



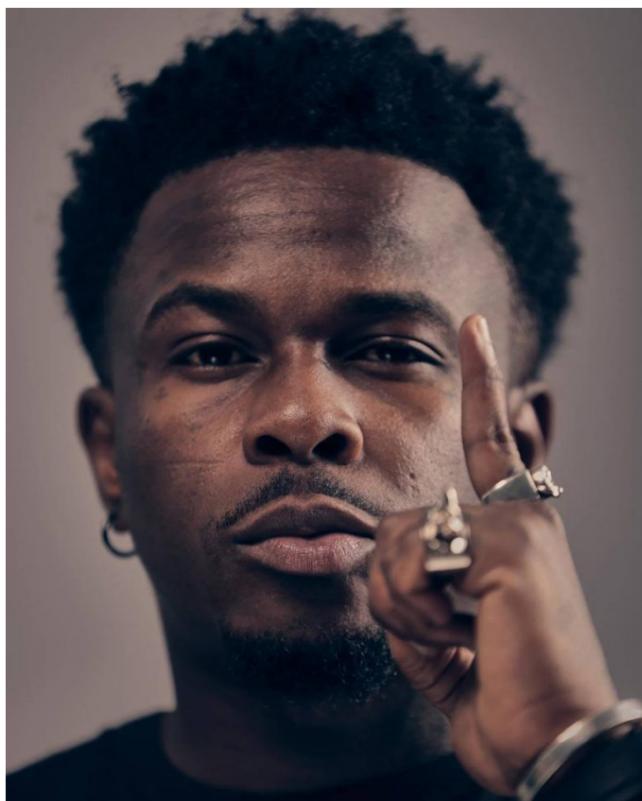
LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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° 324 - VENDREDI 8 AU JEUDI 13 AOÛT 2025



MUSIQUE

Didi B inaugure le festival Indépendance Day

Le maître du rap ivoirien Didi B s'apprête à enflammer le stade Alphonse-Mas-samba-Débat, le 15 août, pour sa première prestation brazzavilloise. Dans le cadre du festival Indépendance Day, l'artiste livrera ses classiques indé-trônables : « La vie c'est loin », « Level », « Mes nuages ». Une performance attendue qui confirmera son statut de référence du hip-hop ouest-africain contemporain.

PAGE 5

HUMOUR

Herman Amisi enflamme Pointe-Noire



L'humoriste vedette Herman Amisi monte sur scène, le 9 août, à Pointe-Noire pour « Instant du rire », quatrième édition. Plus qu'un spectacle, c'est un manifeste joyeux célébrant la culture congolaise. Créateur de contenus reconnu pour sa créativité et son professionnalisme, il transforme chaque représentation en hommage à la parole libre et appel vibrant à la convivialité.

PAGE 8

BOURSE JOURNALISTIQUE

Dakar rassemble l'Afrique francophone



Ce prestigieux prix rend hommage aux deux journalistes RFI assassinés à Kidal

en 2013. Destiné aux jeunes talents radio de moins de 35 ans issus de 26 pays francophones d'Afrique, il récompense les professionnels ayant au minimum deux années d'expérience dans le reportage radiophonique continental.

PAGE 8

CINÉMA

Brazzaville lance son premier festival féminin africain



La capitale congolaise s'apprête à vibrer au rythme du cinéma féminin africain avec la première édition du Festival Mwassi Film d'Afrique Ô Féminin. Du 25 août au 8 septembre, ce rendez-vous inédit redonne la parole aux femmes cinéastes du continent, toutes professions confondues, valorisant les créations locales à travers images, récits et émotions authentiquement féminines.

PAGE 5



SPORT

Le but en or : dix ans de frissons foot

PAGE 13

Éditorial

Dakar appelle: réponsions présents

Une fois encore, la bourse Ghislaine Dupont et Claude Verlon illumine l'horizon journalistique africain. La douzième édition se tiendra à Dakar et rend hommage aux deux professionnels de RFI assassinés à Kidal en 2013, transformant leur sacrifice en espoir pour notre jeunesse. Une opportunité rare s'offre à nous : celle de renouer avec l'excellence.

À l'heure où le journalisme congolais traverse une crise profonde — précarisation, menaces technologiques, défis sur l'indépendance, défiance du public —, la bourse représente un souffle salvateur. Cinq journalistes et cinq techniciens rejoindront les ateliers à Dakar en octobre, avant qu'une formation parisienne de quatre semaines couronne les deux meilleurs.

Pour nos confrères de moins de 35 ans, l'initiative constitue une passerelle vers l'excellence dans un environnement médiatique local souvent étouffant, où les moyens manquent et l'autocensure guette. La bourse offre, en effet, les clés d'un journalisme libéré, moderne, exigeant. Mobilisons nos jeunes talents !

Le projet investit dans l'avenir de notre formation. Face aux fake news qui prolifèrent, nous avons besoin de journalistes formés, aguerris, intègres. Dakar nous tend la main pour redonner ses lettres de noblesse au journalisme congolais.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 4,7 »

C'est le nombre de milliards de FCFA que la société Congo Terminal, armateur de porte-conteneurs et de navires au Port autonome de Pointe-Noire, va investir pour l'extension de son parc frigorifique de stockage des vivres frais importés (reefer), le plus grand des terminaux sur la Côte Ouest africaine.

PROVERBE AFRICAIN

« Nous sommes au pays de la lutte. Il faut oser marcher. »

LE MOT

« VÉNAL »

□ Le mot vénal vient du latin *venalis* qui signifie « A vendre ». En effet, vénal est un adjectif qui qualifie ce qui peut s'acquérir par l'argent. Le mot peut s'employer péjorativement pour qualifier quelqu'un qu'on peut acheter de manière immorale, un individu facilement corruptible et prêt à se vendre pour de l'argent,

IDENTITÉ

« CHARLOTTE »

Le prénom Charlotte est dérivé du germanique *Karl* qui signifie « fort » ou « viril ». Apparue avec la reine Charlotte de Savoie, au XVI^e siècle, Charlotte a une personnalité optimiste, chaleureuse et positive. Intuitive et généreuse, Charlotte aime faire passer le bonheur de son entourage avant le sien. Particulièrement à l'aise lorsqu'elle est entourée, elle est douée dans la communication. Très extravertie, elle fait preuve d'une gentillesse et d'une douceur inégalables.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Il n'est pas bon de fuir devant l'épreuve, au risque de devoir en affronter une plus accablante. »

- LÉONORA MIANO -



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

DIRECTION

Directeur de la publication : Jean-Paul Pigasse
Conseillère de direction : Raïssa Angombo

RÉDACTIONS

Direction des rédactions : Émile Gankama
Assistante : Leslie Kanga
Photothèque : Sandra Ignamout

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédaction en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués : 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, Firmin Oyé
Service Économie : Fiacre Kombo (chef de service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

Service Afrique/Monde : Yvette Reine Nzaba (cheffe de service), Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

Direction de l'Agence : Ange Pongault
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso
Rédaction : Laurent Essolomwa, Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi, Nioni Masela, Martin Enyimo
Comptabilité, administration, ventes : Lukombo, Blandine Kapinga, Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port - Immeuble Forescom commune de Kinshasa Gombé/Kinshasa-RDC - /Tél. (+243) 015 166 200

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo
Chef de service : Clotilde Ibara
Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, François Ansi

PAO - MAQUETTE

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

Edgard Ibara, Jeff Tamaff

INTERNATIONAL

Direction : Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma,
Bureau de Bruxelles : Dani Ndungidi, Adrienne Londole

ADMINISTRATION - FINANCES

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

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

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, Epiphane Mozali
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

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

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.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

Résidence artistique

Jacques Quentien Mayala, une voix congolaise dans les interstices ancrés des Grasslands camerounais

Nichée entre collines brumeuses et terres de chefferies, la localité de Bâtier, au cœur des Grasslands du Cameroun, accueille la nouvelle édition de la Résidence des Artistes Contemporains (RACG2025). Cette année, le thème "Interstices ancrés" invite les artistes à explorer les zones d'entre-deux : entre passé et futur, visible et invisible, tradition et modernité. Le plasticien congolais Jacques Quentien Mayala y prend part avec une œuvre immersive et viscérale, en dialogue direct avec les esprits du lieu.

Artiste profondément enraciné dans la matière, Quentien Mayala interroge les fragments d'histoire, les cicatrices urbaines et les liens brisés de la mémoire collective. Pour cette résidence, il travaille sur une œuvre monumentale qui symbolise les chemins de la tradition africaine, les écocides et les passages sacrés. Chaque œuvre explore un interstice : entre vie du passé, présent et futur. Elle est composée des matériaux locaux (fibres, terre, pigments, objets récupérés) afin d'intégrer des symboles issus des royaumes bamoun ou bamiléké en dialogue avec ceux du Kongo, dont le croisement va créer un langage entre les territoires.

« Je veux habiter les interstices. Ces endroits fragiles où la mémoire résiste, où l'oubli rôde, mais où l'ancrage est encore possible. Ces espaces invisibles entre les blessures du passé et les espoirs du futur sont pour moi des brèches où peuvent encore s'enraciner la mémoire la spiritualité et la résistance. », a confié l'artiste. Et d'ajouter : « Il y a les interstices de la mémoire africaine qu'il est urgent de préserver ou de faire parler : les rituels, les traditions orales, les objets de culte, les mythes comme Lemba ou le Vodou Kongo. Ce sont des fragments vivants de notre mémoire collective qu'il faut préserver avant qu'ils ne disparaissent ».

La résidence RACG2025 n'est pas un simple atelier délocalisé. C'est

un territoire de création totale, où les artistes vivent, écoutent et dialoguent avec les savoirs traditionnels. Dans les Grasslands, chaque pierre, chaque objet, chaque geste est porteur de récits. Pour Mayala, ces éléments deviennent matériaux de réflexion : il collecte, assemble, déconstruit pour créer des formes hybrides, entre reliques et ruines symboliques.

Son installation en cours évoque des sanctuaires effondrés, des sièges abandonnés, comme autant de lieux suspendus dans le temps. L'œuvre questionne les mémoires africaines abîmées par la colonisation, les exils, l'oubli. Elle cherche à réancrer la parole et les regards dans le sol même qui les a portés. Notons que la présence de Jacques Quentien Mayala à RACG2025 est un moment fort pour la scène artistique congolaise. À travers sa participation, il incarne une génération d'artistes qui refusent le silence, qui creusent dans les interstices pour y faire pousser de nouveaux récits plastiques africains. Son œuvre, bien qu'ancrée dans son vécu brazzavillois, entre en résonance avec les réalités des Grasslands, créant une passerelle poétique et politique entre deux territoires d'Afrique centrale.

L'exposition de clôture prévue pour le 30 août à Bâtier rassemblera les créations de tous les résidents afin d'offrir au public une traversée sensible et critique des lignes de fracture et des ancrages du continent.

Divine Ongagna



7^e art

Locarno et Lausanne ouvrent grand l'écran à l'Afrique

En ce mois d'août, deux festivals suisses font rayonner la création africaine contemporaine. Grâce au soutien de l'Organisation internationale de la Francophonie (OIF), les talents du continent s'y dévoilent et se découvrent par le biais des projections, formations et coproductions.

Deux événements phares, le Festival de Locarno qui se tient du 6 au 16 août et le Festival cinémas d'Afrique de Lausanne qui se déroulera du 14 au 17 août placent l'Afrique au cœur de leur programmation. Portés par le soutien constant de l'Organisation internationale de la Francophonie (OIF), ces rendez-vous conjuguent exigence artistique, accompagnement professionnel et ouverture au grand public.

À Locarno, la 78^e édition du prestigieux festival marque le début d'un cycle inédit. Son atelier professionnel « Open Doors », consacré pour quatre années consécutives à 40 pays africains soit de 2025 à 2028, devient une véritable passerelle de lancement pour le cinéma émergent du continent. Dix professionnels soutenus par l'OIF participent à

l'édition 2025. Trois cinéastes, à savoir Angèle Diabang (Une si longue lettre), Amina Abdoulaye Mamani (L'Envoyé de Dieu) et Fousseyni Maiga (Le Rêve de Dieu) présenteront leurs films lors des projections publiques.

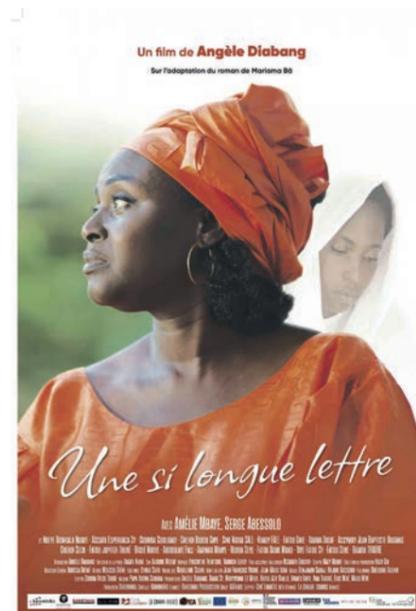
Sept autres talents prendront part aux programmes professionnels. Cinq producteurs sont attendus à la plateforme de coproduction, dont Alassane Sy et Jules Dieng (Sénégal) avec le projet Lutteurs, Erick Bahatey et Giresse Kassonga (RDC) pour Les Bilokos, et Nameita Touré (Côte d'Ivoire) pour La Femme Chèvre. Trois producteurs bénéficieront, quant à eux, d'une formation spécialisée, parmi lesquels Moustapha Sawadogo (Burkina Faso) et Yannick Mizero (Rwanda).

Ces programmes permettent aux parti-

cipants de renforcer leurs compétences, d'élargir leur réseau et de rencontrer de potentiels partenaires financiers et commerciaux. L'OIF, fidèle partenaire d'Open Doors depuis quatre ans, remettra à nouveau le Prix OIF-ACP-UE au meilleur projet. Ce prix, précédemment attribué à des initiatives caribéennes, témoigne de l'engagement francophone en faveur de la diversité culturelle.

En parallèle, à Lausanne, le Festival cinémas d'Afrique propose une sélection éclectique de 59 films issus de 23 pays. Neuf d'entre eux ont reçu l'appui du Fonds Image de la Francophonie. Une vingtaine d'invités viendront échanger directement avec le public, confirmant la volonté du festival de faire dialoguer les œuvres avec leur époque et leurs spectateurs.

Merveille Jessica Atipo





Musique

Foby signe l'hymne officiel du Chan 2025

Le Championnat d'Afrique des nations de football (Chan) 2025, organisé conjointement par le Kenya, l'Ouganda et la Tanzanie, vibre au rythme de son hymne officiel signé Foby, artiste tanzanien engagé. Sobrement intitulée « Chan », la chanson accompagne tous les grands moments du tournoi, des stades aux rues de Dar es Salam.

Entre rythmes festifs et message fort, Foby célèbre l'unité africaine tout en dénonçant le racisme dans le football, en particulier envers les joueurs africains évoluant à l'étranger. « *No racism, no, in African football* », chante-t-il, mêlant patriotisme et appel au respect.

Déjà connu pour son soutien à la sélection féminine de Tanzanie, Foby affirme son attachement au football comme vecteur de cohésion. L'hymne devrait résonner jusqu'à la finale, prévue pour le 30 août à Nairobi, comme un symbole d'espoir et de fraternité.

Gloria Lossele

Journalisme

Dakar accueillera la 12^e édition de la Bourse Ghislaine Dupont et Claude Verlon

La Bourse Ghislaine Dupont et Claude Verlon revient pour sa douzième édition, rendant hommage aux deux journalistes de RFI assassinés en 2013 à Kidal au Mali. Destinée aux jeunes journalistes et technicien(ne)s de reportage radio de moins de 35 ans, la bourse s'adresse aux ressortissants de 26 pays francophones d'Afrique, ayant au moins deux ans d'expérience dans le domaine.



Cinq journalistes et cinq techniciens seront sélectionnés pour participer à des ateliers à Dakar en octobre 2025. À l'issue de cette formation, deux lauréats un(e) journaliste et un(e) technicien(ne) seront désignés pour bénéficier d'une formation professionnelle de quatre semaines à Paris début 2026, entièrement prise en charge.

Un prix spécial, décerné par l'association des Amis de Ghislaine Dupont et Claude Verlon, distinguera également deux finalistes non retenus parmi les lauréats, avec une dotation en matériel professionnel.

La cérémonie de remise de la bourse se tiendra à Dakar, le 2 novembre 2025, à l'occasion de la Journée internationale de la fin de l'impunité pour les crimes commis contre les journalistes proclamée par l'ONU. Le jury sera composé de représentants de France Médias Monde, de Sciences Po, de l'INA, ainsi que de professionnels sénégalais et de membres de l'association fondée en mémoire des deux journalistes.

G.L.

Technologie

Google engage 37 millions de dollars pour accélérer l'intelligence artificielle en Afrique

Google a franchi une nouvelle étape dans sa stratégie continentale en annonçant, selon les informations relayées par Jeune Afrique avec l'AFP, un programme d'investissement de 37 millions de dollars destiné à stimuler l'intelligence artificielle en Afrique. La firme de Mountain View a procédé, le 24 juillet dernier, à l'inauguration officielle d'un centre communautaire dédié à l'IA à Accra, au Ghana, présenté comme un point de convergence pour la recherche, la formation et l'expérimentation.

D'après les mêmes sources, ce centre vise notamment à améliorer la sécurité alimentaire sur le continent, à renforcer la résilience des cultures agricoles face aux aléas climatiques et à adapter les technologies aux nombreuses langues locales. L'initiative phare baptisée AI Collaborative for Food Security réunit chercheurs et ONG autour de la conception de solutions numériques capables de détecter la famine de manière précoce et d'accompagner les petits producteurs dans leurs décisions agronomiques.

Dans une déclaration reprise par Jeune Afrique, James Manyika, vice-président de Google, a salué les avancées africaines en la matière, affirmant que le continent « *abrite aujourd'hui certains des travaux les plus importants et les plus inspirants dans le domaine de l'intelligence artificielle* ».

Toujours selon la même source, Google entend également soutenir l'innovation linguistique avec un financement de 3 millions de dollars alloué au collectif Masakhane, qui développe des outils adaptés à plus de quarante langues africaines. Parallèlement, deux instituts sud-africains, l'African Institute for Data Science and Artificial Intelligence et le Wits Machine Intelligence and Neural Discovery Institute, recevront chacun une subvention d'un million de dollars afin de renforcer leurs programmes de recherche.

À travers sa branche philanthropique, Google.org, l'entreprise annonce aussi une enveloppe de 7 millions de dollars pour appuyer des initiatives de formation à l'intelligence artificielle au Nigeria, au Kenya, au Ghana et en Afrique du Sud. Un fonds complémentaire sera mis à la disposition de startups opérant dans des secteurs comme l'agriculture, la santé ou encore l'éducation, avec pour ambition de faire émerger une génération de solutions africaines innovantes et durables.

Comme le rappelle Jeune Afrique, cet engagement s'inscrit dans une dynamique amorcée depuis plusieurs années par Google, avec des actions concrètes en faveur de la santé maternelle au Ghana et au Nigeria, des dispositifs d'alerte contre les incendies de forêt en Afrique de l'Est, ou encore le développement de modèles linguistiques en lien avec les centres de recherche d'Accra et Nairobi.

Chris Louzany

Cinéma

Brazzaville accueille la 1re édition du Festival Mwassi, film d'Afrique Ô Féminin

Du 25 août au 8 septembre 2025, la ville de Brazzaville vibrera au rythme des images, des récits et des émotions féminines, à l'occasion de la toute première édition du Festival Mwassi Film d'Afrique Ô Féminin. Un rendez-vous inédit qui entend redonner la parole aux femmes africaines cinéastes, toutes professions confondues, et valoriser les créations cinématographiques locales.



Ce festival, né de la volonté de rééquilibrer les représentations dans l'industrie cinématographique africaine, s'impose comme un espace de reconnaissance, de diffusion et de réflexion autour du regard des femmes sur leurs sociétés, leurs histoires et leurs combats. Il mettra en lumière des œuvres réalisées, écrites, produites ou interprétées par des femmes africaines, qu'elles soient réalisatrices, scénaristes, actrices, monteuses, productrices ou techniciennes.

Le festival Mwassi, « femme, en lingala » se veut un acte militant et poétique qui visera à déconstruire les stéréotypes de genre dans les récits cinématographiques, et à ouvrir un dialogue entre générations de créatrices africaines.

Pendant 11 jours, le menu de cette édition sera composé des projections de films venus de tout le continent, donnant à voir la diversité des expériences féminines à l'écran, des tables rondes abordant des sujets essentiels sur la question de la place de la femme dans le cinéma, des ateliers de formation (esthétique de films, jeu d'acteur, atelier documentaire), en écriture de scénario, réalisation, production, montage ou encore direction d'acteurs, animés respectivement par des professionnelles aguerries telles que Pierre-Manau Ngoula (commissaire du festival), Germaine Ololo, Valerie Ossouf et bien d'autres, des partages d'expérience et échanges entre cinéastes, productrices, techniciennes et jeunes talents.

Un focus sur les productions locales

Le cinéma congolais, et plus largement le cinéma du Bassin du Congo, aura une place centrale dans cette édition. Plusieurs films produits localement seront projetés, permettant de valoriser le savoir-faire congolais, de susciter des vocations et de créer des passerelles entre créateurs et publics. Un concours de courts-métrages exclusivement réservé aux femmes du Congo-Brazzaville sera également lancé, avec à la clé une résidence de création et des bourses de production.

Le Festival Mwassi ne s'inscrit pas seulement dans une logique de diffusion artistique, mais aussi dans une dynamique de changement structurel. Il questionne la place des femmes dans les circuits de financement, de distribution et de diffusion du cinéma africain. À travers des débats et plaidoyers, il cherche à impulser des politiques plus inclusives dans un secteur en pleine mutation.

Par conséquent, un appel à candidature est lancé à l'endroit des participantes jusqu'au 15 août. Comme mentionné sur la plate-forme du festival, les candidates sont priées de remplir le formulaire et de le renvoyer à l'adresse indiquée sur la page facebook de l'évènement : noms, prénoms, âge, adresse, email, téléphone, parcours et expériences, le choix des ateliers, la motivation et l'engagement dans le secteur cinématographique

Divine Ongagna

Musique

Didi B sur scène au stade Alphonse-Massamba-débat

Figure incontournable du rap ivoirien, Didi b sera sur scène pour la toute première fois, le 15 août, à Brazzaville au stade Alphonse-Massamba-débat, dans le cadre de la première édition du festival indépendance Day. Tout au long de ce rendez-vous, le public aura l'occasion de la musique dans différents styles avec les grands noms de la scène musicale.

De son vrai nom Bassa zerehoue Diyilem, Didi b est un jeune rappeur qui s'impose actuellement comme l'artiste ivoirien le plus en vue. Sa carrière musicale a débuté en 2009 au sein du groupe du hip-hop « kiff no beat » connu pour ses différents styles mélangeant ainsi raggae, ragga, dance hall, rap dont ils ont surnommé le Dirty décalé. C'est précisément en 2013 que ce jeune artiste rappeur a entamé une carrière solo avec la sortie de son tout premier album « Mojo Trône 1 », avec des titres tels que « la vie c'est loin », « level », « Mes nuages », devant des grands classiques et le plaçant à la tête d'affiche du Hip hop ivoirien.

Son ascension fulgurante dans le paysage musical ivoirien et africain intervient en 2018 avec la sortie de son deuxième album « Mojo Trône 2 », qui a connu un grand succès retentissant dépassant plus de mille ventes physiques, plus de cinquante millions de vues de streaming sanctionnées par une tournée en Afrique, en Europe, en Amérique, un disque d'or remis par l'association des producteurs et éditeurs de musique de Côte d'Ivoire, un prix du meilleur album en 2022, un prix du meilleur featuring et un prix du meilleur clip vidéo.

Sa notoriété n'est pas le fruit du hasard, mais plutôt d'un travail acharné et de détermination, car l'artiste a affronté des obstacles et défis, notamment la concurrence féroce avec le style coupé-décalé, un genre musical très populaire en Côte d'Ivoire. Sa capacité et à se démarquer des autres reside, par ailleurs, dans sa volonté de raconter des histoires à travers sa musique, abordant aussi des thématiques variées allant de l'amour, à la vie quotidienne. Ses collaborations avec d'autres artistes influents lui ont permis d'élargir son audience, de renforcer sa crédibilité, de toucher des segments de marché variés et de consolider sa position sur la scène musicale tant au niveau national qu'international. Cette messe culturelle, qui entend devenir une tradition culturelle au Congo, fera le métissage musical et culturel des différents horizons, tout en confrontant la diversité des cultures.

A travers cette première édition, l'évènement qui transcende les frontières culturelles, sociales, historiques et géographiques veut poser les bases d'un évènement pérenne pour devenir au cours des prochaines éditions un évènement majeur, proposant de s'immerger dans la créativité des musiques de cultures africaines. Si la musique restera le vecteur essentiel de cette édition, un large éventail d'activités pluridisciplinaires et sociales sera proposé afin de permettre une meilleure compréhension de la réalité culturelle au Congo. On retrouvera sur scène des artistes tels que Fally Ipupa, Niska, Dadju, Ronisia, Paterne Maestro, Diesel Gucci, IBA One, Focalistic, Dj Peet, Vinny Balthazar, Emilio Lacass, Kazama, Elverone Ndinga et bien d'autres.

Cissé Dimi

Ce week-end à Brazzaville

Voici, pour ce week-end, quelques activités culturelles à savourer dans la capitale congolaise.

AU CERCLE CULTUREL SONY LABOU TANSI

Représentation de la pièce « Le zulu » par le Théâtre national congolais

Date : vendredi 8 août

Heure : 18h 00

Entrée libre

AU RESTAURANT MIAM

Soirée karaoké

Date : vendredi 8 août

Heure : 19h 30

Entrée libre

AU RESTAURANT AFRICAFÉ

Soirée salsa

Date : vendredi 8 août

Heure : 18h 00

Entrée libre

AU PALAIS DES CONGRÈS

Musique gospel : Déborah Lukalu en concert à Brazzaville

Date : dimanche 10 août

Heure : 14h 00

Entrée : 5.000/20.000 Fcfa

À CANAL OLYMPIA POTO-POTO

En séance nouveauté : « La rumba congolaise »

Date : vendredi 8 août

Heure : 18h 00

Entrée : 2 500 Fcfa

En avant-première : « Evanouis »

Dates : vendredi 8 août/samedi 9 août

Heures : 19h 45/22h 30

Entrée : 5 000 Fcfa

En avant-première : « Freaky friday 2 »

Dates : vendredi 8 août/dimanche 10 août

Heures : 22h 30/20h 00

Entrée : 5 000 Fcfa

AU RESTAURANT HIPPOCAMPE

Atelier lucratif : dimanche colorié

Date : dimanche 10 août

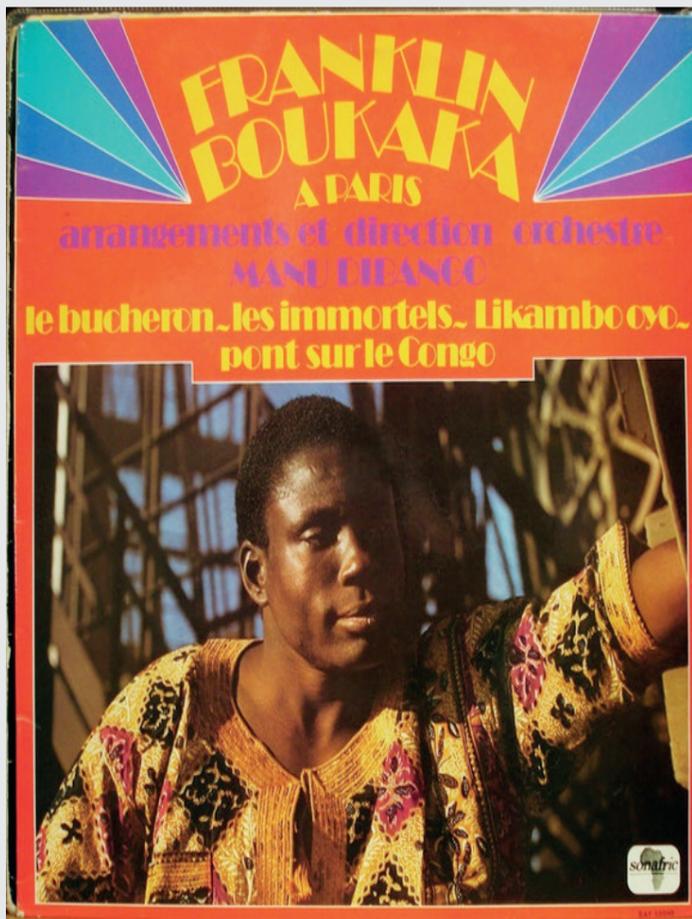
Heure : 14h 00-18h 00

Entrée : 10.000 Fcfa (sur réservation).



Les immortelles chansons d'Afrique

« Ata ozali » de Franklin Boukaka



Beaucoup plus connu dans le microcosme littéraire qu'il a marqué d'une empreinte indélébile, Henri Lopes a écrit le texte de la chanson « Ata ozali », parue en 1972 dans l'album le « bucheron » de Franklin Boukaka. Exécuté en Ré mineur, ce morceau joué exclusivement sur piano par Manu Dibango prône l'unité des Congolais.

« Ata ozali vili, ata mongala, ata mokongo, ozali kaka mwana Congo, ozali kaka mwana Congo, ozali kaka mwana Congo ». « Qui que tu sois, Vili, Mongala ou Mokongo, tu es Congolais ». Cette phrase qui conclut l'intention de l'auteur est corroborée par des motivations à la cohésion : « Solo zoba oyo alingi ko bunda na ndeko, tango nkoyi akoti na lopango ». « Est imbécile celui qui se met en querelle avec son frère pendant que l'ennemi arrive ». « Soki nkoyi a koti na ndako na yo, loba vili, loba lingala, loba kikongo, nkoyi ako yoka monoko yango te, nkoyi ako yokela yo mawa te, nkoyi ako liya se yo ». « Si le lion venait à l'attaquer même si tu parles ta langue vili, lingala ou kikongo, il n'aura pas pitié de toi. Il finira par te dévorer ».

En outre, l'auteur édifie le peuple sur le douloureux passé commun des grands-parents : « Ba nbulumbulu ba kanga tata na yo, ba mema ye na Congo Océan, ba sala soni na mama na yo, ba beta fimbo na ndeko na yo, ba fingaki yo makaku ». « Les miliciens du temps colonial ont enchaîné et déporté ton père, ils ont violé ta mère, ils ont fouetté ton parent, ils t'ont insulté Macak ».

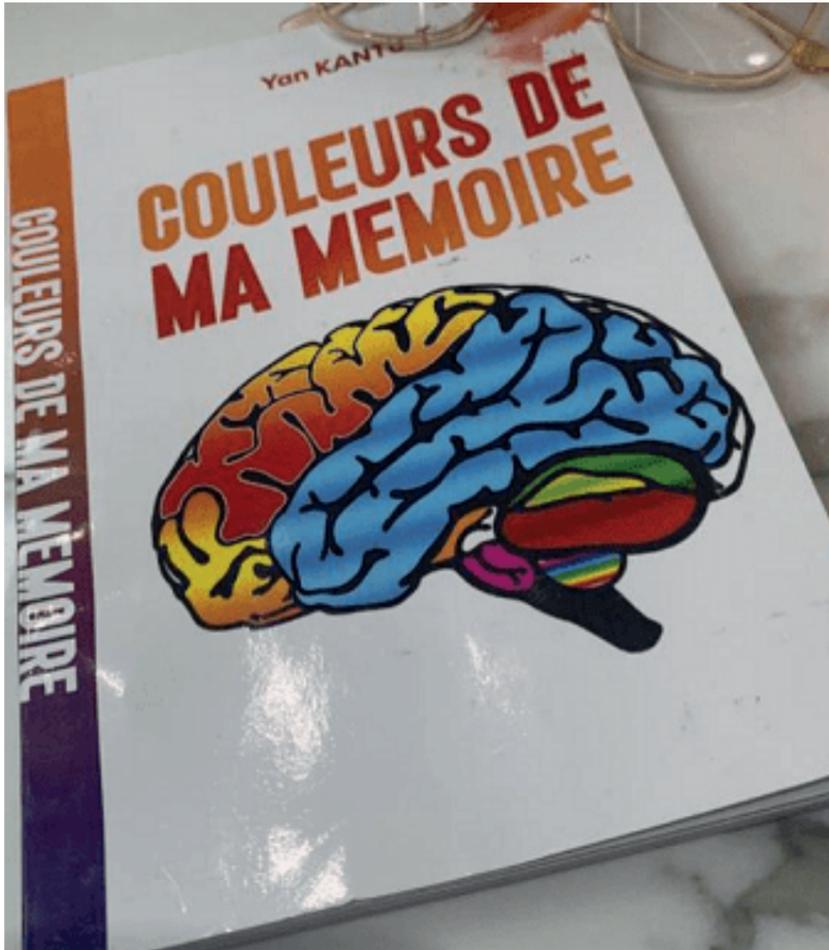
Cette magnifique œuvre chantée en lingala a été magistralement interprétée dans l'irrésistible voix de ténor de Franklin Boukaka et l'intrépide doigté de Manu Dibango au piano. Parue sous les auspices du label « Phonogram » en format 33 tours, référencé SAF 50001, sa particularité est qu'elle s'ouvre et se prolonge par un Ré mineur pour se terminer par un Ré majeur. Notons que la chanson « Ata ozali » fut interprétée en 1999 par le groupe de rap du Congo Brazzaville « Biso na Biso » dans l'album « Racines ». Né en 1937, Henri Lopes est un écrivain de renom du Congo Brazzaville. Il a occupé de hautes fonctions politiques. Premier ministre de 1973 à 1975, il est nommé en 1982 fonctionnaire de l'Unesco à Paris puis ambassadeur. Dans la littérature, il est auteur de : Tribaliques en 1971, Romance en 1976, Sans Tamtam en 1977, le pleurer-Rire en 1982, le chercheur d'Afrique en 1989, Sur l'autre rive en 1992, Les Lys et le Flamboyant en 1997, Dossier classé en 2002, Ma grand-mère bantoue et mes ancêtres Gaulois, en 2003, Un enfant de Poto-poto, en 2012, Le Méridional, en 2015, Il est déjà demain, en 2018. Dans le domaine musical on lui doit le texte de l'hymne national « Les Trois glorieuses », exécuté par l'ensemble Musical de l'Eglise Armée du salut.

Frédéric Mafina

Parution

Vient de paraître « Couleurs de ma mémoire » de Yan Kantu

Face au désenchantement croissant de la société congolaise, minée par les dérives morales, les violences ordinaires et les frustrations du quotidien, l'écrivain congolais Yan Kantu livre une œuvre qui résonne comme un cri intérieur : « Couleurs de ma mémoire ». Parue le 2 août aux Éditions Étoiles Filantes, cette publication se présente non pas comme un simple récit, mais comme une traversée introspective à haute intensité.



Dans les méandres de Kinshasa, où chaque jour s'impose avec ses embouteillages étouffants, ses tracasseries routières et ses injustices latentes, l'auteur capture la matière brute du réel pour la transformer en réflexion littéraire. Ce recueil, composé de douze chapitres condensés sur 56 pages, est un condensé d'émotions, un miroir tendu à une société en quête de repères.

Rencontré dans la capitale, Yan Kantu évoque sans détour la genèse de son texte : « Ce livre est né d'un besoin urgent de dire, de poser les mots là où le silence menaçait de nous étouffer. » Il y aborde sa relation au Congo, à son passé, son présent incertain et son futur espéré. Loin d'une posture analytique, l'auteur adopte une démarche existentielle, presque méditative, où chaque anecdote devient prétexte à une remise en question.

« Couleurs de ma mémoire » est bien plus qu'un journal intime. C'est une offrande lucide faite aux lecteurs, une invitation à revisiter leur propre histoire, à puiser dans leurs failles la force d'avancer. L'auteur s'adresse à tous, jeunes, vieux, sages ou en devenir, avec une humanité désarmante. Il n'édicte pas de morale, mais propose des clés, des pistes de réflexion pour retrouver du sens au cœur du chaos.

Sous une plume sobre mais pénétrante, Yan Kantu expose les ambiguïtés de son époque. Il questionne les modèles de réussite, les illusions collectives, le rapport au pouvoir, à l'attente et à la patience. Son écriture, faite de clairvoyance et de mélancolie, rappelle que la mémoire n'est pas un sanctuaire figé, mais une matière vivante à réinterpréter sans cesse.

Dirigeant lui-même la maison d'édition Étoiles Filantes, Yan Kantu confirme son double engagement, à la fois créatif et structurel. Formé en maintenance industrielle à l'ISTA, il brouille les frontières entre technique et littérature, entre rigueur et sensibilité. Son premier ouvrage, « Ombre de la mort », publié en 2021, posait déjà les jalons d'une parole affranchie, résolument tournée vers l'émancipation intellectuelle.

Avec « Couleurs de ma mémoire », il revient plus mûr, plus incisif, porté par une volonté de provoquer un sursaut. Ce livre est un tremblement discret, une secousse lente, mais durable, dans le paysage littéraire congolais. À l'heure où l'érosion des repères semble s'accélérer, Yan Kantu trace sa voie, entre lucidité et espérance.

Chris Louzany

Voir ou revoir

« On becoming a guinea fowl »

Le long-métrage « On becoming a guinea fowl » est un conte contemporain audacieux sur la mémoire, le secret et la libération féminine. À découvrir ou redécouvrir sans attendre.

Au cœur de la Zambie, pendant des obsèques traditionnelles, une jeune femme nommée Shula fait une découverte inattendue : le corps de son oncle Fred, récemment décédé lors d'une fête. C'est le point de départ d'un huis clos dramatique qui va faire émerger un secret familial lourd. Le film, écrit et réalisé par Rungano Nyoni, mixe drame, réalisme magique et humour noir pour donner vie à un récit à la fois intime et universel.

Shula, incarnée par Susan Chardy, incarne une génération prête à briser la loi du silence. Alors que les rites funéraires se succèdent, l'émotion semble absente, comme si l'événement était dissocié de la vie. Peu à peu, on comprend la raison de ce détachement : l'oncle Fred est accusé d'avoir abusé sexuellement d'un membre de sa famille, mêlant culpabilité collective et déni culturel. Shula représente alors un souffle nouveau : elle refuse l'aveuglement imposé par les traditions.

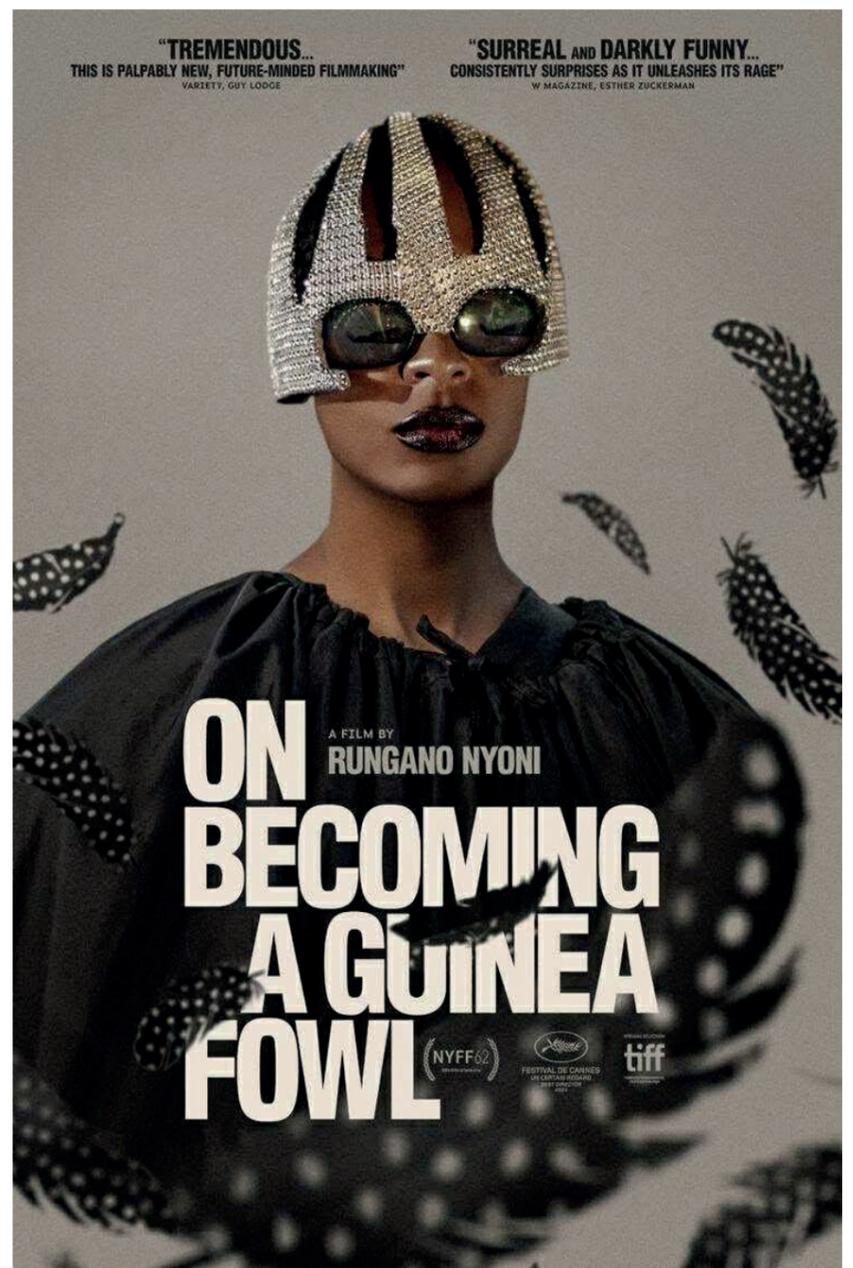
Visuellement, « On becoming a guinea fowl » qui signifie « devenir une pintade » est un film marquant. Nyoni distille des touches de surréalisme qui ponctuent un récit serré, presque minimaliste. Le symbolisme de la pintade, ce volatile bruyant et capable de signaler le danger, devient une métaphore de l'éveil, de la voix libérée, tandis que le décor rural zambien et l'approche documentaire en subtilité renforcent l'authenticité du propos.

Ce film a été sélectionné dans la section « Un certain regard » du Festival de Cannes 2024, où il a fait forte impression par son originalité et son ton résolument féministe. Il est aujourd'hui disponible dans plusieurs pays, et continue de générer des débats sur le rôle des femmes dans la reconstruction post-traumatique de communautés assiégées par le silence.

Le parcours de Shula est à la fois personnel et symbolique. Elle traverse en silence la cérémonie, observe, garde le masque, avant d'oser briser l'omerta. Cette lente maturation émotionnelle est portée par une narration douce, tendue, et jamais démonstrative. Le contraste entre l'apparente passivité de la jeune femme et son engagement intime rend le film à la fois bouleversant et inspirant.

À voir ou revoir, « On becoming a guinea fowl » offre une image forte de la femme noire qui se ré-approprié la parole, refuse l'injustice et s'affirme dans une société qui cherche à étouffer la vérité. Un conte moderne, à la croisée du cinéma de genre et du documentaire engagé, signé par une voix africaine qui murmure fort.

Merveille Jessica Atipo



“Instant du rire”

Herman Amisi parmi les têtes d'affiche

Humoriste et créateur de contenus, Herman Amisi continue toujours de faire parler de lui à travers sa créativité et son professionnalisme. Il sera sur scène à Pointe-Noire, le 9 août, dans le cadre de la quatrième édition du spectacle « Instant du rire». L'événement s'annonce bien plus qu'un simple spectacle, c'est un manifeste joyeux pour la culture congolaise, un hommage à la parole libre, un appel vibrant à la convivialité.

Originaire de la province du Haut-Katanga, Herman Amisi aussi appelé Dady, membre du collectif «lubum comedy club», est une étoile montante de la scène humoristique congolaise qui s'est lancé dans une carrière solo en 2018. Il est très vite apprécié par le public grâce à son premier spectacle intitulé « Les vérités de Déborah» dénonçant l'indifférence des jeunes filles envers les hommes fauchés. Devenu en quelques années une figure incontournable de la scène humoristique congolaise, Herman Amisi transcende désormais les frontières culturelles, sociales, historiques avec ses performances scéniques marquantes. Contrairement à certains humoristes centrés sur le commentaire des célébrités, Herman Amisi se distingue donc par son professionnalisme, son authenticité et son engagement envers son art, attirant l'attention et le respect d'un public plus large. Il demeure fidèle à son style unique, évitant la vulgarité tout en privilégiant un humour basé sur des observations fines et pertinentes de la société.

Le véritable déclic de sa carrière professionnelle intervient en 2020, alors que le monde entier se figeait sous les confinements, imposé par la pandémie de covid-19 que surgit sa création « je suis dans le bruit». L'année 2024 marque son ascension fulgurante avec son concept « Surveillez le fleuve» qui a trouvé un écho vibrant lors de la Coupe d'Afrique des nations en Côte d'Ivoire, plongeant les foules dans une euphorie collective. Ce concept a été d'ailleurs repris par des influenceurs, des célébrités, faisant même l'objet des discussions sur les plateformes et plateaux de télévision. La plateforme congolaise Tv aurait grandement contribué à rendre cet humour à la fois drôle et attrayant, à travers des illustrations, entre autres, quelques ethnies du Congo arborant les couleurs nationales avec des lampes au bord du fleuve Congo, en vue de surveiller en l'absence des voisins de l'autre rive.

Dans un élan de brassage culturel, ce rendez-vous offrira aux spectateurs un regard croisé sur les thématiques variées en lien direct avec la réalité du continent et d'ailleurs. Aussi, cet événement se verra un temps de découvertes des perceptions que portent les artistes humoristes au programme sur la société d'aujourd'hui. Comme à l'accoutumée, les différents spectacles promettent de faire rire aux éclats le public, avec une ancre de conscientisation avec des brins d'humour naturel, des gesticulations hilarantes et des ironies sur des problèmes censés lamenter et éveiller la curiosité.

En effet, instant du rire est donc une plateforme d'expression scénique réunissant des humoristes du Congo et d'ailleurs, mettant l'accent sur le développement des jeunes talents. Avec une soirée qui accueille près de cinq cents spectateurs au terme de chaque édition, l'initiative mérite un maximum d'accompagnement puisqu'elle va au-delà des vaines paroles, en créant l'harmonie au sein des humoristes de différents horizons. On retrouvera sur scène pour cette édition des humoristes tels que Weiflar Kaya, Chambre à louer, Jojo la légende, Ndolo l'amour, Daly cardinal, Koffi de Brazza, Labidi, Papa lipasa, Ambulance, Moucharaf, Moussa.

Cissé Dimi

ROYAL EVENT'S
Présente
Castel Beer

4^{ème} EDITION

PAF
10.000frs
+ conso

Salle du conseil
congolais des chargeurs
P/N Rép. du Congo

09
AOUT
2025

17h30

INFOLINE
+242 06 975 97 97 / +242 05 554 97 17

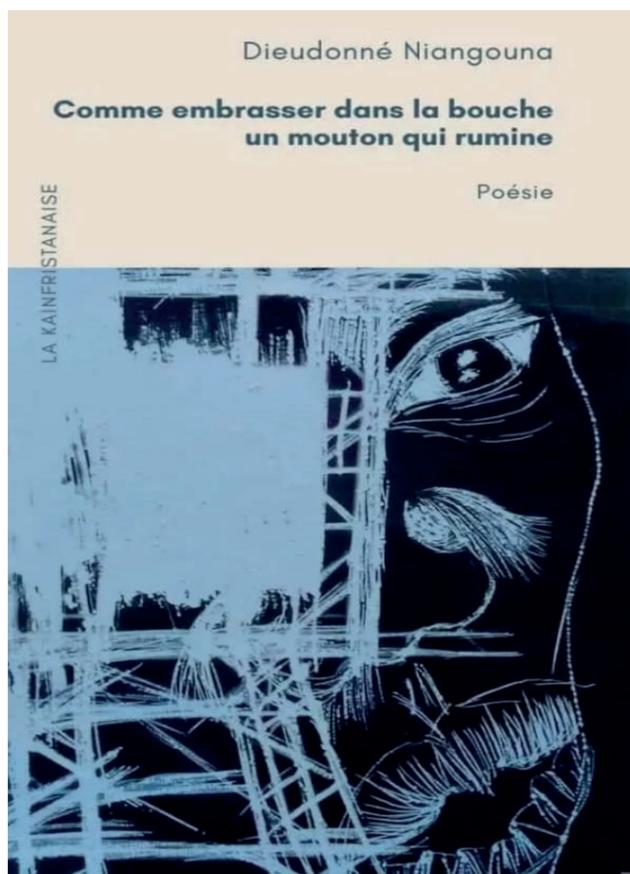
Herman Amisi - Weiflar Kaya - Chambre à louer - Jojo la Légende - Ndolo l'amour
Daly cardinal - Mabidi - Papa Liputa - Koffi de Brazza - Ambulance - Moucharaf - Moussa

BRALICO FLYGABON AFRIJET ELISCO LEADWORKERS ABL UA CHIRIKORSE
G4 OPENTEL VOXTV BOCOM DOUBLETRE Conseil Congolais des Chargeurs Lady D ZOKO
ELAIS MCR TV MCR TV MCR TV ERASCOM University Rivers QUICK WFF SuperMarket DRTV HD

Littérature

Dieudonné Niangouna publie «Comme embrasser dans la bouche un mouton qui rumine»

A travers cette œuvre de plus de cent vingt pages, le romancier congolais, Dieudonné Niangouna, invite à la lecture immersive de son autoportrait porté par une langue à la fois poétique, lyrique, burlesque avec une tendresse brute aux images robustes qui aborde sans concession et sans fausse pudeur le rôle du poète dans la société d'aujourd'hui.



« Comme embrasser dans la bouche un mouton qui rumine », est un corps ouvert, traversé par la parole, la pluralité des identités et le vertige du langage. Dieudonné Niangouna y rumine sa propre présence comme une rumeur de soi, un soi multiple, habité par plusieurs langues, plusieurs géographies et plusieurs voix. En lui résonnent les échos du père, des poètes, des dramaturges, comme autant des strates qui composent son être et sa parole. Il interroge la manière dont les choses, les mots, les genres, nous sont donnés, nous traversent, nous désignent ou nous excluent.

Mais ce livre, loin d'être uniquement grave, fait de l'humour une clef d'introspection, une arme douce et acérée à la fois pour dire le trouble, la fatigue d'être assigné, les jeux de rôle que l'on subit ou que l'on finit par jouer soi-même. Dieudonné Niangouna y raconte sans jamais s'expliquer à la manière d'un funambule sur sa propre planche. Il est à la fois le lieu, l'auteur, le décor et la cible. C'est là que la vie se joue, dans cette écriture où le théâtre du monde devient monologue intérieur. Une langue charnelle, instable, jubilatoire qui fait entendre la tension entre l'excès d'être et l'impossibilité d'être un. « Au fond, la scène c'est de la fiction. L'histoire est un roman, le récit dans lequel toutes les narrations s'accouplent, s'affrontent, s'imbriquent, s'attirent, s'entrechoquent, s'entremêlent et se fusionnent en un fleuve choral qui se joue de la bouche du narrateur, qui se moque du lecteur, qui empêche aux chercheurs de trouver le soleil, qui interroge les penseurs,

qui trouble les spectateurs et qu'un matin ou un soir quelqu'un quelque part, au pied d'un arbre ou dans un bureau du ministère, une équipe de chercheurs, une réunion de commères dans une cour commune ou assemblée de vieux autour d'un verre, arrive à se dire « et si seulement c'était cela l'histoire », dit-il. Style affiné, thématiques pertinentes, poésie dans la prose, jeu libre avec les mots, humour noir, Dieudonné Niangouna n'écrit pas, il sculpte des émotions, peint des états d'âmes, grave à l'encre l'amour des lettres des révolutions noires de demain, capture de sa plume des tranches de vie. L'auteur mêle un langage classique, populaire, poétique et, ses textes sont empreints de la réalité congolaise qu'il a vécue, des réalités vécues grâce à ses lectures, de ses rêveries, de ses envies. On y rencontre des sujets graves traités avec grand humour, des anecdotes qui interpellent. Dieudonné Niangouna parle donc des ravages causés par la guerre civile et les séquelles de la colonisation française, proposant ainsi une écriture foncièrement contemporaine qui le place dans la veine des auteurs avant gardistes. Comme Sony Labou Tansi, il questionne la vérité de l'illusion pour ne pas laisser son monde à la merci de l'illusion de la vérité. Dieudonné Niangouna est un écrivain, dramaturge et metteur en scène congolais, auteur de plusieurs romans dont « Papa tombe dans la lune » en 2022; « La mise en papa » en 2023; « Salve d'honneur pour orchestre à papa » en 2024.

C.D.

Semaine mondiale de l'allaitement maternel

Un appel à bâtir des soutiens durables pour les mères

Du 1er au 7 août 2025, le Congo-Brazzaville comme partout dans le monde a célébré la Semaine mondiale de l'allaitement maternel. Sur le thème « Prioriser l'allaitement : créer des systèmes de soutien durables », cette édition a mis l'accent sur la responsabilité collective pour accompagner les mères dans une pratique vitale pour la santé des nourrissons.

Selon les dernières données de l'Unicef, moins de 45 % des bébés congolais sont allaités exclusivement au sein pendant les six premiers mois de leur vie, bien en deçà des recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Le manque d'information, la pression sociale, la précarité économique et l'absence de mesures adaptées dans le monde du travail constituent les principaux freins. De nombreuses femmes interrompent précocement l'allaitement pour reprendre le travail, souvent sans congé de maternité suffisant ni espace dédié à l'allaitement. Pour Clarisse, 29 ans, mère d'un petit garçon de 5 mois, « l'allaitement est une belle expérience, mais c'est aussi très exigeant. Sans le soutien de ma mère et de la sage-femme du quartier, je n'aurais pas tenu deux semaines. »

Sachant que le thème de cette année n'encourage

plus seulement les mères à allaiter, mais de bâtir autour d'elles des environnements favorables et protecteurs, l'OMS et l'Unicef se sont joints. Ils appellent les gouvernements, les employeurs et les communautés à institutionnaliser des mécanismes de soutien : congés de maternité prolongés, accompagnement postnatal, formation du personnel de santé, protection contre le marketing agressif des substituts de lait. Autant de leviers à activer pour garantir un allaitement efficace et prolongé.

Au Congo, des efforts ont été réalisés, notamment avec l'adoption de la stratégie nationale de nutrition et la promotion de l'allaitement dans les hôpitaux. Mais beaucoup reste à faire, selon les associations de femmes et les professionnels de santé. D'après Noella Pindi, sage-femme au centre de santé intégré Jane-Vialle : « Allaiter ne devrait pas dépendre



du courage individuel d'une mère, mais d'un système qui la soutient. C'est un investissement dans la santé publique, l'éducation, et même l'économie.»

Investir dans les femmes, investir dans l'avenir

Les études montrent qu'un allaitement optimal pourrait éviter des milliers de décès

infantiles chaque année, réduire les risques de maladies chroniques et améliorer les performances cognitives des enfants. Pour les mères, il diminue aussi les risques de cancer du sein et de diabète de type 2.

En cette semaine mondiale, le message est clair : soutenir l'allaitement maternel, c'est soutenir les femmes,

les familles et les générations futures. Cela suppose une volonté politique ferme, une implication des communautés et une transformation des mentalités. Cela commence par une écoute bienveillante des mères, car derrière chaque bébé allaité, il y a une femme qui a besoin qu'on prenne soin d'elle, à son tour.

Divine Ongagna

Les souvenirs de la musique congolaise

Le parcours de Célestin Kouka (2)

Célestin Kouka dit Celio, auteur compositeur, chanteur personnage charmant, élégant, rayonnant d'une beauté admirable, fut cofondateur des orchestres OK Jazz et Bantous de la capitale ainsi que l'orchestre Le Peuple du trio Cepakos.

À la suite de la création de l'orchestre Bantous de la capitale dont la sortie officielle eut lieu le 15 août 1959 au bar chez Faïgnond, les Bantous de la capitale bénéficièrent en 1960 du soutien de certains apparatchiks du régime du président Abbé Fulbert Youlou dont les ministres Prosper Gandzion, Frédéric Nzalakananda et Jacques Bankaites (commerçant).

Notons que Célestin Kouka Celio, un des vétérans de la musique congolaise, participa à l'exaltante, brillante et fulgurante épopée de l'orchestre Bantous dans l'arène musicale congolaise, en Afrique et en Europe au cours des décennies 60 et 70. Il est l'une des figures de proue du groupe de par sa célébrité aux côtés de Jean Serge Essous, Nino Malapet et Edo Ganga qui fut son compagnon de lutte dans le Negro Jazz et l'OK Jazz. Celio et Edo Ganga, un tandem de chanteurs dans plusieurs titres produits par les Bantous de la capitale dont "Rozalie Diop", une œuvre de Kouka Célestin, dédiée à une Sénégalaise dont il fit la connaissance lors du séjour des Bantous de la capitale à Dakar au Sénégal en 1966 au cours du Festival des arts nègres, où les Bantous de la capitale remportèrent un franc succès avec la célèbre dance des bouchers. Sur le chemin du retour pour Brazzaville, les Bantous furent escale à Abidjan en Côte D'ivoire où ils livrèrent quelques concerts. Signalons qu'au cours d'un concert des

Bantous à l'hôtel Ivoire d'Abidjan, Célestin Kouka, redoutable chanteur de charme, sa beauté enflamma le cœur d'une Ivoirienne prénommée Jeanine (petite fille du président Houphouët Boigny, Ce fut le début d'une idylle qui par la suite se concrétisa par un mariage à Brazzaville célébré par le maire de la ville, une union qui vola en éclats peu de temps après. En effet, Jeanine fonctionnaire au Bureau régional de l'OMS Afrique à Brazzaville, grâce à ses



bons offices, trouva un emploi pour son mari dans cet organisme du système des Nations unies, mais malheureusement Célestin Kouka, hanté par le démon de la musique déclina l'offre, préférant garder son statut de musicien. Ce refus fut à l'origine de leur divorce.

Signalons que l'arrivée de Mulamba Joseph, alias Moujos (ancien Sociétaire de l'African Fiesta), dans l'orchestre Bantous en Janvier 1964 fut non seulement un événement majeur dans l'évolution des Bantout de la capitale sur la scène musicale congolaise, mais elle apporta également une plus value à Kouka Célestin dont la célébrité connue une ascension fulgurante grâce au duo qu'il forma avec Moujos. Celio et Moujos, un duo dont la voix et la beauté physique de chacun attireraient plus d'un mélomane et qui créa un nouveau style au sein de l'orchestre Bantous de la capitale dont les titres époustouflants tels que "Bolinga Elie", "Brazza Mboka Etoumba", "Anto na nganda" de Moujos et "Comité ya Bantous", un titre sublime de Kouka Célestin en sont une parfaite illustration et emballèrent les mélomanes des deux rives du fleuve Congo. Rappelons que "Comité ya Bantous" chanté en langue lari, est une chanson où la voix rocailleuse de Jean Serge Essous fut mise sur orbite et connue un immense succès. A Suivre !

Auguste Ken Nkenkela

Grazina

Un récit de train (12)

Grazina, prénom polonais ou lituanien ?

Lorsque Grazina commença à décliner son identité, j'eus toutes les difficultés du monde à saisir son prénom. Après trois tentatives de prononciation infructueuse, elle griffonna d'un trait rapide le mot GraZina sur un papier. Sa calligraphie toute féminine était parfaite. Les lettres G et Z dominaient les débats. A la lecture de ce prénom, je ne puis m'empêcher de constater que dans la bouche de la Lituanienne, le Z était prononcé comme un J, ce qui donnait en définitif le son Grajina. Alors, j'observai : C'est un prénom polonais ! Cette prononciation est polonaise.

Elle fut vivement surprise et intéressée par mon affirmation.

Oui, c'est vrai la prononciation et le prénom semblent polonais à première vue. Comment l'avez-vous su ?

Je déclinai une observation générale que j'avais faite sur la façon d'articuler la langue chez certains peuples du monde :

Lorsque que j'entends parler un Espagnol, j'ai l'impression d'entendre couler un torrent d'eau sans frein comme si le Créateur avait enlevé de sa bouche le bout de chair qu'on appelle la langue. L'Arabe expulse les mots d'une gorge étranglée. Tout comme chez les Allemands tout le débat langagier se situe dans une gorge qui bourdonne. Les Polonais, eux, mâchent les mots. Ils donnent l'impression d'appuyer les mots entre les dents lorsqu'ils parlent. Prenez du recul, faites l'expérience, vous verrez. En dehors de ces observations empiriques, j'ai des copains polonais à la faculté. J'ai posé mes pieds deux fois de suite à Centralnego, la gare centrale de Varsovie, un endroit infesté par de redoutables pickpockets.

Elle avait suivi mon exposé, en silence, sans me quitter des yeux. A la fin, admirative, elle s'empressa de me poser une seule question :

Et que dites-vous des Russes et des Français ?

Sa question était logique et me mit en difficulté. J'étais à la fois francophone et russophone. Je baragouinais déjà des mots de la langue de Molière avant que ma mère ne m'inscrive à l'école. Quant à la langue de Pouchkine, mon effort pendant son apprentissage consistait à la comprendre et à la parler sans me soucier du bruit produit par les harmoniques expulsées des bouches de ses locuteurs. Je finis par botter en touche pour sortir de ma difficulté :

N'est-ce pas qu'il est écrit que le bossu ne voit pas sa bosse ? Peut-être que vous pouvez m'aider là-dessus ?

Elle parut satisfaite de ma réponse. J'appris par la suite qu'elle passait le plus clair de son temps dans la ville de ses études à Kaunas. A l'Institut d'Agromonie, elle passait comme moi en quatrième année, ses parents vivaient à Vilnius. Puis revenant à son prénom, elle ajouta :

Pourquoi je porte un prénom que vous estimez être polonais ? Est-il polonais ou lituanien ? je n'en sais rien, ou plutôt, je continue de balancer. Retenez que la Lituanie et la Pologne ont dans le passé partagé une longue histoire. Au Moyen-âge, les deux entités se confondaient en un seul Etat avant de se scinder en deux maisons royales. A cette époque, la petite Lituanie d'aujourd'hui avait atteint l'apogée

de sa puissance et s'étendait jusqu'à la mer Noire ! Je n'en revenais pas. J'écarquillai les yeux :

La Lituanie ?!...Jusqu'à la mer Noire ! Allons donc. Vous plaisantez ou quoi ? et les Russes, ils dormaient encore ?

Je me ressaisis rapidement et finis par reconnaître qu'au regard de l'évolution des conquêtes territoriales dont l'histoire mondiale est essaimée, selon toute vraisemblance, le narratif de Grazina n'avait rien d'une imposture. Des exemples des pays réduits à l'anonymat sur quelques hectares de terre après avoir connu la gloire dans le passé abondaient.

J'avouai que si je pouvais soutenir une discussion sur l'histoire de la République romaine, les Ides de mars, le complot contre Jules Cesar, l'empire romain, Valeria Messalina et les lupanars romains, l'empereur Septimus Severus, l'invasion des Barbares germaniques et la mise à sac de Rome, j'étais en revanche nul sur l'histoire du Moyen-âge européen qui m'apparaissait comme une véritable nébuleuse. Le Moyen-âge de la partie orientale dominée par l'invasion des hordes asiatiques de Gengis Khan et Tamerlan l'était encore plus en termes de la perception du mouvement des tribus slaves et de leurs voisins germaniques. (A suivre)

François Ikkiya Onday-Akiera

AGENCE D'INFORMATION D'AFRIQUE CENTRALE



L'ACTUALITÉ AU QUOTIDIEN

ADIAAC NEWSLETTER

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

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

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

Le Saviez-vous ?

La première femme à défier le pouvoir colonial au Congo s'appelait Joséphine Bouanga

Bien avant les indépendances, une femme congolaise a osé se lever contre le système colonial français, dans un contexte où les femmes n'avaient ni droit de vote, ni liberté d'expression. Son nom, Joséphine Bouanga, une combattante oubliée de la résistance politique et syndicale des années 1940.

Originaire de Brazzaville, Joséphine Bouanga n'était ni riche, ni issue d'une grande famille. Elle travaillait comme couturière et blanchisseuse. Mais très tôt, elle s'engage dans les luttes syndicales pour l'égalité des salaires, la justice sociale et, surtout, la dignité des femmes congolaises exploitées par les colons.

Pendant la Seconde Guerre mondiale, elle participe activement aux mouvements de solidarité, distribue des tracts, organise des réunions secrètes, et ose interpeller directement les administrateurs coloniaux. En 1944, elle devient l'une des rares femmes africaines à être arrêtée et interrogée pour "agitation subversive", aux côtés de figures masculines plus connues comme Jean-Félix Tchicaya ou André Matsoua.

Mais Joséphine ne cède pas. Elle continue son engagement, et dès 1947, elle fonde un cercle de femmes travailleuses qui discute des droits sociaux, de la scolarisation des filles, et de l'émancipation par le travail. Elle milite aussi pour la libération des prisonniers politiques.

Comme beaucoup de femmes militantes de cette époque, son nom a été effacé des livres d'histoire. Ni rue, ni monument ne porte son nom à Brazzaville. Pourtant, sans ces résistantes silencieuses, l'histoire du Congo n'aurait pas eu le même visage.

Jade Ida Kabat



Joséphine Bouanga, 3e à partir de la droite, à Berlin le 11 septembre 1970



ADIACTV

**TOUTE L'ACTUALITÉ
DU BASSIN DU CONGO**

EN VIDÉO



 (+242) 06-929-4505

 info@adiac.tv

 84, Boulevard Denis Sassou N'Guesso
Brazzaville, République du Congo

www.adiac.tv

Couple

Retrouver le plaisir d'être ensemble...

Le temps passe, la routine s'installe et la distance se crée... avec le risque que le couple se perde. Comment ranimer la flamme avant qu'il ne soit trop tard ? Éléments de réponse.

La vie d'un couple est faite de phases. Et parfois, souligne Sandra Saint-Aimé, thérapeute de couple et présidente du Syndicat national des sexologues cliniciens (SNSC), « l'on peut sentir que l'on s'éloigne voire se perde ». Et sans surprise, la première chose à enclencher reste tout simplement « d'en parler. Comme une façon de dire à l'autre : je veux que cette situation s'arrange ».

Reconnaître les signes

La spécialiste fait référence à cette monotonie qui s'est installée ; un signal fort à écouter. Et si vous tendez un peu l'oreille, vous vous rendrez compte que les signes ne manquent pas :

- « Lorsqu'il y a plus de moments de tension que de périodes agréables », illustre-t-elle ;
- Une libido en berne voire un... « désintérêt total » ;
- Le fait de ne plus avoir de projets communs. « Lorsque nous avons cette impression que nous ne regardons plus dans le même sens », enchaîne Sandra Saint-Aimé ;
- Ce sentiment que « la simple présence de l'autre nous agace,

voire nous dérange »...

Se remettre en question

Autant de signaux qui invitent à l'urgence de se reconnecter. « Et pour cela, il faut être deux », relance la présidente du SNSC. Ce qui signifie que les deux membres du couple doivent s'interroger sur « un, ce qu'ils ressentent sur le plan des sentiments. Par exemple de la tristesse, de la déception, de la frustration, etc. Et deux, sur ce qu'il ou elle se sent en capacité de faire pour améliorer la situation ».

« Créer de nouvelles émotions »

A ses yeux, « l'idée reste de créer de nouvelles activités susceptibles de permettre de partager des moments différents. Car il ne faut pas rester dans l'habitude et cette routine qui a dévasté le couple ». Donc créer de nouvelles émotions et pour cela rien de mieux que d'aller vers de la nouveauté, « pour se reconnecter émotionnellement, sensuellement et érotiquement ».

Des attentions du quotidien

Elle prône des jeux pour « recréer du désir, se faire quelques confidences sur ce que l'on aimerait partager. Lesquelles pourraient être rédigées sur un mot glissé sous l'oreiller ou à côté de l'assiette du dîner ». De la simplicité donc comme le fait en vrac, « de poser une bougie sur la table, offrir un bouquet de fleur cueil-

lis, se masser, déguster un plat les yeux bandés... » Un voyage lointain ? Pas forcément : « l'idée est de se reconnecter au quotidien. Un voyage peut vous offrir une parenthèse enchantée et une bouffée d'oxygène, avant de revenir au quotidien... »

Le smartphone, out !

Un dernier point à rappeler : San-

dra Saint-Aimé recommande de supprimer toutes les barrières à une communication fluide, au sein du couple. Au premier rang des accusés : la télévision en mangeant et bien sûr le smartphone lors des moments à deux : au dîner, au lit, au restaurant...

Destination santé

Psycho

Est-ce normal de se comparer aux autres ?

Est-ce normal de mettre en parallèle son physique, son couple ou encore ses compétences avec ceux des autres ? Dans une certaine mesure. Mais à trop évaluer votre propre valeur à l'aune de celle de vos voisins, vous risquez de passer à côté de votre propre vie.

Vous vous trouvez moins beau que votre cousin ? Vous avez l'impression que les autres sont plus heureux ou ont plus de succès professionnel que vous ? Se comparer aux autres est naturel. Cela permet de se situer dans un contexte donné. Et même de se motiver à être meilleur dans une

peur de ne pas réussir dans mon travail, de ne pas trouver l'amour, de ne pas être heureux. Et, globalement, de ne pas "être assez". » Le risque principal : « développer de la jalousie, de l'envie et de la rancœur, ce qui paralyse. On risque alors de passer à côté de sa propre vie », prévient-elle.

Les réseaux sociaux accentuent la tendance

Depuis plusieurs années, l'usage largement répandu des réseaux sociaux incite encore davantage à se comparer à autrui. En effet, dans une société fondée sur l'image, sur le paraître, les jeunes – et les moins jeunes – sont exposés à la vie des autres. Pire, à la vie des autres mais sous une illusion de perfection. Car bien souvent, ce que les personnes révèlent sur leurs profils ne correspond qu'à une part de la réalité. « L'illusion que les autres ont une vie parfaite expose à vivre par procuration », avertit Sophie Maretto, psychologue à Paris. « Se comparer aux autres à l'excès parle davantage de nous-mêmes et de nos propres peurs », poursuit-elle. « J'ai

D.S.

Nutrition

Les aliments réputés anti-fatigue, mythe ou réalité ?

Certains aliments sont vantés pour leurs effets contre la fatigue. Mais dans quelle mesure sont-ils réels ? Tour d'horizon des principaux concernés.

Les épinards

Riches en fer, un minéral essentiel à la production d'hémoglobine, ces légumes sont réputés donner de l'énergie. Cependant, leur teneur en fer est d'origine non héminique, et de ce fait, leur fer est moins bien absorbé que celui des sources animales. Ainsi, l'impact direct des épinards sur la lutte contre la fatigue est limité.

Les amandes

Comme de nombreux fruits à coque, les amandes ont la réputation de donner un coup de boost après l'effort ou en cas de chute d'énergie au cours de la journée. Une étude a montré que la consommation d'amandes après un exercice de 90 minutes réduisait la fatigue musculaire et améliorait la récupération chez les adultes. Les amandes, riches en vitamine E et en acides gras insaturés, favorisent la régénération musculaire et la réduction de l'inflammation.

Le chocolat noir

La consommation de chocolat noir, riche en polyphénols, a été associée à une réduction de la fatigue mentale et physique. Une étude a révélé que le chocolat



noir améliorerait bien la concentration et réduisait la fatigue chez les adultes en bonne santé.

Les baies de goji

Elles sont considérées comme un super aliment. Riches en antioxydants, vitamines C et A, elles ont été associées à une amélioration de l'état de fatigue. Une revue de littérature a suggéré que les baies de goji pouvaient réduire la fatigue et améliorer la qualité de vie, bien que des recherches supplémentaires soient nécessaires.

Le quinoa

Cette pseudo-céréale riche en protéines complètes et en fibres

a montré des effets anti-fatigue dans des études animales. L'une d'entre elles a en particulier révélé que le quinoa améliorerait la résistance à la fatigue chez les souris en réduisant le stress oxydatif et en améliorant le métabolisme énergétique. Certains aliments peuvent donc bien participer à réduire la fatigue. Mais ils ne suffisent pas. Dans tous les cas, il est essentiel de conserver une alimentation équilibrée et variée pour maintenir une dose suffisante d'énergie. Et si votre fatigue persiste malgré tout, n'hésitez pas à consulter un professionnel de santé.

D.S.

Football

L'épopée du but en or dans l'histoire du football

Né d'un désir d'intensifier les prolongations, le but en or a marqué l'univers du football avec des moments d'une rare intensité dramatique. De sa naissance officielle en 1993 à son ultime résonance en 2003, cette règle, à la fois exaltante et controversée, aura inspiré autant d'émotions que de débats passionnés avant son abandon définitif.

Nous sommes le 30 juin 1996, au stade de Wembley, pour la finale de l'Euro entre l'Allemagne et la République Tchèque. Le score est toujours nul à l'issue du temps réglementaire, et le suspense atteint son paroxysme à la 95e minute. Lors d'une action décisive en prolongation, Oliver Bierhoff, entré quelques instants plus tôt, se détache dans la surface de réparation et transforme une passe pour inscrire ce qui deviendra le tout premier but en or officiel de l'histoire du football. Le stade explose de joie tandis que l'arbitre siffle la fin immédiate du match, offrant à l'Allemagne un titre majeur dans une ambiance électrique et fébrile. Le monde vient ainsi d'assister à la naissance spectaculaire d'une règle révolutionnaire, la première équipe à marquer en prolongation gagne instantanément, infligeant une défaite par mort subite à son adversaire.

Cette règle audacieuse, officialisée par la FIFA à la suite d'une réflexion menée par l'International Football Association Board (IFAB) au début des années 1990, cherchait à dynamiser des prolongations souvent perçues comme longues et prudentes. En s'inspirant du concept de « mort subite » déjà éprouvé dans des sports comme le hockey sur glace ou le football américain, le but en or visait à stimuler l'agressivité offensive et à offrir une conclusion à la fois dramatique et expéditive aux matchs à haute tension. Son introduction en 1993 dans des



compétitions juniors précéda son adoption dans les grandes compétitions internationales, notamment à l'Euro 1996, qui offrit au public un premier exemple éclatant de la puissance émotionnelle de cette règle.

Parmi les moments forts qui ont jalonné l'histoire du but en or, plusieurs rencontres restent gravées dans les mémoires pour leur intensité dramatique et leur enjeu décisif. Ainsi, lors des huitièmes de finale de la Coupe du Monde 1998, Laurent Blanc a offert à la France une qualification historique en inscrivant le pre-

mier but en or dans un Mondial senior, brisant le score à la 113e minute face au Paraguay. Plus tard, à l'Euro 2000, la demi-finale entre la France et le Portugal a vu Zinédine Zidane transformer un penalty crucial en but en or, propulsant les Bleus en finale. Cette dernière a d'ailleurs été remportée par la France grâce à un but en or spectaculaire de David Trézéguet face à l'Italie, un moment qui a marqué une des pages les plus glorieuses du football français. Par ailleurs, la Coupe du Monde 2002 a également connu son lot de frissons avec Henri

Camara qui a qualifié le Sénégal aux dépens de la Suède grâce à un but en or marqué à la 104e minute. Ces instants emblématiques illustrent combien cette règle, malgré les polémiques, a souvent été le théâtre de séquences footballistiques d'une rare intensité, où l'émotion et le destin furent scellés en un éclair.

Cependant, au fil du temps, les critiques se sont multipliées. Le but en or, en mettant fin brutalement à une rencontre dès le premier but marqué en prolongation, a été jugé peu équitable par beaucoup. Il laissait l'équipe

adversaire sans la moindre chance de riposte, ce qui pouvait paraître injuste surtout après 90 minutes âprement disputées. Par ailleurs, cette règle encouragea parfois une prudence excessive, les équipes préférant se protéger plutôt que d'oser attaquer pour éviter une défaite soudaine. Ces effets paradoxaux, associés à des contraintes pratiques de gestion du temps et de l'organisation, pousseront l'IFAB à expérimenter la règle du « but en argent », elle aussi abandonnée par la suite. Finalement, en 2004, le but en or fut officiellement retiré, au profit des prolongations classiques suivies de tirs au but, une formule jugée plus équilibrée et acceptable.

Le dernier but en or officiel dans un grand tournoi international reste celui inscrit par Thierry Henry lors de la finale de la Coupe des Confédérations 2003 entre la France et le Cameroun. À la 97e minute, sa frappe délivra les Bleus et scella une dernière fois une règle qui aura profondément marqué son époque.

Le but en or aura laissé une empreinte indélébile dans l'histoire du football, symbole d'audace et de passion. S'il fut abandonné, son héritage dramaturgique transcende le temps, nous rappelant que dans le football, parfois, une seule seconde suffit à écrire la légende.

Sasha Kitadi

UN ESPACE DE VENTE
UNE SÉLECTION UNIQUE DE LA
LITTÉRATURE
CLASSIQUE

AFRICAINNE, FRANÇAISE ET ITALIENNE

Essais, Romans, Bandes dessinées,
Philosophie, et plus encore...

UN ESPACE CULTUREL
POUR VOS MANIFESTATIONS

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



LIBRAIRIE
LES MANGUIERS



HORAIRES
D'OUVERTURE

Du lundi au
vendredi 9H-17H
Samedi 9H-13H



Adresse : 84 Bd Denis Sassou N'Guesso
immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville
République du Congo

Plaisirs de la table

A la découverte du Piment Gambi

Le piment Gambi est une variété de piment très piquante que l'on trouve principalement dans les régions côtières de l'Afrique centrale, notamment au Cameroun et au Gabon. Ce piment est assez petit mais extrêmement puissant, avec une chaleur intense et un parfum très aromatique. Il est souvent utilisé pour apporter un coup de chaleur aux plats tout en leur donnant une saveur distinctive.

Aussi appelé Piment Sawa, le piment Gambi a une couleur rouge vif à maturité et peut être utilisé frais, séché, ou moulu en poudre. Sa chaleur est comparable à celle du piment habanero, ce qui en fait un ingrédient prisé dans les cuisines d'Afrique centrale, particulièrement pour les amateurs de plats épicés.

Utilisation en cuisine :

• **Sauces et ragoûts :** Le Piment Gambi est fréquemment ajouté aux sauces, ragoûts, et soupes pour relever le goût et apporter un piquant intense. Il est souvent utilisé dans des plats à base de viande (comme le bœuf, le poulet, ou le poisson) ou dans des soupes de légumes.

• **Marinades et condiments :** Il peut être utilisé pour préparer des marinades pour les viandes ou poissons avant la cuisson. Mélangé avec de l'ail, du gingembre et du citron, le Piment Gambi devient une marinade parfaite pour des grillades.

• **Accompagnement :** Le piment est également utilisé comme base dans certaines sauces d'accompagnement, souvent mélangé à des

tomates et de l'oignon pour ajouter un goût piquant à des plats simples comme le riz, le manioc, ou le plantain.

• **Poudre de Piment :** Le Piment Gambi peut être séché et réduit en poudre, ce qui permet de l'utiliser comme assaisonnement dans une variété de plats. Il est aussi fréquemment ajouté aux sauces épicées ou aux plats de riz pour un boost de saveur.

Bienfaits :

Le Piment Gambi, comme beaucoup d'autres piments, est riche en capsaïcine, un composé chimique qui a des propriétés anti-inflammatoires et antioxydantes. Il peut également stimuler la digestion et est utilisé dans certaines traditions pour traiter les douleurs musculaires ou les problèmes digestifs.

Où le trouver ?

Le Piment Gambi est principalement cultivé dans les régions tropicales de l'Afrique centrale. Vous pouvez le trouver sur les marchés locaux dans les pays où il est cultivé, ou dans les épicerie

spécialisées en produits africains. En ligne, certains magasins spécialisés dans les produits d'Afrique centrale proposent aussi cette épice sous forme de graines, séchée, ou en poudre.

Le Piment Gambi est une épice

incontournable pour les amateurs de saveurs épicées et intenses. Il joue un rôle essentiel dans la cuisine traditionnelle d'Afrique centrale, en apportant non seulement de la chaleur, mais aussi une profondeur de goût unique.

Si vous aimez les plats relevés, c'est une épice à découvrir absolument !

Par « Les petits plats de Sandra »



RECETTE

Banku et tilapia grillé

INGRÉDIENTS POUR LE BANKU :

- 2 tasses de farine de maïs (utilisez de la farine de maïs fermentée si possible)
- 1 tasse de farine de manioc (ou de farine de manioc fermentée)
- 4 tasses d'eau
- 1 cuillère à café de sel

INGRÉDIENTS POUR LE TILAPIA GRILLÉ :

- 1 tilapia entier, nettoyé et écaillé
- 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide ou d'huile de palme
- 1 oignon haché
- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 cuillère à soupe de pâte de tomate
- 1 cuillère à café de paprika
- 1 cuillère à café de curry
- 1 piment frais (facultatif)
- Sel et poivre au goût

PRÉPARATION :

Pour le Banku :

1. Préparation du mélange de farine :

o Dans une grande casserole, versez les farines de maïs et de manioc. Ajoutez l'eau petit à petit en remuant pour éviter la formation de grumeaux.

o Placez la casserole sur feu moyen et commencez à remuer constamment avec une cuillère en bois. Cela



peut prendre 10 à 15 minutes pour que le mélange devienne épais.

2. Cuisson :

o Dès que le mélange commence à épaissir, réduisez la chaleur et continuez à remuer pendant encore 10 à 15 minutes jusqu'à ce que la pâte devienne lisse et élastique.

o Ajoutez le sel, puis continuez à remuer jusqu'à ce que la pâte soit complètement cuite et forme une masse souple.

3. Servir :

o Une fois le Banku prêt, formez des boules de pâte à l'aide de vos mains

ou d'une cuillère et réservez.

Pour le Tilapia grillé :

1. Préparation de la marinade pour le poisson :

o Mélangez dans un bol l'huile d'arachide, l'oignon haché, l'ail, la pâte de tomate, le paprika, le curry, et le piment (si vous utilisez) pour former une marinade.

o Salez et poivrez à votre goût.

2. Mariner le poisson :

o Enduisez le tilapia avec la marinade, en veillant à bien frotter l'intérieur et l'extérieur du poisson.

o Laissez mariner le poisson pen-

dant au moins 30 minutes (ou plus, si vous avez le temps, cela donnera plus de saveurs).

3. Cuisson du poisson :

o Faites chauffer un grill ou une poêle à feu moyen. Si vous utilisez un grill, assurez-vous qu'il est bien chaud.

o Placez le tilapia sur le grill ou dans la poêle et faites cuire pendant 6 à 8 minutes de chaque côté, jusqu'à ce que le poisson soit bien grillé et que la chair se détache facilement.

Pour servir :

- Servez le Banku chaud accompagné du tilapia grillé. Le tout est souvent accompagné d'une sauce tomate épicée ou d'une sauce à base de piment et d'huile de palme pour ajouter un peu de piquant.

CONSEILS :

- Le Banku peut également être accompagné de légumes sautés ou de sauce aux arachides pour encore plus de saveur.

- Le tilapia peut être remplacé par tout autre type de poisson, comme le mérrou ou le capitaine, selon ce que vous avez sous la main.

Ce plat est une merveilleuse combinaison de textures et de saveurs, avec la douceur du Banku et la richesse du poisson grillé, créant un repas délicieux et nourrissant !

Par Les petits plats de Sandra

A cœur ouvert

« L'ange de la mort »

La culture populaire utilise souvent le terme d'ange de la mort. Une entité qui donnerait la mort en touchant de ses doigts ses futures victimes. Il suffirait parfois de son passage dans un endroit pour que derrière lui les pleurs se déclarent, les âmes se détachent de leurs corps.

Il fût un temps où en Égypte, des fléaux étaient abattus sur l'empire alors prospère parce que Pharaon avait refusé de laisser partir le peuple d'Israël qui y était alors réduit en esclavage.

Un code fut alors donné à toutes les naissances juives. Un symbole à mettre sur la transversale de sa porte afin que l'ange de

la mort n'entre pas dans la maison.

Nous avons parfois l'impression de vivre une époque similaire. Une époque où il se vit dehors un combat tel qu'il faudrait signer sa porte. L'on a l'impression que les anges de la mort ont été déployés à Paris en 2024 et que maintenant il faut simplement avoir signé sa porte.

L'Occident n'est peut-être pas le centre du monde mais il l'influence énormément. Le devenir des enfants est hypothéqué, la connaissance de leur identité est compromise et la mort est donnée aux plus faibles. Signons nos portes, nous sommes certainement à la fin des temps, à la fin d'un cycle.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier

(21 mars - 20 avril)

Votre avenir proche prend de belles couleurs et s'ouvrent à de grandes perspectives. Vous voilà stimulé et prêt à vous engager à l'aventure. Les choses vont plus vite que ce que vous avez imaginé, et ce dans un sens particulièrement positif et lumineux.



Lion

(23 juillet-23 août)

Vous attaquez la semaine de manière sereine, vous voilà dans d'excellentes dispositions pour vous impliquer dans des projets de taille. Votre entourage proche est une source de réconfort et d'énergie.



Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

La chance vous sourit et vous donne une impulsion pour vos projets les plus ambitieux. Il y a du changement dans l'air, vous serez prêt à l'accueillir de façons sereine et constructive, vous pourrez compter sur les conseils éclairés d'un proche.



Taureau

(21 avril-21 mai)

La chance est de votre côté ! c'est le moment de vous jeter à l'eau et d'oser car vous êtes dans les meilleures dispositions pour cela. Voter vie amoureuse vous comble, les célibataires seront sous le feu des projecteurs.



Vierge

(24 août-23 septembre)

Votre vitalité et votre dynamisme se manifesteront quand vous en aurez besoin. Croyez en votre instinct et faites-vous confiance, vous serez plein de ressource. Des non-dits pourraient entraver votre équilibre.



Verseau

(21 janvier-18 février)

Vous fuyez le doute et l'incertitude pour ne vous engager que dans ce qui vous semble parfaitement stable. Ce principe de précaution vous évitera de grands soucis. Vous gagnez en confort, votre quotidien se transforme.



Gémeaux

(22 mai-21 juin)

Si les affaires ont tourné au ralenti ces derniers temps, vous êtes sur le point de transformer la situation en une bien meilleure dynamique. La perspective d'un voyage et de festivités se dessine pour le mieux.



Balance

(23 septembre-22 octobre)

Vous êtes souvent taraudé par d'éternels questionnements mais vous seul en avez les réponses. Il vous faudra affronter ces grands sujets et vous montrer sincère. Une envie d'évasion et de grands espaces pointe son nez.



Poisson

(19 février-20 mars)

Une page se tourne, les choses changent lentement mais sûrement et vous promettent un grand bonheur. Votre famille est un soutien précieux et enrichissant dans cette période, vous vous sentez parfaitement entouré.



Cancer

(22 juin-22 juillet)

Vous prendrez un temps de réflexion pour vous et mûrirez un projet qui vous tient à cœur. Les prochaines semaines seront déterminantes pour votre vie professionnelle et pourrait même aboutir à un déménagement.



Scorpion

(23 octobre-21 novembre)

Vos efforts et vos sacrifices payent, cette semaine vous récoltez ce que vous avez semé et vous en tirez une grande satisfaction. Une nouvelle page se tourne dans le domaine professionnel, avec à la clé une belle avancée vers l'autonomie.



Sagittaire

(22 novembre-20 décembre)

Les choses ne se passent pas toujours comme vous l'imaginez. Une mise au point pourrait être nécessaire et ce sera à vous de prendre les devants, surtout si vous vous êtes montré absent ou fuyant.