs. Singuila se distingue par un mélange de styles musicaux alliant du RnB, de l'afro-beat et du zouk, apportant ainsi une fraîcheur et une originalité à la scène musicale. Il a su séduire un large public grâce à ses hits et s'est établi comme l'un des artistes les plus en vogue de sa génération, s'inscrivant ainsi dans la lignée des grandes stars de la musique francophone.

Depuis le début de sa carrière solo en 2003, Singuila a sorti plusieurs albums tels que «On ne vit qu'une fois», «Ghetto compositeur» en 2006 et «Ça fait mal» en 2010. Ses chansons abordent souvent les thèmes tels que l'amour, les relations sentimentales et les difficultés de la vie quotidienne. Outre sa carrière solo, l'artiste a également collaboré avec de nombreux autres de renom dont Sheryfa Luna, Youssoupha et M.Pokora. Ses collaborations lui ont permis de s'imposer sur la scène musicale française et internationale. En tant qu'artiste accompli, Singuila continue de consolider sa carrière et reste une figure incontournable de la musique urbaine en France, dont son talent, sa passion et sa détermination font de lui l'un des artistes les plus en vue de la scène musicale francophone.

Cissé Dimi



Musique DJ Corbillard sur scène le 7 décembre à Pointe-Noire

Le musicien congolais, Jean Pierre Mabiala, alias DJ Corbillard, livrera un concert inoubliable le 7 décembre prochain dans la ville océane. Avec son style unique et ses performances électriques, il promet de faire danser les Pontenegrins.

Le concert de Corbillard aura pour objectif principal de célébrer la musique et la culture congolaises, tout en offrant un moment inoubliable à ses fans. Le rendez-vous inclura ses hits populaires tels que «Mutuka», «Kimbanda», «Lipeka», et «Ni tembè». Le public pourra également s'attendre à des collaborations surprises et des nouvelles chansons inédites.

En plus de la performance musicale, le concert proposera des activités diversifiées telles que des jeux, des concours et des animations pour les enfants. Des stands de nourriture et de boissons seront aussi disponibles pour agrémenter la soirée. DJ Corbillard sera accompagné par plusieurs artistes invités parmi lesquels Mixton, Pedro Biranda, Mâ Dar-

veline... Ces collaborations promettent de rendre le moment encore plus spécial et mémorable.

DJ Corbillard est un artiste originaire de Brazzaville. Il a sorti plusieurs albums à succès dont «Mutuka» et «Kimbanda» qui ont été bien accuillis par le public. Il a remporté plusieurs prix et distinctions, notamment le Prix de la meilleure performance lors du Festival des arts et de la culture congolaise. Ses collaborations avec d'autres artistes ont contribué à sa renommée.

Il considère les retrouvailles de Pointe-Noire comme une opportunité de célébrer



la musique congolaise et de réunir ses fans pour une soirée palpitante. Selon lui, ce concert sera non seulement une performance musicale, mais aussi une plateforme pour promouvoir des messages de positivité, de culture et d'unité.

L'artiste a déclaré que son objectif est de créer une ambiance festive et conviviale où tout le monde pourra profiter et se connecter à travers la musique. Il a aussi mentionné l'importance de ses collaborations avec d'autres artistes locaux, soulignant que ces partenariats aiouteront une richesse et une diversité supplémentaires à la soirée.

Musique Dadju et Tayc en concert le 25 dé-cembre à Brazzaville

Deux artistes phares de la scène musicale française, Dadju et Tayc, se produiront ensemble pour une soirée inoubliable, le 25 décembre prochain, à Brazzaville pour le bonheur de leurs fans.

Le concert célébrera la diversité musicale et créera une expérience immersive pour les fans. Dadju et Tayc souhaitent partager au public leur passion pour la musique et offrir une soirée festive mémorable. Ils interpréteront leurs plus grands succès, incluant des titres comme «N'y pense plus» et «Comme toi» de Tayc; «Bande organisée» et «Garde la tête haute» de Dadju. Il est aussi prévu des collaborations surprises et des performances exclusives, y compris des extraits de leur album commun «Héritage», sorti le 16 février dernier. Des titres tels que «I love you» et «Makila: Wablé» de cet album seront particulièrement bien accueillis

Le concert accueillera plusieurs invités spéciaux, dont Vinny Baltazar et Tidiane Mario, qui apporteront une touche supplémentaire à cette soirée musicale. En plus de la performance musicale, il proposera des activités diversifiées telles que des jeux. des concours et des animations pour les enfants. Des stands de nourriture et de boissons seront également disponibles pour agrémenter la soirée.

Dadju, de son vrai nom Djuna Nsungula, est né le 2 mai 1991 à Bobigny, en France. Il est issu d'une famille de musiciens, étant le frère cadet de Maître Gims et le fils de Djanana Djuna, un ancien membre du groupe Viva la Musica de Papa Wemba. Dadiu a commencé sa carrière musicale au sein du duo The Shin Sekaï avec Abou Tall, avant de se lancer en solo. Sa carrière a véritablement décollé avec la sortie de son premier album solo «Gentleman 2.0» en 2017, qui a été certifié disque de diamant en France. Parmi ses distinctions, il a remporté plusieurs NRJ Music Awards, et a été nominé aux Victoires de la musique. Ses collaborations avec des artistes internationaux comme Soprano, Niska, M. Pokora et Master KG ont largement contribué à sa renommée internationale.

De son côté, Tayc, de son vrai nom Julien Bouadjie, est né le 2 mai 1996 à Marseille, en France. D'origine camerounaise, il a grandi en écoutant différents styles de musique, ce qui a influencé son propre style musical qui est un mélange unique de R&B, de soul et de musique afro.

Tayc a débuté sa carrière musicale en 2012, mais c'est en 2019 qu'il a vraiment percé avec la sortie de son album «Nyxia» qui a été acclamé par la critique. Sa popularité a continué de croître avec des titres phares tels que «Le temps», «Comme toi» et «Dodo». Il est également connu pour ses performances captivantes et ses clips musicaux soignés. En plus de ses succès musicaux, Tayc a reçu plusieurs distinctions, notamment des nominations aux NRJ Music Awards et aux MTV Europe Music Awards. Il a collaboré avec de nombreux artistes, y compris Leto, Tiwa Savage et Zaho, ce qui a contribué à sa notoriété internationale.

L'album collaboratif «Héritage» avec Dadju a marqué une nouvelle étape dans sa carrière, montrant sa capacité à fusionner différents genres musicaux tout en restant authentique à ses racines. Ce concert sera une opportunité unique de vivre une soirée à la fois agréable et ludique avec Tayc et Dadju, et de découvrir la richesse de la musique française. Les deux artistes musiciens souhaitent que tous les amoureux de la bonne musique et de l'ambiance rehaussent de leur présence la fête culturelle

En plus de ses succès musicaux, Tayc a reçu plusieurs distinctions, notamment des nominations aux NRJ Music Awards et aux MTV Europe Music Awards. Il a collaboré avec de nombreux artistes, y compris Leto, Tiwa Savage et Zaho, ce qui a contribué à sa notoriété internationale.

L'album collaboratif «Héritage» avec Dadju a marqué une nouvelle étape dans sa carrière, montrant sa capacité à fusionner différents genres musicaux tout en restant authentique à ses racines. Ce concert sera une opportunité unique de vivre une soirée à la fois agréable et ludique avec Tayc et Dadju, et de découvrir la richesse de la musique française. Les deux artistes musiciens souhaitent que tous les amoureux de la bonne musique et de l'ambiance rehaussent de leur présence la fête culturelle en vue.

Chris Louzany

Ce week-end à Brazzaville

Voici pour ce week-end quelques activités culturelles au programme dans la capitale congolaise. À l'Institut français du Congo

Festival des droits de l'enfant : tables rondes

Date: vendredi 22 novembre

Heure : 9h 00 Entrée libre

Slam : Mwassi Moyindo en concert Date : vendredi 22 novembre

Heure: 18h 00

Entrée : 2 000 FCFA/10 000 FCFA

Festival des droits de l'enfant : spectacles d'humour, de slam et percussion

Date: samedi 23 novembre

Heure : 13h 00 Entrée libre

À Canal Olympia de Poto-Poto

Films en projection : « Piece by piece »/« Kidnapping Inc. »

Date: vendredi 22 novembre Heure: 17h 00 / 19h 15 Entrée: 2 000 FCFA « Nouvelle vie »/« Gladiator II » Date: samedi 23 novembre Heure: 17h 20/19h 25 Entrée: 2 000 FCFA

Wicked

Date: dimanche 24 novembre

Heure: 17h 15 Entrée: 2 000 FCFA

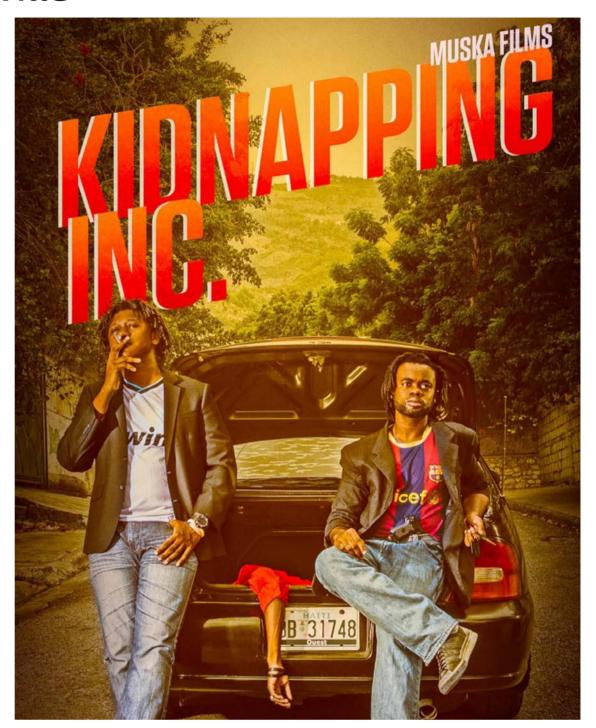
Au restaurant Hippocampe

Atelier dimanche coloré : peins tes envies! (sur réservation/ma-

tériel fourni)

Date: dimanche 24 novembre Heure: 14h 00 à 18h 00

Entrée : 10 000 FCFA (hors consommation).



Les immortelles chansons d'Afrique

« Shama Shama » de Mopero Wa Maloba

Mopero Wa Maloba a conquis le public des deux Congo à travers son talent ébouriffant. Guitariste, chanteur à la voix suave et auteur-compositeur des titres explosifs à l'instar de Shama Shama.

aru en 1975 aux éditions Cavacha sous la référence Cavacha 01 et sur le label African sous la référence 90.921B, « Shama Shama » a récolté un succès éblouissant. C'est un morceau que Mopero a dédié à sa femme Vicky Shama, alias Youyou, dans l'orchestre « Cavacha » avant son départ de ce groupe. Il donnera, alors, à son nouvel orchestre le nom de « Shama Shama ». Dans cette mélopée, l'auteur dépeint le comportement d'un amoureux qui n'arrive pas à se séparer de sa femme quand le moment de voyager sonne. Ses pensées sont, sans cesse, inclinées vers elle. Il l'accuse même d'être responsable de son malheur. « Vicky e Shama o Shama, baniokolaka moninga boye te Shama ». Autrement dit : « Vicky Shama, on ne fait pas souffrir son ami de cette manière ».

Cette merveilleuse mélopée, jouée en « Fa », s'ouvre par la guitare rythmique de Clay Makengele Nzeza à laquelle se greffent la guitare basse de Mabibi, la guitare solo de Mopero et la batterie de Jeampy. Ensuite vient le lyrisme vocal de Mombo Ley exécutant la première voix et Mopero, la deuxième. Puis, interviendra un solo vocal irrésistible de Mopero exécuté avec brio. Deux fois, Mopero réalise des riffs avec sa gui-



tare solo. En effet, il ballade le médiator en quadruple croche en faisant ressortir les notes : Do, Ré, Mi, Fa, Sol, La, Si, Do, Ré, Mi, Fa. Ce qui crée une sonorité envoûtante. Notons que l'ensemble de la chanson s'articule sur des notes : Fa, Do, Si bémol, Fa.

« Cavacha », disons-le, est le rythme créé vers le milieu des années 1970 par Maridjo. C'est aussi la danse créée par Koko Waya et Kula Mambu. Tellement que leur manière d'exécuter les pas de cette danse était compliquée, Mbuta Machakado jugea bon de la simplifier. C'est Evoloko qui fut le premier à faire la démonstration de cette danse qui fit sensation auprès du public, à tel enseigne que Dona Mobeti et Mopero monteront l'orchestre qu'ils dénommeront « Cavacha

Ferdinand Mopero Wa Maloba, Zetoutou, alias je t'aime, Ledjo. Fils de Malobo et d'Eugénie Manguba. Après avoir créé son premier groupe « Les poulets noirs », il forme Toubazaitena avant Cavacha. C'est dans ce groupe qu'il sera plus connu du publique. Après sa séparation d'avec Dona Mobeti, il fonde Cavacha de Mopero, devenu le tout grand Mopero avant de former Shama Shama qui sera plébiscité meilleur orchestre de l'année 1975 et Mopero meilleur auteur-compositeur, Mabibi meilleur bassiste. Plus tard, il fondera Shama Shama rénové. Il gagna la faveur du président ougandais Idi Amin Dada et du président Mobutu. Converti au christianisme, il devint pasteur. Décédé le 17 août 2017, Mopero a influencé plusieurs artistes par sa façon de chanter.

Frédéric Mafina

N° 298 - Vendredi 22 novembre 2024 LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO CULTURE 17

Cinéma

« Mon histoire », un film sur le parcours de Roch Zoko

Le film raconte l'histoire de Roch Zoko, un jeune entrepreneur congolais qui a surmonté de nombreux obstacles pour réussir dans un environnement difficile. Son parcours témoigne de la créativité et du travail acharné pour bâtir une carrière prospère et, chaque étape de sa vie est un exemple de persévérance. Le film sera en avant-première le 30 novembre, à Canal Olympia de Pointe-Noire.

Titulaire d'un master1 en droit des affaires et administration des entreprises, Roch Zoko est arrivé dans le monde professionnel en 2016 par un contrat d'emploi direct dans le secteur maritime. Ambitieux, il est aujourd'hui à la tête d'une grande entreprise comprenant Zoko village, Zoko restaurant, Zoko park, Zoko logistique et voyage, Zoko consulting. « Mon histoire » retrace son parcours, devenu un modèle pour plusieurs. Plus qu'un simple portrait, le film documentaire montre le rôle crucial de l'innovation et de l'entrepreneuriat dans le développement économique du Congo

« Ce film n'est pas seulement un récit de réussite personnelle, mais plutôt un appel à la jeunesse africaine, en général, et congolaise, en particulier, en l'encourageant à poursuivre ses rêves. Je serai très ravi de vous voir le 30 novembre dans cette salle en train de suivre non pas seulement un récit sur ma vie, mais surtout un livre de motivation qui pourrait servir à nombreux d'entre vous à s'inspirer de mon parcours pour un jour aussi faire mieux que moi et c'est mon

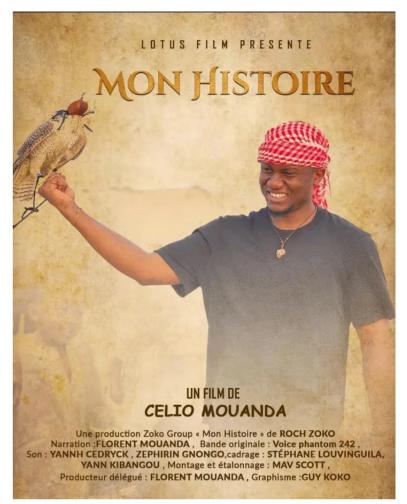
souhait », a-t-il déclaré.

Visionnaire, cet entrepreneur basé à Pointe-Noire, très actif, anime aujourd'hui une communauté rassemblant des dizaines de personnes, hommes et femmes, vieux et petits qu'il 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 ce film documentaire, il crée des routines simples et efficaces pour aider la jeunesse à construire des projets en adéquation avec sa personnalité et aussi à briser les chaînes qui l'empêchent de prendre de l'envol, tout en développant de façon authentique son image.

« J'ai mis en avant ce film pour parler plus de l'Afrique centrale, parce qu'en Afrique de l'Ouest les gens savent mutualiser les efforts pour emmener plus loin les projets. Contrairement, en Afrique centrale, et précisément au Congo, c'est plus compliqué. Je suis dans un pays où l'entrepreneuriat n'a pas encore eu de lumière et, aujourd'hui avec Roch Zoko, on peut lire des entrepreneurs mais avant c'était plus en politique que les gens brillaient. Les gens ont encore des freins à vouloir se lancer dans l'entrepreneuriat, car éventuellement ils ont du mal à avoir du financement, des accompagnements. Le modèle que je me suis fait dans mon pays, c'est de donner une image aux gens qui voudront bien entreprendre mais qui n'ont pas d'accompagnement financier, de suivre mon exemple. Comment faire pour arriver là », a expliqué Roch Zoko.

Avec une approche axée sur le développement personnel, il veut aider les jeunes à avoir de la clarté dans leurs affaires. à découvrir leur potentiel et à réaliser leurs projets professionnels. Le jeune entrepreneur fait désormais partie de cette nouvelle génération des leaders dynamiques qui marquent le Congo et l'Afrique. Il est devenu une des figures incontournables de l'entrepreneuriat que connaît le Congo à l'heure actuelle. Ses initiatives et engagements sont en faveur du bien

«Mon histoire» est un outil pédagogique dans le domaine de l'entrepreneuriat. Se servant de son propre modèle de réussite, à travers des conférences débats, tables rondes, panels de



discussions, échanges et témoignages, séances de coaching, il décomplexe ainsi les 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 leur talent pour accéder à ce qu'ils désirent être dans la société.

Cissé Dimi

Lire ou relire

« Les psaumes du sarcophage » de Julien Makaya

Suivi des « Damnés de l'amour», le recueil de poésie « Les psaumes du sarcophage », publié aux Editions Kemet à Brazzaville, révèle le sens de la vie à travers l'humilité qu'impose la mort.

d'effroi naturel-Sujet lement redouté par les femmes et les hommes de tous les continents, et de tous les temps, la mort dans ce double recueil de poèmes est tantôt une antithèse du bonheur, tantôt une aubaine. L'écrivain congolais Julien Makaya arbore cette thématique à la fois comme un philosophe et un sociologue, mettant en évidence, d'une part, les lecons diverses qu'inspire la mort, et, de l'autre, ses idéaux et ses convictions érigés en valeurs universelles.

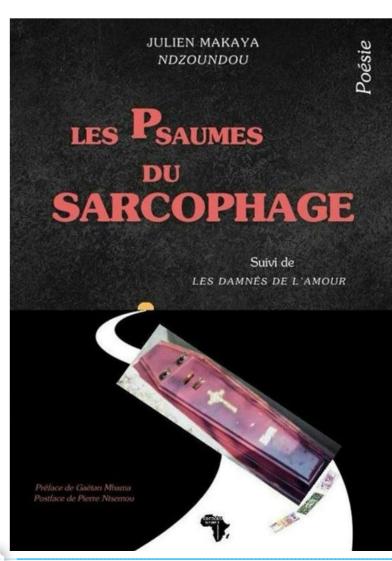
Par un jeu de paradoxe, cette poésie fait naître chez le lecteur des sentiments divers. La joie, l'émoi, la peine, l'empathie, autant d'émotions qui par la combinaison harmonieuse des mots conjurent les maux de l'existence, en

éveillant l'espérance d'une nouvelle vie au-delà de la mort. La poésie se vit alors sublimement comme une prière ou une interpellation qui rend l'homme plus proche de ses semblables au-delà des masques et des artifices de la société. L'écrivain français Charles Baudelaire n'écrivait-il pas en 1857, dans «Les fleurs du mal» : « C'est la mort qui console, hélas! et qui fait vivre :/ C'est le but de la vie, et c'est le seul espoir/ Qui, comme un élixir, nous monte et nous enivre./ Et nous donne le cœur de marcher jusqu'au soir ». Dans la foulée, Julien Makaya se fait le chantre incontestable de la bonne et de la triste mort. Artisan incontestable des belles lettres, il invente un imaginaire qui prépare le lecteur

à ce rendez-vous fatal et irréversible, en l'invitant à être plus humain pendant le pèlerinage terrestre.

« La terre lourde qui engloutit le sarcophage/ Est la même qui fertilise la vie dans ce monde » écrit-il à la page 17. Ou à la page 27, « Puisque tu es né, tu mourras/Mort, tu pourriras/ Alors cultive la modestie ». Comme « Les victimes du stade d'Ornano » (page 33) ou le « Peuple palestinien » de Gaza (page 58), les « Oligarques africains » trépasseront aussi (page 23); autant que « Jésus-Christ » (page 49) ou « Mussolini » et compagnie (page 56), tous nous mourrons, que nous soyons des écrivains (pages 60 et 61), des amoureux (page 73) ou des marginaux (page 77).

Aubin Banzouzi www.lesdepechesdebrazzaville.fr



Slam

« Nlaku », une histoire de confidence!

Sorti le 28 juin et disponible sur différentes plateformes de téléchargement légal, « Nlaku » est le tout premier EP de la slameuse congolaise Mwassi Moyindo, en attendant un album. Lors d'une rencontre le 19 novembre à Brazzaville, l'artiste s'est exprimée à cœur ouvert sur la naissance de chaque titre qui compose ce mini-album.

Après des singles comme « Zala yo » ou « Louzolo », chaleureusement accueillis par le public, la slameuse a compilé six titres au style riche et varié pour son EP « Nlaku ». Chaque morceau, précise Mwassi Moyindo, regorge une histoire unique. A titre d'exemple, « Nlaku », mot kongo qui signifie « flamme », est une manière de célébrer cette passion qui s'exprime depuis plus de 10 ans mais qui se vit de façon professionnelle depuis 2021.

« Ya ngo » c'est le récit d'une jeune fille qui se confie à la lune sur le fait qu'elle ne se sent pas belle et reste la personne rejetée des autres. « Et c'est vraiment la jeune fille que j'étais. J'ai écrit ce texte sous l'excès de colère; parce que mon prof de théâtre me disait à l'époque, Thérésa, quand on n'est pas belle, il faut être au moins brillante. Heureusement que tu es brillante parce que l'inverse aurait été bizarre parce que tu n'es pas belle », se remémore Mwassi Moyindo. En partageant ce morceau au monde, elle souhaite désormais redonner de l'assurance à toutes ces filles qui ont perdu confiance en elles à cause du regard des autres.

« Belle » est aussi un peu féministe parce qu'il y a ce besoin de se conformer aux attentes de la



société pour se sentir femme.
« Pour les jeunes de ma génération, quand on est une
femme, on est obligé de savoir twerker. Être intelligente
ou savoir cuisiner n'est plus
très important pour certains.
Cela donne l'impression, en
tant que femme, qu'on ne sert
à rien parce que même quand
tu arrives dans un bureau, on
ne t'accorde pas assez d'importance parce que tu n'as pas
comme ceci ou cela », révèle la

slameuse congolaise. Et si défendre la femme fait d'elle une « féministe », Mwassi Moyindo l'assume. « Je suis féministe parce qu'il y a des causes à défendre. La violence faite aux femmes existe, l'excision existe, les tortures humaines existent et il faut que j'en parle. J'ai besoin de la parité dans le travail, je n'ai pas besoin de parité dans mon couple, par exemple. Je ne suis aucunement pour la guerre des femmes contre les

hommes parce qu'il faut d'un homme et d'une femme pour faire un monde et pérenniser la race humaine », précise-telle.

Son titre « Reste », simplement parce qu'entre le choix d'habiter à l'extérieur et habiter au Congo, Mwassi Moyindo a choisi d'habiter au Congo mais surtout rester pour dire aux gens que « l'ailleurs à tout prix » est un cimetière qu'il vaut mieux éviter. Un autre titre intitulé « Naza sé wa yo » se veut le reflet de son amour pour la musique tout simplement. Et, «Pause », parce que plusieurs fois, l'artiste a pris la décision d'arrêter avec la musique, le slam. « J'en pouvais plus de me battre et de continuer de mettre toute mon énergie, mon âme et tout ce que je reçois dans la musique sans avoir le retour tant souhaité. Heureusement qu'il y a des gens formidables qui sont autour de moi et qui m'ont dit que je ne peux pas arrêter parce que je suis née pour cet art », a confié la slameuse congolaise.

Le slam comme moyen d'expression et une raison d'exis-

Disponible depuis cinq mois déjà, « Nlaku » vient couronner les efforts de Mwassi Moyindo. Préparer cet EP a tout de même été éprouvant pour l'artiste qui est allée chercher au plus profond d'elle-même différentes émotions afin d'être le plus vrai possible à l'égard de son public. Cela s'explique notamment à travers l'absence de featuring dans cet EP. « Là, c'était quand même assez intime. Juste pour répondre aussi à la question des featuring, il y a des featuring déjà enregistrés. Ils arrivent et j'espère qu'ils vous plairont vraiment », a annoncé Mwassi Moyindo.

Aujourd'hui, l'artiste se sent reconnaissante vis-à-vis de toutes les personnes qui l'ont encouragée à ne pas abandonner le slam. « Le slam c'est ce qui m'a vraiment sauvée de la petite fille de ses parents qui ne savaient pas qu'elle pouvait arriver quelque part dans la vie. Le slam a donné un sens à ma vie. A la sortie de "Zala yo", je me rends compte que c'est le slam que je suis censée faire. Parler aux gens, leur partager un peu de moi... Aujourd'hui, j'essaie de le mélanger avec d'autres styles musicaux comme vous entendez mais ça reste principalement et ça restera principalement du slam », a-t-elle déclaré.

Merveille Jessica Atipo

Chronique Renessence

Les dix raisons pour lesquelles ce n'est pas encore le bon moment (2)

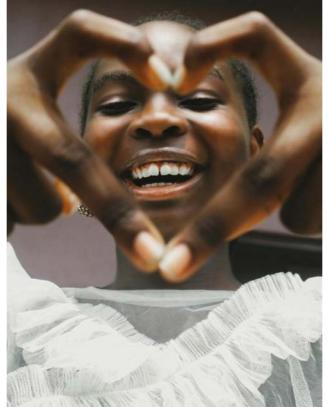
Dans la suite des cinq bonnes raisons abordées dans le numéro précédent, nous abordons aujourd'hui la sixième raison, détaillée, pour laquelle il est préférable pour les adolescents drépanocytaires de viser l'investissement personnel plutôt que les joies du couple et ses misères.

'amour est une joie qui naît de la force d'un duo, d'un tandem. Le sucré dont il regorge attire naturellement les uns et les autres, les petits et les grands, les adolescents. Aussi sucré puisse-t-il être, il a aussi son amertume, réserve aussi ses misères.

Aux cinq raisons que nous avons évoquées précédemment, principalement sanitaires, s'ajoutent cinq autres raisons, principalement liées au besoin de miser d'abord sur son avenir, sur son devenir, miser sur soi plutôt que sur le couple qui, à cette période-là de la vie, peut prendre l'eau pour une raison ou pour une autre, aussi négligeable soit-elle

La sixième raison de penser à soi plutôt qu'au couple à l'adolescence est stratégique, voire même logique. Rares sont les histoires qui commencent sur le banc de l'école au niveau collège, lycée, pour se terminer par un mariage. La vie actuelle est faite telle que les circonstances peuvent changer très rapidement, les gens voyagent pour des études supérieures, pour une promotion ou un meilleur poste à l'étranger ou juste pour une envie de changer de cadre. Le monde est devenu encore plus petit sur la carte, il est imprudent de s'investir ou de surinvestir dans une relation alors qu'on est à l'adolescence même pas encore au début de sa vie.

Pour une personne drépanocytaire, la nécessité d'investir sur soi est d'autant plus grande que la prise en charge de la maladie est coûteuse. Si le grand amour existe, il n'en demeure pas que les hommes d'aujourd'hui, et même ceux d'hier, plus encore ceux de demain, obéissent plus à la raison du cerveau plutôt qu'à la raison du cœur. Une



femme entièrement dépendante, qui plus est, représenté une charge sur le plan sanitaire dans des pays où il n'existe aucune couverture sanitaire, cela donne matière à réfléchir à deux fois.

Si pour certains hommes les questions triviales et matérielles ne constituent pas une barrière infranchissable, cela réduit conséquemment le périmètre de recherche du prétendant idéal. Pire encore, même si l'homme, non pas le jeune garçon qui prétend vous aimer, présente les atouts d'un prince aux mœurs irréprochables, à l'éthique et aux valeurs de rang de noblesse, il n'en demeure qu'être entièrement dépendante donne l'occasion d'abus, de violences, de maltraitances psychologiques voire physiques.

Être en mesure de prendre soin de soi est alors une nécessité afin de ne pas être une charge pour la personne avec qui on veut partager sa vie. Il faudrait par ailleurs, idéalement et nécessairement que cette personne en vous choisissant comme époux ou comme épouse, soit fier ou fière de son choix, soit fier de miser sur vos richesses invisibles à l'œil nu: vos talents, vos compétences, votre savoir, votre savoir-être, votre savoir-vivre, votre savoir-faire.

C'est la formation d'une vie, de la vie elle-même, une formation jamais finie qui commence initialement sur le banc de l'école. Alors, l'école n'est pas en soi un endroit où on va pour faire des rencontres, pas au collège, pas au lycée. Certes, ça peut agréer le quotidien, mais ça peut aussi le compliquer comme nous l'avons vu dans le numéro précédent.

À l'adolescence, il faut vivre l'école pour le rôle qui est le sien, nous former, nous outiller, ce qui est indispensable pour une personne drépanocytaire afin de travailler sa valeur personnelle qui finira à la saison adéquate de faire venir une personne avec qui cette valeur personnelle est acceptio

Princilia Pérès

Vernissage

«Ba ndundu ya Brazza » en l'honneur des personnes atteintes d'albinisme

L'association du président Jhony Chancel Ngamouana organisera, le 26 novembre, à l'Institut français du Congo, une exposition photographique dénommée « Ba ndundu ya Brazza ».

Les personnes atteintes d'albinisme sont souvent victimes de nombreuses formes de discrimination au Congo. Mal compris aussi bien sur le plan social que médical, leur apparence physique fait l'objet de mythes erronés découlant de superstitions qui favorisent leur exclusion sociale donnant lieu à toutes sortes de stigmatisation. L'exposition en vue visera ainsi à sensibiliser, à préserver la sécurité, à amplifier la voix et la visibilité des personnes atteintes d'albinisme dans le pays. « Nous essayerons d'expliquer ce que c'est que l'albinisme, pourquoi les enfants naissent albinos, ce qu'il faut pour leur traitement, parce qu'il est difficile pour certaines personnes de comprendre et de croire que des parents noirs peuvent faire des enfants totalement blancs alors que ce sont des choses qui arrivent», a indiqué Jhony Chancel Ngamouana.

« Nous rassemblerons une centaine d'enfants qui participeront en dehors du public. Durant le vernissage, il y aura des photographies de ces personnes albinos dont chacune sera accompagnée d'une histoire que le public pourra visiter, lire et échanger avec ces enfants. Le jour suivant, nous distribuerons gratuitement au sein de la clinique de l'association Jhony- Chancel pour les albinos (Ajca) des crèmes solaires qui leur permettront de se protéger du soleil. L'exposition, quant à elle, continuera jusqu'au 30 novembre», a-t-il poursuivi. Le président de l'Ajca a exhorté à une prise de conscience sur la condition génétique héréditaire de l'albinisme. A en croire ses propos, « les enfants albinos sont des êtres humains à part entière. L'albinisme n'est pas une maladie fatale, moins encore une malédiction. Beaucoup de gens font des erreurs parce qu'ils ne connaissent pas la thématique et la problématique ».

En outre, l'association entend implanter une unité de fabrication des crèmes solaires au Congo dans les prochains mois et lance un message pour être accompagnée par les institutions et les partenaires sociaux physiques ou moraux.

Créée depuis 2010, l'Ajca mène quotidiennement des actions au sein de sa population. On note parmi elles la scolarisation des enfants albinos, la lutte contre le cancer de la peau, la prise en charge sanitaire gratuite et les traitements adéquats par le biais de sa clinique et la réalisation des interventions chirurgicales de qualité par son personnel médical.

Divine Ongagna



Les souvenirs de la musique congolaise

L'orchestre Cercul Jazz, un des grands groupes historiques de la musique congolaise (1)

Au commencement était le Cercle culturel de Bacongo. L'orchestre Cercul Jazz fut créé en 1956 par les transfuges du groupe Cercle culturel de Bacongo sous la houlette de Macedo, propriétaire du célèbre bar dancing l'Umicongo, ex-Macedo.

la faveur de la création à Brazzaville de plusieurs activités culturelles, notamment au sein du Cercle culturel de Bacongo (actuel Cercle cultuel Sony-Labou-Tansi) qui fut dirigé par Dominique Nzalakanda, ancien maire et ministre sous l'abbé Fulbert Youlou, la formation musicale dénommée « Harmonie Brazza» qu'animait l'arrangeur Adolphe Kibouilou intégra le cercle et en devint l'animateur principal au point où en 1956 sous la férule de Macedo, propriétaire du célèbre bar dancing l'Umicongo, occupa une place de choix sur l'échiquier musical congolais et fut désormais appelé « Orchestre Cercul Jazz » qui signifie « Cercle culturel de Jazz ».

Composition de l'orchestre

François Bamanadio (chef d'orchestre guitare solo), Joseph Ndebeka (guitare rythmique), Honoré Loubayi (saxo), Auguste Mahougou (clarinette), Alphonse Malanda Nzangou, alias de la dance (guitare basse), Jean Bakanga (chanteur) Plus tard en 1959, Migüel Samba, Didi Siskala, Fréddy Nkounkou, Albert Ntouta Mamadou, Nzoungou Paul, Ntaloulou Alphonse dit Alphonso

(guitare basse), complètent l'effectif de l'orchestre, Bikouta Biks (saxo), étudiant en France lors de ses vacances à Brazzaville conseille le groupe au plan artistique. En 1960, le Cercul Jazz traverse le Pool Malebo et séjourne à Kinshasa pendant plusieurs mois où il livre des concerts dans les bars dancings, notamment ciné-bar, Paris soir et surtout au bar du vieux Moundzale. L'on notera également en 1962, après le départ de certains musiciens de l'arrivée dans l'orchestre Cercul Jazz du talentueux chanteur Franklin Boukaka, ancien sociétaire du Négro Band et de Jazz Africain, Francis Bitsoumanou (bassiste), transfuge de l'orchestre Batous de la capitale et le Cercul Jazz se recompose ainsi qu'il suit :

Franklin Boukaka (chef d'orchestre), Albert Ntounta Mamadou (chanteurs), Marie Bella (chanteuse), Francis BitsoumanouI (guitara basse), Bibi La Biche (drumeur), Malonga Rikky Siméon (toumba), Pierre Loukouamousou et Samba Nona Arthure (saxo), Maraca (Maracas). L'orchestre effectue un voyage à Bangui en République Centrafricaine et, de retour à Brazzaville, enregistre deux titres à la radio Brazzaville dont "Louzolo" de Franklin Boukaka ensuite s'en sui-

vront d'autres titres enregistrés à la maison Stenco (une maison d'édition tenue par un français), à savoir "Yanga" d'Albert Ntounta Mamadou et "Rendez-vous à Brazzaville" de Henri Bibi de Massouka, des titres sublimes qui ont fait brillé le Cercul Jazz au firmament de la musique congolaise et ont connu une gloire incontestable.

Il sied de signaler que la présence de Franklin Boukaka dans le groupe apporta une plus-value au regard de sa grande expérience dans le domaine de l'interprétation et de l'arrangement des œuvres. L'épopée de l'orchestre Cercul Jazz se poursuivi également entre 1963 et 1964 lors d'une tournée africaine qui le conduit au Gabon, au Tchad, au Caméroun et au Nigeria. Sur le chemin de retour, le Cercul Jazz séjourna pendant deux mois à Pointe-Noire et Dolisie où il remporta un succès immense et rentra triomphalement à Brazzaville où il élit domicile au "club Lomeka" (ex*bar Bounzoumou), situé dans la rue des Martyrs à Moungali. Au fil des temps, Franklin Boukaka et Albert Ntounta Mamadou vont s'imposer comme les meilleurs chanteurs du groupe et les Leaders incontestés.

Auguste-Ken Nkenkela

L'érosion des sols accentue la pauvreté sur la planète

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

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

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



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

cultivées.

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

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

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

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

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

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Comment limiter le réchauffement climatique?

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

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

Voici quelques-uns des changements quotidiens que chacun peut apporter dès maintenant. Marcher, faire du vélo ou utiliser les transports en commun, plutôt que d'utiliser une voiture, réduira les émissions de carbone et permet de rester en forme. Si c'est absolument nécessaire, utilisez un véhicule électrique et choisissez un train plutôt qu'un avion pour vos déplacements. Utilisez une corde à linge au lieu d'un sèche-linge pour éviter de brûler des combustibles fossiles pour produire de l'électricité. Utilisez des temet des températures plus basses pour le chauffage. Isoler son toit pour prévenir les pertes de chaleur durant l'hiver. Eteindre et débrancher les appareils lorsqu'ils ne sont pas utilisés.

Ces changements peuvent sembler mineurs, mais ce sont des moyens très efficaces d'économie d'énergie. Et la prochaine fois que vous achetez un appareil électronique, assurez-vous qu'il est éconergétique. On peut également choisir d'adopter une source d'énergie renouvelable pour certains besoins, comme un chauffeeau solaire. Changer ses habitudes alimentaires, car la production de viande rouge émet beaucoup plus de gaz à effet de serre que la production de viande de poulet, de fruits, de légumes et de céréales. Il faut réduire sa consommation de viande et consommer plus de légumes et de fruits à la place. Si cela semble trop difficile, pensez à passer une journée sans viande chaque semaine. Cela vaut également la peine de réduire sa consommation de produits laitiers, car elle se fait au prix d'émissions de gaz à effet de serre élevées pendant la production et le transport. Choisir plutôt d'acheter plus d'aliments de saison d'origine locale

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

Boris Karl Ebaka

Le saviez-vous?

Quelques objets utilisés par nos grands-parents qui disparaissent progressivement au XXIe siècle

Nos grands-parents ont vécu à une époque différente de la nôtre où la technologie évoluait à un rythme bien plus lent. Des objets qu'ils utilisaient au quotidien font désormais partie du passé, remplacés par des versions plus modernes et plus efficaces aujourd'hui grâce à l'évolution de la technologie et à l'avènement du numérique. On les redécouvre!

Les cassettes et les tourne-disques

ans les années 1970 et 1980, les cassettes étaient en vogue pour l'écoute de la musique. Elles étaient portables et résistantes, cependant pas parfaites à cause de la médiocrité du son. La création de mixtapes était une tâche particulière. Il fallait établir une play list avec soin ainsi que le nombre de chansons qu'elle devait contenir. Certaines personnes aiment encore les cassettes, mais la plupart d'entre nous préfèrent aujourd'hui écouter de la musique numérique en continu.

Les tourne-disques étaient le principal moyen d'écouter de la musique avant l'arrivée des cassettes, des CD et de la musique numérique. Les audiophiles aiment toujours le son de l'aiguille frappant un disque en vinyle, mais peu de gens ont l'occasion d'en faire l'expérience de nos jours. Les disques devaient être manipulés avec soin pour éviter les dommages tels que les rayures ou les déformations. Même si le vinyle fait son retour, l'utilisation quotidienne de tourne-disques appartient au passé.

Les téléphones rotatifs et publics

À l'époque, les téléphones à cadran ou rotatifs étaient la norme dans presque tous les foyers. Il n'y avait pas de numérotation rapide, pas de sauvegarde des contacts, et aucune identification de l'appelant. Il suffisait de tourner le cadran circulaire en écoutant la symphonie mécanique des



clics et des claquements, juste pour passer un appel. Avant les téléphones portables, les cabines téléphoniques étaient très importantes pour les personnes qui étaient hors de leurs maisons. Les pièces de monnaie étaient une condition primordiale pour y avoir accès, et il était parfois difficile d'en trouver une au moment où l'on en avait besoin. Aujourd'hui, presque tout le monde a un téléphone portable et les cabines téléphoniques ne sont utilisées que pour les transferts de crédits, des dépôts d'argent pour ceux qui ont des comptes Mobile money ou simplement d'activer les forfaits d'appels. Leur disparition montre à quel point la technologie mobile a changé la façon dont nous restons en contact les uns avec les autres.

Les machines à écrire ou dactylographiques

Bien avant que les ordinateurs n'envahissent le monde, les machines à écrire régnaient en maître lorsqu'il s'agissait de coucher des mots sur le papier. Le claquement des touches et le bruit du retour du chariot étaient des sons familiers dans les bureaux comme dans les foyers. Les erreurs devaient être corrigées à l'aide de ruban adhésif ou de liquide. Si quelques irréductibles tapent encore sur des machines à écrire pour le plaisir, elles sont pour la plupart devenues des reliques d'une époque révolue, rangées dans les coins des magasins d'antiquité et dans les cœurs nostalgiques.

Les lettres manuscrites

Écrire des lettres à la main est plutôt rare de nos jours, depuis que nous avons des courriels et des messageries instantanées. Nos grands-parents passaient beaucoup de temps à écrire des lettres personnelles à leurs proches. C'était plus lent que la communication numérique, mais c'était spécial et très original.

Les encyclopédies

Lorsqu'il s'agissait de rechercher des informations ou de résoudre des conflits, on ouvrait des encyclopédies. Ces gros livres étaient vendus au porte-à-porte et coûtaient cher aux familles. Ils contenaient des tonnes d'informations, mais se périmaient rapidement. Aujourd'hui, avec l'internet et les moteurs de recherche, ces documents encombrants n'ont plus de raison d'être.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Appel à candidatures pour bourses d'études au Canada

L'appel à candidatures pour l'année académique 2024-2025 est désormais ouvert. Les étudiants intéressés doivent présenter leurs candidatures en ligne.

Les bourses d'études au Canada vise à accroître les possibilités pour les établissements postsecondaires de ce pays d'accueillir des étudiants internationaux d'un grand nombre de pays et de territoires, dans le cadre d'échanges de courte durée afin de poursuivre des études ou faire de la recherche.

ADMISSIBILITÉ

Veuillez faire votre demande de bourse en remplissant le formulaire de demande en ligne. Ainsi, après la réception de votre formulaire en ligne, nous vous enverrons la fiche PDF d'inscription à remplir Remplir et envoyer en pièces jointes ladite fiche suivie d'une copie scannée de votre dernier diplôme académique obtenu et une lettre de motivation à l'adresse email de Cicedd bourse@cicedd.ca. La Commission fédérale des bourses d'études canadiennes (CFBEC), fera étudier votre dossier par l'Antenne déléguée de votre zone et catégorie de pays. Les candidats retenus recevront une lettre de validation et une attestation de la CFBEC, pour notification de la bourse

VALIDATION

Votre dossier sera automatiquement pris en compte et validé par l'Antenne de votre zone géographique de la CFBEC dans le cas où les conditions à remplir seraient dûment respectées. Vous aurez à payer l'équivalent de 470 dollars CAD. Ces frais doivent nous parvenir par

mandat via une institution translation à l'ordre de notre comptable ou notre coordonnateur régional du Programme/Bourse d'études au niveau de l'Antenne de la CFBEC.

DURÉE DE LA BOURSE

Les bourses couvrent la période d'un cycle de formation ou au maximum six semestres voir plus.

FRAIS DE VOYAGE

Les billets d'avion aller-retour (Provenance— Canada/ Québec) sont pris en charge par la direction régionale des bourses étrangères canadiennes. Conditions préalables à la candidature en règle générale, les candidats aux bourses étrangères canadiennes doivent:

Avoir au maximum 18 ans à 55 ans; Comprendre et parler correctement l'une des langues d'enseignement au Canada (Anglais, français, espagnol, allemand, italien); Avoir un diplôme équivalent au brevet d'études de premier cycle d'enseignement, au baccalauréat ou au brevet d'aptitude professionnelle des pays de l'Union européenne.

SPÉCIFICITÉ

Par l'octroi de 800 bourses d'études ou de stages reparties dans plusieurs universités canadiennes, Cicedd, en partenariat avec la CFBEC, entend faciliter l'immigration aux personnes désireuses de poursuivre leurs études et d'obtenir des diplômes d'Etat canadien.

Les candidats retenus au terme de la sélection de candidatures seront insérés, outre leur étude, dans les secteurs sensibles de la vie économique et sociale du Canada: (Santé, droit, diplomatie, communication, finance, énergie, industrie, environnement, transport, agriculture...). Cette option de la CFBEC vise à donner une aptitude professionnelle aux boursiers pour pouvoir travailler s'ils le désirent au Canada à la fin de leur formation.

Les étudiants admissibles doivent :

être citoyens d'un des pays ou territoires suivants :

Asie: Bangladesh, Népal, Taïwan Europe: Türkiye, Ukraine Moyen-Orient et Afrique du Nord: Tous les pays Afrique sub-saharienne: Tous les pays être inscrits à temps plein dans un établissement d'enseignement postsecondaire d'un pays ou territoire admissible payer tous les frais de scolarité requis par cet établissement au moment de soumettre la demande et pour toute la durée de l'échange Les étudiants ne sont pas admissibles à cette bourse s'ils: détiennent ou font actuellement une demande pour obtenir la citoyenneté canadienne ou la résidence permanente participent déjà à un programme de bourses d'échange financé par le gouvernement du Canada sont déjà inscrits à un programme d'études dans un établissement postsecondaire canadien menant à l'obtention d'un grade, d'un diplôme ou d'un certificat.

Par Concoursn

Santé publique

Télétravailler, c'est la santé?

À l'heure où le retour au bureau, pour davantage de présentiel, fait grincer les dents des salariés habitués au télétravail, une étude du ministère du Travail met en évidence que ces derniers sont en meilleure santé que leurs collègues présents sur site, et sont moins en arrêt-maladie. Des arguments officiels qui pourraient peser dans le débat.

La Dares, la direction de l'Animation de la recherche, des études et des statistiques du ministère du Travail et de l'Emploi, vient de publier un rapport analysant l'impact du tététravail sur la santé des salariés, en particulier pendant et après la pandémie de covid-19.

Cette pratique, désormais bien ancrée, concerne aujourd'hui 26 % des travailleurs en France, télétravaillant au moins un jour par semaine, contre seulement 9 % en 2019. 13 % des salariés télétravaillent même au moins deux jours par semaine, contre 2 % en 2019.

Moins de troubles psychiques et du sommeil, de douleurs chez les télétravailleurs

Alors qu'Amazon et de nombreuses entreprises internationales cherchent à ramener leurs salariés au bureau, la Dares indique que, selon les données 2023 disponibles, « les télétravailleurs sont globalement en meilleure santé que les autres salariés qui ne pratiquent pas le télétravail. Ils sont moins fréquemment maalades et continuent davantage de travailler lorsqu'ils sont malades ». Voici les points clés du travail de la Dares :

· En 2023, 37 % des salariés qui

ne télétravaillent pas (mais dont les professions le permettraient) ont déclaré que leur état de santé était altéré, contre 31 % des télétravailleurs.

· L'isolement du salarié à domicile, les horaires « extensibles », le mélange entre vies professionnelle et personnelle... pourraient nuire à son moral et à sa santé mentale. Le rapport constate le contraire : les télétravailleurs souffrent moins de troubles psychiques. Ainsi, 20 % des salariés ne télétravaillant pas présentent un risque dépressif élevé, contre 17 % chez les télétravailleurs.

· En ce qui concerne les maladies chroniques, 28 % des non-télétravailleurs en souffrent, contre 24 % des télétravailleurs. De même, 57 % des non-télétravailleurs déclarent des douleurs fréquentes, contre 51 % des télétravailleurs. 21 % contre 17 % mentionnent des limitations fonctionnelles, et 44 % contre 40 % affirment souffrir de troubles du sommeil. Ces écarts persistent même après ajustement en fonction de l'âge, du sexe ou des conditions de travail

Selon la Dares, « l'autonomie gagnée et l'intensité moindre du travail à distance seraient susceptibles de permettre une meilleure adaptation (de la temporalité, des cadences) du poste au salarié et, de ce fait, une dégradation moins importante de son état de santé. »

De meilleures conditions de travail chez les télétravailleurs

Parmi les salariés dont le poste se prête au télétravail, ceux qui le pratiquent jouissent en moyenne de meilleures conditions de travail que les non-télétravailleurs, analyse la Dares. Elle précise : les télétravailleurs ressentent moins d'exigences émotionnelles, très légèrement moins d'intensité du travail et beaucoup moins de manque de reconnaissance et d'insécurité professionnelle ou encore de manque d'autonomie. Moins d'arrêts de travail grâce au

télétravail
Le nombre de jours de maladie
chez les télétravailleurs est plus
faible que chez ceux qui travaillent
sur site: 4,7 jours par trimestre
contre 7,4 jours. A l'inverse et en
toute logique, le présentéisme,
c'est-à-dire le fait de travailler
malgré la maladie, est plus élevé
chez les télétravailleurs. En effet,
57 % des télétravailleurs malades
continuent de travailler, contre 45
% chez ceux qui travaillent sur



site. Cette différence est encore plus marquée chez les femmes (52 % contre 39 %).

Anses ou Dares... qui croire ?

L'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) a estimé en février dernier dans son rapport « Télétravail: poursuvre la recherche pour mieux évaluer les effets potentiels sur la santé» que la pratique du télétravail comporte certains risques sanitaires spécifiques, tels que des « troubles musculosquelettiques, impacts sur la vue, perturbation des rythmes circadiens comme le rythme veille-sommeil, effets sur les comportements alimentaires et addictifs,

accidentologie, impact sur la santé mentale ».

Cependant, avant la généralisation du télétravail, ceux qui en bénéficiaient étaient souvent des salariés dont l'état de santé rendait difficile le travail en présentiel. Or le rapport de l'Anses se fonde sur les données produites avant ou durant la période covid, lesquelles « ne sont pas représentatives de la situation actuelle », précise l'Agence. On peut aussi imaginer que la généralisation du télétravail par les entreprises et l'expérience acquise a permis de meilleures conditions de télétravail

 $Destination\ sant\'e$

Bien-être

Pourquoi le stress donne-t-il mal au ventre ?

Le stress peut se manifester sous différentes formes, dont certaines particulièrement désagréables au niveau intestinal. Entre douleurs abdominales, constipation et autres diarrhées, pourquoi le stress fait-il autant mal au ventre?

La « boule au ventre » lors d' un stress? Le phénomène est courant mais ses mécanismes sous-jacents restent en partie incompris. Curieusement, la piste conduisant au cortisol, hormone réputée participer à la gestion du stress, avait été peu étudiée jusqu'à ce que des chercheurs de l'Inserm la suivent. C'est ainsi que Michel Neunlist et Kalyane Bach-Ngohou (unité 1235 Inserm/Nantes Université) se sont penchés sur les relations entre stress, cortisol et troubles digestifs, dans le modèle expérimental de la souris.



Le cortisol incriminé

Des souris en l'occurrence disposées pendant une heure sur une plate-forme flottant sur l'eau et donc soumises au stress versus des congénères restées en cage. Et ce constat des scientifiques : les premières avaient émis davantage de selles que les secondes. De prélèvements en exploration des mécanismes cellulaires à l'œuvre, ils en sont ainsi venus à suggérer que « le cortisol influençait directement les neurones qui composent le système nerveux entérique ». Lequel est un « tissu indépendant du système nerveux central, distribué tout le long du tube digestif, qui régule les fonctions gastro-intestinales ».

Un transit qui s'accélère

De façon concrète, un épisode de stress apparaît associé à « une augmentation de la proportion de neurones qui synthétisent l'acétylcholine (un neurotransmetteur, ndlr) au niveau du système nerveux entérique ». Ce qui semble-t-il contribue à accélérer le transit. Si ces résultats doivent être confirmés ou infirmés chez l'homme, ce travail publié en 2023 confirme en quelque sorte cette réputation de « deuxième cerveau » que représente notre intestin. Lequel contiendrait 200 millions de neurones! De quoi multiplier les échanges avec un cerveau stressé...

Faire la grasse matinée le week-end Bon pour la santé?

De récentes recherches indiquent que prolonger son sommeil durant le weekend pourrait être bénéfique pour rattraper la dette de sommeil accumulée pendant la semaine.

Faire la grasse matinée consiste à dormir plus long-temps que d'habitude le matin, en particulier les jours de repos comme le week-end. Cela permet de récupérer des heures de sommeil manquées et de se détendre sans pression de ré-

veil matinal. La grasse matinée

permet de réduire le stress et d'améliorer l'humeur, contribuant ainsi à une meilleure santé mentale. Elle peut également compenser les nuits écourtées durant la semaine, permettant de restaurer les fonctions cognitives et physiques.

Pour maximiser les bénéfices de la grasse matinée, il est conseillé de maintenir un environnement de sommeil optimal : chambre sombre, calme, et température agréable. Le fait d'éviter les écrans avant de dormir peut aussi favoriser un sommeil plus profond et réparateur.

Cependant, trop dormir peut aussi déséquilibrer le cycle de sommeil et entraîner des troubles comme l'insomnie ou la somnolence diurne. Un excès de grasse matinée pourrait également perturber l'horloge biologique, rendant le réveil du lundi matin encore plus difficile.



Par conséquent, les spécialistes recommandent de garder une certaine régularité dans les horaires de sommeil, même le week-end. Ils suggèrent de ne pas prolonger la grasse matinée de plus de deux heures par rapport à l'heure habituelle de réveil pour éviter de perturber le cycle de sommeil. En cas de fatigue chronique, il est également conseillé de consulter un professionnel de santé pour évaluer les causes sous-jacentes.

En conclusion, profiter d'une grasse matinée le week-end peut aider à récupérer un peu du sommeil perdu durant la semaine, mais comme pour toute chose, la modération est la clé pour éviter des effets indésirables. Les conseils des experts peuvent guider chacun vers un équilibre sain entre repos et activités, pour un bien-être optimal.

Chris Louzany

N° 298 - Vendredi 22 novembre 2024

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

SPORTS I 13

Football

Les scores les plus larges de l'histoire

Le 31 octobre 2002, le stade olympique de l'Emyrne, emblématique club de football malgache, se trouve au cœur d'un événement sans précédent. Lors de la rencontre face à l'AS Adema, un score ahurissant de 149 à 0 est enregistré, établissant ainsi un record mondial qui défie l'imagination.



L'équipe australienne victorieuse 31-0 des Samoa Américaines, le 11 avril 2001/DR

Le match singulier ne résulte pas d'une domination sportive classique, mais plutôt d'une protestation audacieuse des joueurs du SO de l'Emyrne contre des décisions arbitrales jugées injustes à leur encontre, quelques jours auparavant. En réaction à ces décisions, Ils ont volontairement maraué des buts dans leur propre filet, transformant le match en une déclaration symbolique. Ce geste a provoqué un mélange de consternation et d'amusement au sein du public et des médias, tout en entraînant des conséquences pour les protagonistes de cette rencontre mémorable.

Un autre score incroyable est celui de la rencontre entre l'Australie et les Samoa américaines lors des éliminatoires de la Coupe du Monde 2002. L'Australie a écrasé son adversaire avec un score monstre de 31-0, un exploit qui témoigne d'un déséquilibre flagrant entre les deux équipes. Archie Thompson a brillé en inscrivant 13 buts, établissant ainsi un record personnel tout en contribuant à ce score astronomique. Ce match illustre

comment une équipe peut dominer une autre à un niveau presque inimaginable. Dans le cadre des qualifications pour l'Euro 2008, l'Allemagne infligeait une défaite humiliante à Saint-Marin avec un score de 13-0, le 2 septembre 2006. Lukas Podolski était le héros du match avec ses quatre réalisations. Ce résultat mettait en lumière la différence de niveau entre les deux équipes. L'Allemagne avait démontré sa puissance sur le terrain, laissant Saint-Marin sans réponse.

En Liga espagnole, l'Athletic Bilbao a réalisé une performance mémorable en battant le FC Barcelone 12-1, en 1931. Ce score reste le plus large jamais enregistré dans l'histoire du championnat espagnol et témoigne d'une domination totale sur les Catalans.

Dans le cadre de la Bundesliga allemande, le Borussia Mönchengladbach a également réalisé une performance exceptionnelle en battant le Borussia Dortmund, 12-0, lors de la dernière journée de la saison 1977-1978. Il reste à ce jour le plus large score enregistré dans

l'histoire de la Bundesliga et témoigne d'une domination sans partage sur son adversaire. Cette victoire a marqué les esprits et est souvent évoquée dans les discussions sur les plus grands scores du football.

Un autre score mémorable est celui du match entre la République du Congo et Sao Tomé-et-Principe, disputé le 7 juillet 1976 lors des Jeux d'Afrique centrale. Le Congo réalisait un exploit mémorable en battant son adversaire 11-0. Ce match, disputé à Libreville, a marqué l'histoire du football congolais. Les joueurs avaient démontré une domination totale sur le terrain, inscrivant des buts à un rythme effréné.

Autre score marquant, celui du match entre la France et l'Azerbaïdjan en qualifications pour l'Euro 1996. Les Bleus s'étaient imposés avec un score sans appel de 10-0, établissant ainsi un record pour leur équipe nationale.

Dans le football moderne, le Paris Saint-Germain (PSG) a également inscrit son nom dans les annales avec une victoire écrasante, 9-0, contre Troyes en Ligue 1 en mars 2016. Cette performance a été marquée par un jeu collectif impressionnant et une efficacité redoutable devant le but. Le PSG continue d'évoluer parmi les meilleures équipes européennes, et ce match témoigne de sa capacité à dominer ses adversaires.

Plus récemment, Liverpool a égalé ce record en s'imposant 9-0 face à Bournemouth lors d'un match de Premier League en août 2022.

Un autre exemple emblématique est celui de Manchester United qui a infligé une défaitede 9-0 à Ipswich Town, en février 1995. Cette rencontre est souvent citée comme l'une des plus grandes démonstrations de force dans l'histoire récente du club.

Lors de la Coupe du monde de la Fifa 1982 en Espagne, la Hongrie a infligé une défaite cinglante au Salvador de 10-1. Ce match reste gravé dans la mémoire comme l'un des plus déséquilibrés de l'histoire du tournoi. La Hongrie a démontré une maîtrise technique impressionnante, inscrivant sept buts après la mi-temps pour sceller son sort.

Enfin, l'AC Milan détient aussi un record avec sa victoire, 8-0, contre Genoa en Série A en 1955. Ce match illustre la puissance offensive du club milanais durant cette époque dorée et rappelle que même dans les compétitions nationales, des scores fleuves peuvent survenir.

Ces scores dans l'histoire du football sont souvent synonymes d'humiliation pour les équipes défaites. Cela témoigne non seulement des différences de niveau entre les équipes mais également des circonstances particulières qui peuvent entourer certains matches. Qu'il s'agisse d'une protestation comme celle observée lors du match entre le SO de l'Emyrne et l'AS Adema ou simplement d'une démonstration de force sur le terrain, ces rencontres resteront gravées dans la mémoire des amateurs de football à travers le monde.

Le football continue d'évoluer, mais ces scores exceptionnels rappellent que même dans ce sport populaire, il existe encore des moments où tout peut basculer rapidement sur le terrain. Les futurs matches pourront encore nous offrir des surprises similaires, car chaque compétition apporte son lot d'émotions et d'imprévus.

Sasha Kitadi

Plaisirs de la table

Les plats d'accompagnement

On ne se rend pas toujours compte de la place qu'ils occupent en cuisine, mais ces plats d'accompagnement du repas principal ne sont pas seulement des ornements ou des auxiliaires du repas. Ils sont essentiels aussi bien à la présentation qu'à la saveur finale d'un plat. Découvrons-les ensemble.

onstitués pour la plupart d'ingrédients à base de légumes, de fruits ou de féculents, les plats d'accompagnement peuvent aussi être tout simplement une sauce ou le fruit même que l'on propose séparément.

D'ailleurs, plusieurs expressions en restauration viennent renforcer l'idée de mettre à part ou sur le côté un condiment servi comme accompagnement. On mettra donc des frites sur le côté, ou bien de la sauce vinaigrette proposée avec de la salade. Le ketchup ou la mayonnaise sont souvent des ingrédients placés à côté.

Selon les traditions culinaires, le sens donné à ce plat en plus lui confère de l'importance. En Europe ou même aux USA, un plat de frites ne peut presque plus être présenté sans des ajouts bien connus, les salades non plus.

Dans la restauration rapide ou à domicile, on s'arrange à souvent ne pas cuisiner des plats tout secs comme au Congo où un plat de poisson frit ou braisé doit souvent s'accompagner soit d'un bouillon de légumes, soit de l'oseille ou d'une sauce épicée.

Les alternatives jouent principalement sur ces trois plats. Lorsqu'il s'agit d'un bouillon de poisson ou autre, on tendra à ajouter des safous par exemple. S'il s'agit de carrés de viande, on le présentera avec un bon ragout, suivant la recette du gourmet congolais.

Dans l'idée générale, il s'agit de proposer aux convives des plats bourratifs, tels que le haricot ou le saka saka qui ne manqueront presque jamais lors des rencontres festives. Mais c'est aussi une manière d'ajouter un plat en plus qui facilitera la digestion.

Si le plat de fromage peut représenter le dernier plat à présenter, en Afrique il s'agira de le mettre à table tout de suite. Ailleurs, en Italie par exemple,



on ne cessera jamais d'être surpris : un premier plat est présenté, un deuxième puis un autre jusqu'arriver à une multiplicité de plats qui dénotent de l'abondance de plats de la cuisine méditerranéenne dont les vertus diététiques ne sont plus à présenter.

En Asie, spécialement au Japon l'équation se joue sur trois tableaux : un encas, un plat principal et un dessert. Comme plats traditionnels, il y a les natto des haricots de soja fermentés, le célèbre sushi et le dango, un dessert visqueux à base de farine de riz. Les surimis, les nouilles udon et soba, le tofu ou le riz au curry, sont les autres véritables de vrais délices au pays du soleil levant!

Comme accompagnements bien connus, il y a le wasabi, le gari ou la célèbre sauce de soja.

De manière générale, les accompagnements peuvent être constitués à base de pommes de terre, ou de purée de pommes de terre, de pâtes, de manioc, de pain : en somme des féculents qui ne manqueront pas d'agrémenter des recettes de tous les horizons.

On retrouve aussi des légumes comme les haricots verts, les champignons sautés, de la salade, des asperges et tous les légumes de saison ou encore des aubergines, vertes ou violettes. A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons

Samuelle Alba

RECETTE

Poêlée de poivrons et de champignons

PRÉPARATION: 30 mn

Ingrédients pour 4 personnes

1 poivron rouge, vert, jaune (1 pour chaque couleur)

500g de champignons (boîte de conserve)

3 cuil. à soupe d'huile de votre choix (soja, d'arachide, d'olive)

2 oignons

1 gousse d'ail

1 bouquet de persil

sel, poivre noir

PRÉPARATION

Commencer par laver puis couper en lamelles les poivrons. Puis les faire sauter dans une poêle avec de l'huile à feu moyen pendant 10 minutes.

Ajouter les champignons, le persil et l'ail pilés.

Incorporer les oignons couper également en lamelles, le poivre, le sel et laisser cuire pendant encore 10 minutes.

Servir chaud.

ACCOMPAGNEMENT

Ce plat peut accompagner les plats à base de viande ou de poisson.

ASTUCES

Il est possible d'ajouter un peu d'eau pour rendre meilleure la préparation ainsi que des arômes de préférence.

Bonne dégustation!

 $Samuelle\,Alba$



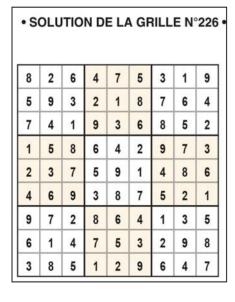
N° 298 - Vendredi 22 novembre 2024

SOLUTION: Le mot-mystère est : ENTREPRENDRE





SOLUTION DE LA GRILLE N°213 7 9 5 1 4 6 3 3 7 9 5 8 2 5 6 7 8 4 2 9 1 9 7 8 2 5 4 1 3 7 6 4 2 3 1 5 9 7 2 9 3 8 1 8 5 1 9 6 3 2 7 1 3 2 5 7 6 4 8 4 8 3 9 7 6 2 1



MOTS CASÉS 10X13 · Nº188 R

2 LETTRES

CE - ET - IP - LE - LU - MA - ME -OC - ON - RE

3 LETTRES

AXE - EMU - FER - FOC - OSE - PLI - REA - REZ - ROI - UNE

4 LETTRES

AERE - AREC - AUGE - AZUR - CERF - CEUX - CHEF - DECU - ELFE -HEIN - ROUE - SERT - SEXE - TOLE 5 LETTRES

AIGRE - AMUSE - EMULE - EPRIT -ERSES - ESTER - NOCES - RECEL -THEME

6LETTRES

AMORCE - AORTES - EFFACE -ESPECE - EXERCE - HATERA -HERPES - SPARTE - TRAHIE - TRAU-

CHESTRE	7	OUBLIA VERBALE	7	BALAN- CÉRENT POUR ATTI- RER L'AT- TENTION	7	MYTHE ENGLOUTI QUIN'A PLUS COURS	7	ALIX ORDRES DU CAPORAL	7	FOLIE ORGANE DIGESTIF	7
-		1		'		'					
VERRE EN BOULE CORRIGERA	-							DERRIÈRE	-		
L_								ENTOURE LA GEISHA POUR EMBARQUER	•		
PRONOM PERSONNEL MEMBRE DE LA SECTE	-		LEVER SON VERRE DISSEMINE	7				-V			
L>			-1			EXÉCUTA	-			ÉTENDAIENT	
NOUVEAU DÉLAI		CHEVAL MYTHIQUE		NYMPHE ÉCLATS DE VOIX	-					•	CONDIT
L_		•		· ·		ASSEMBLÉE AU JAPON PROVENÇAL	-				•
BIENTÖT CHAUVE	MECHE REBELLE BEURRE MAIS PAS TROP	-			NEGATION	- '		CHAPITEAU	ASTATE AU LABO ONZE À MARSEILLE	-	
L_	- W.						BOISSON GAZEUSE ATTRIBUT ROYAL	- 1	- V		
DEVIN GROS CHAGRIN	-				IL SE RECHAUFFE RECOM- PENSE	-	\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \				
L_					'				CANTON SUISSE		BRAN
DÉMONS- TRATIF EXCLA- MATION	-		JEU DE PIONS	TENTER LE COUP COULE PEU	-				X		•
-		NOIR ET BLANC	- '	Y			ON Y MET SA VOIX	-			
MOITIÉ AU LIT	-					DIVINITÉ					

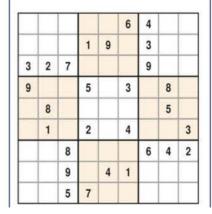
RNEUNROCGREFFER EOEMASESBOULETA ITROLLSNOMEOGOM TSBBLETATNACOYP UEGIAPTERYXOUAE LVULZLGSKDSNFFR AOAEAAZIICIZFLL HZERZCRAONINRUE CIBGLSTRPNELEIZ TNITCOBGEPGBCDA OZEHMUPNTBEUEER UIRETANECDOTEED RNEHCNALAVANTNE BUVARDNOHPISZET EREHCUBPIMENTER

ANECDOTE	EBENISTE	RAMPER
APTERYX	ENGRAIS	SARDINE
AVALANCHE	FAYOT	SCALPEL
BIERE	FLOCON	SCORBUT
BIZARRE	FLUIDE	SESAME
BONZE	GOEMON	SIPHON
BOULET	GOUFFRE	TOURBE
BUCHER	GREFFE	TROLLS
BUVARD	HOUILLE	VARLOPE
CANTATE	KIRSCH	VESTON
CHALUTIER	LEZARDE	ZAPPETTE
CORNUE	MOBILE	ZIGZAG
DECLIC	ONGUENT	ZINZIN
DIATOMEE	PIMENTER	

· SUDOKU · GRILLE N°140 · DIFFICILE ·

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

· SUDOKU · GRILLE N°151 · FACILE ·



A cœur ouvert

«L'océan et la flaque »

Jusqu'où irez-vous par amour ? Que seriez-vous prêt à consentir comme efforts, comme sacrifices ? Si vous êtes prêt (e) à traverser l'océan pour les beaux yeux et la voix suave de votre bien-aimé (e), serait-il ou serait-elle apte à franchir une flaque d'eau pour vous ?

'amour est comme une danse, une valse, qui nécessite un pas puis un autre, de la part de l'un et de l'autre. Il en appelle à une entente, à une intelligence, à un faire ensemble pour un tableau harmonieux. Qui se veut en amour, se veut communiquer, avancer et reculer, tourner, faire un pas de côté. L'amour est incompatible avec la rigidité.

Se mettre en couple invite nécessairement à faire un réarrangement de sa vie, des compromis, découvrir ce qui diffère et ce qui enrichit. Nul ne vient en amour les mains vides, l'esprit

vide, le coeur vide. Tout le monde a touiours quelque chose à donner et assez d'espace, de dispositions, à recevoir.

L'amour un système qui invite nécessairement à l'échange.

Seulement voilà, qu'est-ce un amour qui se montre rigide, insensible, indifférent? Qu'estce un amour qui se replie sur soi au nom de tout et au nom de rien? Des blessures, tout le monde en a et en aura toujours. Tel est le conditionnement même de la vie. Même si c'est difficile, il faut en guérir, les surmonter. Revenir à la vie.

Un amour sain n'est pas censé être difficile. Même pour les bonnes raisons. Un amour difficile, même quand cela s'explique, se justifie, est un amour qui n'est pas prêt à se vivre. Mais parfois dans la vie, le temps ne suffit pas.

Le merveilleux amour est celui qui est simple, qui s'encastre facilement dans votre vie, crie l'évidence, se dénude de sa pudeur. Faites attention à vos meilleurs amis, il se pourrait que ce soit de potentiels maris et femmes venus dans votre vie avant l'heure pour attendre la bonne heure.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Vous tournez une page et affirmez vos envies et vos objectifs. Les choses vont dans votre sens et les rencontres positives sont nombreuses. Votre ciel amoureux prend de très belles couleurs



Vous écarterez les personnes négatives qui se manifesteront autour de vous. Cet état d'esprit vous fait affirmer un véritable changement d'état d'esprit. Vous voilà prêt à vous engager durablement dans une grande aventure.



Un proche vous donne du fil à retordre, il faudra faire preuve de diplomatie pour ne pas froisser les égos trop importants. Votre ciel amoureux s'illumine et de beaux projets se concrétisent entre vous.



L'amitié sera un appui essentiel pour la période à venir. Vous serez entouré et vous sentirez en confiance malgré un climat général parfois difficile à maitriser. Vous voici prêt à en découdre et à vous affirmer.



Vous œuvrez en âme et conscience la plupart du temps mais serez tenté de faire de faillir à vos obligations. Laissez-vous une marge de manœuvre nécessaire afin de ne pas vous ou-



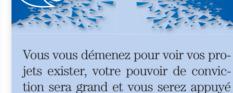
Les désaccords avec vos proches pourraient finalement vous emmener plus loin que ce que vous pensez. Vous aurez des idées bien arrêtées mais pourrez aller bien au-delà de celles-ci. Ouvrez vos horizons.



Vous vous dépassez chaque jour un peu plus et faites preuve d'un courage sans faille. Cette semaine, vous franchissez des étapes importantes et consolidez vos relations. De beaux projet vous tendent les bras.



Le doute et la confusion pourraient se manifester. Prenez un temps pour vous isoler et réfléchir à ce que vous êtes en train de construire. Vous initiez une prise de contact qui pourrait vous déstabiliser. Les créatifs auront le vent en poupe.



Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

de toutes parts. Vos idées trouvent une résonnance toute particulière et pourront se concrétiser.



De multiples questions viendront perturber votre équilibre amoureux, gardez en tête et en ligne de vue vos principes. Vos amis seront de bons conseils, vous y trouverez aussi un certain réconfort.



Votre pouvoir de séduction est grand, parfois plus que vous ne le pensez et ceci pourrait entrainer une forme d'ambiguïté. Vous pourrez en jouer mais aussi le subir, attention à ne pas vous mêler les pinceaux.



Le Soleil entre dans votre signe et apporte son lot de bonnes nouvelles. Vous serez surpris par la rapidité qu'ont les choses à se mettre en place. L'amour vous fait rayonner, vous êtes sur un petit nuage.



DIMANCHE 17 NOVEMBRE 2024

des pharmacies de garde de la capitale.

MAKÉLÉKÉLÉ **Pharmacies** de jour

Lucethalia 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 Continentale Pharmacies

de nuit Péniel РОТО-РОТО

Exaucé Alex Les Anfes

MOUNGALI Pharmacies de jour

Céleste Loutassi Sainte Rita Emmanueli Patrice

Pharmacies de nuit

Celmesterica et Jen-Délivrance Jagger Boueta Mbongo La Renaissance Liema

La Grâce

Retrouvez, pour ce dimanche, la liste

OUENZÉ Pharmacies

de jour Béni (ex-Trois martyrs) Marché Ouenzé

Rosel Relys **Pharmacies**

de nuit Sophiana Tsieme (ex Galesy) Ebina

Boueta Mbongo Coronella <u>TALANGAÏ</u>

Clème Marché Mikalou **Yves**

Pharmacies de nuit Esplanade

Saint Robert Galv Jaque Rufin Père Emerauce Immaculé **Eckodis**

Louanges Lycée T.Sankara Croix Saite **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