



SAM MANGWANA - CHANTEUR



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

www.adiac-congo.com

N° 2077 DU 2 AU 8 AOÛT 2014 / 200 FCFA, 300 FC, 1€

Réussite

Sara Coulibaly : My Miry, le wax à nos pieds !



la créatrice Sara Coulibaly. © DR

La créatrice ivoirienne Sara Coulibaly a lancé en 2011 sa marque, My Miry – « Ma pensée » en malinké –, devenue aujourd'hui la première ligne de chaussures ethniques haut de gamme. Pensés avec élégance, ses produits sont conçus comme la parure incontournable de la féminité. Titulaire d'un diplôme de dessinatrice en architecture, puis d'un master en expertise immobilière et enfin d'un master en communication et stratégie numériques, Sara Coulibaly, ambassadrice de l'université de Cergy-Pontoise, est aujourd'hui à la tête d'une jeune startup en plein essor. La marque de Sara Coulibaly est disponible en France, au Japon, à la Réunion, au Nigeria ainsi qu'en Nouvelle-Calédonie. **PAGE 3**

FEUX DE BRAZZA, c'est parti !



C'est ce soir que s'ouvre à la mairie de Mfilou, dans le septième arrondissement de Brazzaville, la cinquième édition du festival populaire et international des musiques traditionnelles Feux de Brazza. De nombreuses activités sont prévues jusqu'au 8 août, date de sa clôture. Découvrez le programme général du festival ! **PAGE 12**

Disparition

Alain Moloto, un an déjà



Il y a douze mois, la nouvelle tragique du décès du coordonnateur du Groupe adorons l'Éternel (Gaél) suscitait l'émoi dans les milieux chrétiens à travers le monde. Plusieurs hommes de Dieu lui avaient rendu un vibrant hommage. Retour sur le témoignage du pasteur principal de l'Église Impact centre chrétien, située en région parisienne, Yvan Castanou. **PAGE 11**

SOMMAIRE

Les gens

PORTRAITS DE LA DIASPORA

Guy Mankessy,
la musique avant
tout **PAGE 3**

Culture

ÉVÉNEMENT

Troisième rencontre
internationale d'art
contemporain
à Brazzaville **PAGE 4**

Libre format

BEAUTÉ

Quand Miss Congo
bénéficie d'un salaire
PAGE 9

Éditorial

Faites le plein de découvertes !

C'est une semaine qui s'annonce intense pour tous. D'abord avec le coup d'envoi ce soir du festival Feux de Brazza dont la programmation dévoilée dans nos colonnes affiche des moments inouïs de découvertes humaines et artistiques. L'imposant village du festival érigé dans l'enceinte de la mairie de Mfilou présentera de bonnes pioches musicales d'ici et d'ailleurs. Pendant sept jours l'arrondissement sept, Mfilou, se transformera en un lieu incontournable, passage obligé pour les fervents amateurs de musiques traditionnelles et actuelles. À la mairie centrale, c'est une exposition on ne peut plus ludique du point de vue historique qui fait honneur à l'ordre du Mérite congolais institué dans notre pays depuis cinquante années. Le maire de la ville de Brazzaville, à la tête de cette opération, invite les citoyens à mieux cerner un ensemble de symboles et de distinctions honorifiques aussi bien du Congo que de la France. Et du bout de vos doigts, on vous invite également à « Visiter l'Afrique » par le biais du site internet lancé il y a tout juste un mois par Diane-Audrey Ngako. On y voit des images pleines de vie et d'humanité d'un continent aux contours majestueux et surprenants.

Loin des réjouissances, au moment où nous bouclons ce numéro, nous apprenons la disparition d'un grand homme de la culture africaine, le Guinéen Souleymane Koly. Nous reviendrons bientôt sur le parcours de ce géant africain qui laisse un vide immense dans le paysage culturel du continent. Réalisateur, chorégraphe, musicien et scénariste, il fonda en 1974 l'ensemble Koteba d'Abidjan dont il préparait la célébration des quarante ans d'existence. Une grande perte pour le continent !

Les Dépêches de Brazzaville

Le chiffre

5

C'est le nombre d'éditions du festival Feux de Brazza, dont les activités débutent le 2 août à la mairie de Mfilou.

Proverbe africain

Même à sec, la rivière garde son nom.

Niger

Vie scolaire

Après le bac, comment réussir aux concours ?

Être admis au bac est une chose, l'être à un concours en est une autre. Si le premier ouvre à l'élève un vaste champ d'opportunités, le second le canalise dans un domaine professionnel spécifique

On sait qu'au Congo le plus grand employeur est l'État. Ce qui justifie notamment l'engouement des nouveaux bacheliers vers les écoles spéciales de l'université Marien-Ngouabi via les concours. Comment figurer parmi les élus au milieu d'une kyrielle de prétendants ? En tout cas, il n'y a pas de solution magique. Mais l'expérience suggère des démarches plus raisonnables souvent négligées à cause de l'euphorie de la réussite qui fait oublier l'essentiel. D'abord, il est judicieux de faire une pause d'au moins une semaine pour le repos intellectuel. Puis commencer la procédure assez pénible du retrait des pièces nécessaires (attestations de réussite légalisées, extrait d'acte naissance, casier judiciaire et

certificat de nationalité, certificat médical, etc.) relatives aux concours qu'on veut passer suivant le profil de son bac et ses capacités, car il faut savoir choisir là où l'on s'en sortira le mieux possible. Pour ne pas se tromper dans son choix, il convient de rassembler les informations en temps utile sur les concours qui s'offrent. Et après avoir déposé ses dossiers de concours dans les établissements recommandés, reste à se concentrer davantage sur la préparation des épreuves, seul ou en petits groupes. La révision des sujets des concours précédents peut se révéler profitable. Le jour J, sans se laisser aller à la panique, à l'excès de zèle ou à la précipitation, le candidat doit veiller à bien remplir son identité sur la copie ainsi que les codes prévus pour la circonstance, sans oublier de présenter une copie propre et lisible qui dénote a priori la qualité et le sérieux du candidat.

Aubin Banzouzi

Murmures

Le festival populaire Plus de rire bientôt à Brazzaville

Projet du groupe Événement Plus de Marcellin Ngoyo-Mounzeo, l'événement entend apporter à la capitale une étincelle de nouveautés à travers des spectacles innovateurs

Intitulée Plus de rire, la toute première édition devrait accueillir des personnalités du monde du rire, des comiques reconnus comme une partie des acteurs de la célèbre série télévisée *Ma Famille*. Ainsi Daico Adama, Michel Gohou, Abas ou encore Pie Tchibanda de RDC

seraient attendus dans quelques jours dans la capitale. Des Congolais de Brazzaville devraient prendre part, comme certains de la trempe de Phil Darwin. Cette initiative sera accompagnée de projets éducatifs, selon le promoteur Marcellin Ngoyo Mounzeo, qui souhaite porter assistance à certaines écoles de la capitale à compter de la prochaine rentrée. Mais avant d'en connaître plus, attendons de voir se réaliser l'un des projets chers à l'organisateur de l'événement.

Contact : marcellin.mounzeongoyo@yahoo.fr

LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

Les Dépêches de Brazzaville sont une publication 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

Comité de direction

Emmanuel Mbengué, Émile Gankama, Lydie Pongault, Bénédicte de Capèle, Ange Pongault, Charles Zodiolo, Gérard Ebami-Sala, Philippe Garcia.

RÉDACTIONS

Directeur des rédactions : Émile Gankama
Assistante : Leslie Kanga
Photothèque : Sandra Ignamout
Secrétaire des rédactions : Jocelyn Francis Wabout
Secrétaire des rédactions adjoint :
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodiolo, Clotilde Ibara, Norbert Biembédi

Rédaction de Brazzaville

Rédacteurs en chef : Guy-Gervais Kitina, Thierry Nougou
Service Société : Parfait Wilfried Douniama (chef de service)
Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko
Service Politique : Roger Ngombé (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Josiane Mambou Loukoul

Service Économie : Nancy France Loutoumba (chef de service) ; Lopelle Mboussa Gassia, Firmin Oyé
Service International : Nestor N'Gampoula (chef de service), Yvette Reine Nzaba, Tiras Andang
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Hermione Désirée Ngoma, Rosalie Bindika
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rominique Nerplat Makaya
Service Enquête : Quentin Loubou (chef de service), Rock Ngassakys
Chronique littéraire : Meryll Mezath (chef de service), Luce Jennyfer Mianzoukouta

Rédaction de Pointe-Noire

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

Rédaction de Kinshasa

Directeur de l'Agence : Ange Pongault
Coordonnateur : Jules Tambwe Itagali
Politique : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa
Société : Lucien Dianzenza
Sports : Martin Enyimo
Service commercial : Adrienne Londole
Bureau de Kinshasa : 20, avenue de la paix Gombe - Kinshasa - RDC - Tél. (+243) 015 166 200
Rédaction de Dolisie : Lucien Mpama

Maquette

Eudes Banzouzi (chef de service)
Cyriaque Brice Zoba, Mesmin Boussa, Stanislas Okassou

INTERNATIONAL

Directrice : Bénédicte de Capèle
Responsable coordination et communication : Rose-Marie Bouboutou
Directrice du Développement : Carole Moine

Rédaction de Paris

Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma
Comptabilité : Marie Mendy

ÉDITION DU SAMEDI

Directeur de rédaction : Émile Gankama
Rédacteur en chef : Meryll Mezath
Chef de service : Luce-Jennyfer Mianzoukouta
Duryl-Émilie Gankama

Ont collaboré :

Relaxnews, Dona Élikia, Morgane de Capèle, Paulie Petesh, Roll Mbemba, Nioni Masela, Lydie Gisèle Oko, Camille Delourme, Rose-Marie Bouboutou, Aubin Banzouzi, Raphaël Safou-Tshimanga

ADMINISTRATION ET FINANCES

DAF : Lydie Pongault
Secrétariat : Armelle Mounzeo
DAF Adjoint, Chef de service : Abira Kiobi
Suivi des fournisseurs : Farel Mboko
Comptabilisation des ventes, suivi des annonces : Wilson Gakosso

Personnel et paie :

Martial Mombongo
Stocks : Arcade Bikondi
Caisse principale : Sorrelle Oba

PUBLICITÉ

Directeur : Charles Zodiolo
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré
Commercial Brazzaville : Rodrigue Ongagna, Mildred Moukenga
Commercial Pointe-Noire : Mélaïne Eta Anto

DIFFUSION

Directeur : Philippe Garcia
Assistante de direction : Sylvia Adhas
Diffusion de Brazzaville : Guyche Motsigné, Brice Tsébé, Irin Maouakani
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubelé Ngon

INFORMATIQUE

Directeur : Gérard Ebami-Sala
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Rively Gérard Ebami-Sala, Myck Mienet Mehd, Mbenguet Okandzé

IMPRIMERIE

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Chef d'atelier : François Diatoulou Mayola
Service pré-presses et contrôle de qualité : Eudes Banzouzi (chef de service)

LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Émilie Moundako Éyala (chef de service), Eustel Chrispian Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphanie Mozali
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpi), Brazzaville - République du Congo
Tél. : (+242) 06 930 82 17

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Hélène Ntsiba (chef de service), Sorel Eta, Astrid Balimba

LIBRAIRIE-GALERIE CONGO PARIS

Directrice : Bénédicte de Capèle
Responsable achats, logistique : Béatrice Ysnel
Responsable animation : Marie-Alfred Ngoma
Assistante : Laura Ikambi
23, rue Vaneau - 75007 Paris - France
Tél. : (+33) 1 40 62 72 80
Site : www.lagaleriescongo.com

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepêchesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpi), Brazzaville, République du Congo / Tél. : (+242) 05 532.01.09

Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Bureau de Paris (France)
38 rue Vaneau 75007 Paris/Tél. : (+33) 1 45 51 09 80



Portraits de la diaspora

Guy Mankessy, la musique avant tout

Guy Mankessy, producteur congolais. (© Adiac)

Guy Mankessy, producteur, est un Congolais installé en France depuis de nombreuses années. Pour *Les Dépêches de Brazzaville*, il revient sur les défis de son activité professionnelle et ceux de la double appartenance des Congolais de l'extérieur

Comment vous êtes-vous lancé dans la production ?

Cela faisait un moment que j'étais dans le monde de la production, mais dans l'ombre. Je me suis lancé lorsque j'ai rencontré Norbat de Paris qui avait un projet d'écriture et de mise en musique de slams. J'ai fait ma première production avec lui. Notre collaboration a donné naissance à l'album *Inspiration* que nous avons présenté à Brazzaville en initiant le premier estival international de la Sape et de la musique avec la participation de Dj Sergino, Gigi Miya et Les Très Fâchés, ainsi que de nouveaux talents. Ce festival a eu lieu l'an dernier le 31 août à la Maison des anciens combattants de Bacongo, le 1er septembre à la Main bleue et le 7 septembre au village MTN de Nkombo. Nous avons voulu que ce festival soit une rencontre entre les Congolais de la diaspora

et ceux qui sont restés au pays. Nous pensons l'organiser une fois tous les deux ans.

Quelles sont les principales difficultés de ce métier ?

Les grandes difficultés sont la piraterie et la baisse du marché du disque. Nous aurons beaucoup de mal à continuer à faire ce métier si ce domaine n'est pas subventionné et encadré. Il y a même certains artistes qui s'autoproduisent, ce qui empiète sur leur créativité d'artiste car ils ne peuvent pas être au four et au moulin. Il faudrait des mécènes qui leur permettent de ne pas avoir de soucis d'argent et de logistique afin qu'ils s'occupent uniquement de leur création.

Comment se passe l'adaptation du Congolais qui arrive en France ?

On s'adapte facilement, car au Congo on parle, on réfléchit et

on se projette dans l'avenir en français. Nous avons la culture française au Congo, et c'est donc une continuité quand on vient ici. C'est plus la réinsertion quand on repars au pays qui est difficile. Beaucoup de choses y ont changé en bien et en mal, et il faut se réapproprier son espace culturel. Nous devenons quasiment des étrangers qui raisonnent en tant que Français. Il se joue une confrontation d'habitudes : en arrivant ici on a pris des habitudes et on en retrouve d'autres quand on retourne au pays.

Comment gère-t-on le fait d'avoir un pied en France et un pied au pays, où on trouve les Congolais de la diaspora parfois arrogants, ne prenant pas assez en compte les réalités du pays et voulant plaquer ce qu'ils voient à l'extérieur ou toute autre sorte de défauts ?

J'avoue que ce n'est pas facile, car nous nous heurtons à un problème de rythme : la notion de temps n'est pas la même. Là-bas les gens ont le temps, mais nous, nous n'en avons pas, surtout que nous venons pour des temps limités. Lors de nos séjours, tout est chronométré. Cela est d'autant plus vrai quand on vient pour le travail. Il est vrai qu'il y a des incompréhensions. On s'entend souvent dire, « Pour qui se prennent-ils ? » ou « Ici, c'est le Congo, pas la France ! » Nous voulons simplement que les choses bougent.

Quels sont vos projets dans l'avenir proche ?

Le 29 août sort le DVD hommage des sapeurs congolais à King Kester Emenya avec des images de Kikwit et des images de Kinshasa. Je suis en train d'organiser une tournée européenne

pour DJ Serhino malgré les très nombreuses tracasseries administratives. Je voudrais asseoir le Festival international de la Sape et de la musique, que ce festival soit itinérant et l'organiser à Abidjan, en France, ou n'importe où dans le monde. Je suis en pourparlers avec certains organismes dans ce sens. J'ai d'autres jeunes qui ont enregistré un ancien que j'aime beaucoup qui va sortir son produit d'ici à la fin de l'année.

Pour finir, un sujet qui vous tient à cœur ?

C'est la jeunesse ! Il faut qu'elle bouge ! Je voudrais encourager les jeunes musiciens qui ont de bons produits à ne pas désespérer, à continuer à travailler et ne pas rester les bras croisés à ne rien faire. Courage, patience et persévérance pour les jeunes talents !

Propos recueillis par Geneviève Nabatelamio

Sara Coulibaly, l'innovatrice

L'audacieuse et talentueuse entrepreneuse ivoirienne offre à travers ses créations une lecture inédite de la mode mêlant styles africain et occidental

Sara Coulibaly crée pour les femmes des chaussures et accessoires contemporains, ethniques et glamour pour qu'elles ne passent jamais inaperçues. Lancée en 2009, sa première ligne de chaussures ethniques haut de gamme sous label My Miry défend l'idée selon laquelle « quand une femme passe, il faut qu'on sache qu'elle est passée ».

My Miry exprime de ce fait la pensée de la créatrice et sa conception de la beauté. Chic, glamour et sublimement moderne, cette collection met en exergue le travail artisanal, l'éclat du mélange cuir et tissu. Le mariage entre fantaisie

et contraste des couleurs est sans appel. Originnaire de Côte d'Ivoire, Sara a su faire de ses différents domaines d'études un tout enrichissant. Elle a étudié en France où elle a obtenu un diplôme de dessinatrice en architecture, puis un master en expertise immobilière et enfin un master en communication et stratégie numériques.

Sara Coulibaly est aujourd'hui à la tête d'une entreprise en plein essor. Elle est aussi ambassadeur de l'université de Cergy-Pontoise.

Durly-Émilie Gankama



À l'arrache...

Par Durlly-Émilie Gankama



SOMMET ÉTATS-UNIS-AFRIQUE

Fally Ipupa convié à la Maison-Blanche

Le nommé Meilleur Artiste de l'Afrique centrale aux Afrimma tenues à Dallas, Fally Ipupa, fera partie de la liste prestigieuse des invités de Washington dans le cadre du sommet États-Unis-Afrique. Il prestera au cours de cette rencontre de haut niveau et fera une fois de plus la fierté du continent. Cet excellent danseur et chanteur est la preuve irréfutable du succès de la musique congolaise.

TRANSPORT AÉRIEN

Les sociétés congolaises en voie de se doter d'avions ARJ21

C'est par signature d'un mémorandum que l'accord a été scellé entre les sociétés chinoises Comac et Avic International et le gouvernement congolais lors du Salon international de l'aéronautique de Farnborough, en Grande-Bretagne, tenu du 14 au 20 juillet. Le choix de ces aéronefs a été fait lors de la visite d'État effectuée par le président congolais Denis Sassou-N'Guesso en Chine, au mois de juin dernier, à la faveur de la célébration du cinquantième anniversaire de l'établissement des relations diplomatiques entre les deux pays.



CYBERSÉCURITÉ

La Zambie déterminée à lutter contre la cybercriminalité

Ce pays d'Afrique australe vient d'inaugurer son premier laboratoire de cybersécurité pour lutter contre les crimes liés à internet. La mise en service de cette structure a pour but d'aider la police dans ses enquêtes. Cette méthode permet d'éradiquer les crimes causés par l'évolution des hautes technologies et de réduire le nombre croissant de cybercrimes dans le pays. C'est dans cette optique qu'il est nécessaire que les pays se dotent de ce moyen de détection de crimes en ligne. La cybercriminalité est un phénomène qui se développe rapidement, avec la capacité de détruire le système de sécurité de n'importe quel pays.

SPORT

Drogba enthousiaste de rejouer à Chelsea



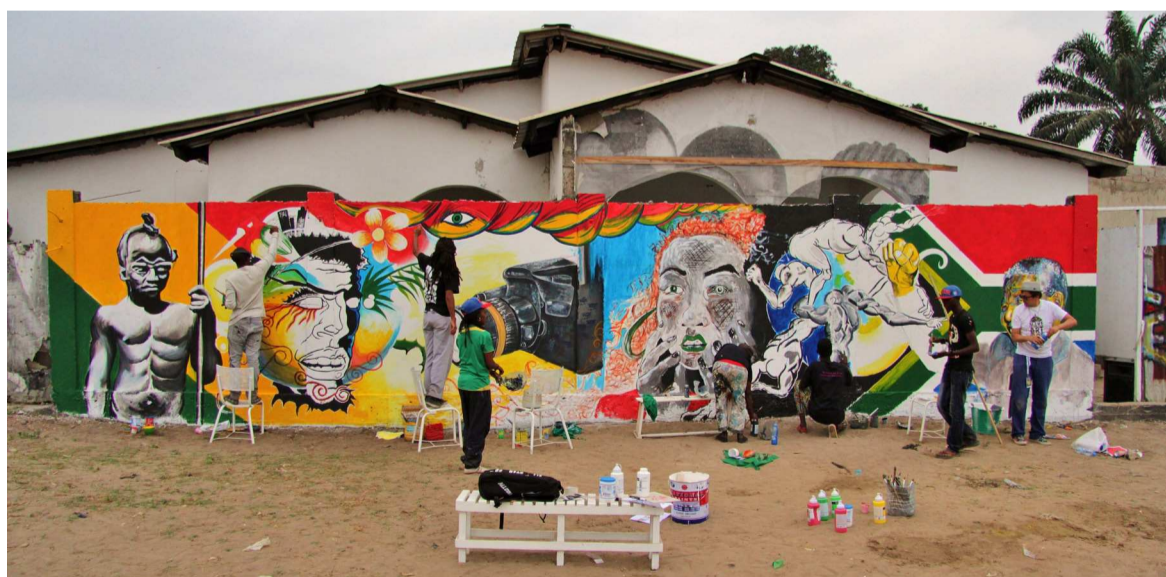
L'avant-centre ivoirien de 36 ans a exprimé sa satisfaction aussi bien dans les journaux en ligne que sur le site officiel de l'équipe. Il a signé vendredi dernier pour une saison avec le club

anglais de Chelsea, pour lequel il a déjà joué pendant sept ans (2004-2012). Didier Drogba retrouve à nouveau José Mourinho, qui lui a permis d'accéder à son meilleur niveau à son arrivée au sein de la formation ainsi que les Blues, avec lesquels il a gagné dix trophées dont l'édition 2011-2012 de la Ligue des champions.

Événement

Troisième rencontre internationale d'art contemporain à Brazzaville

Les ateliers Sahn abriteront en septembre des échanges de talents et de formateurs africains reconnus. La réflexion sera axée autour du textile du continent pour en explorer sa dimension symbolique ainsi que d'autres perceptions



L'édition 2014 se tiendra du 8 au 24 septembre précisément. Elle prévoit l'encadrement de jeunes artistes provenant de plusieurs pays africains. La formation se déroulera en atelier et regroupera des jeunes artistes du Gabon, du Tchad, du Cameroun, de RDC, de Centrafrique, d'Angola, de Guinée équatoriale, du Bénin, du Togo et du Sénégal. Ils auront l'occasion de confronter leur expérience avec celle des jeunes créateurs congolais.

Des récompenses sont prévues pour encourager les meilleures créations à la fin de la rencontre. Mais au départ, ces jeunes talents recevront une formation et un suivi sur les moyens et techniques de création de la part de formateurs internationaux.

Sont attendus à cette troisième rencontre Abdoulaye Konaté du Mali pour l'atelier peinture, la malgache Mota Soa qui animera l'atelier vidéo. L'atelier critique d'art sera aux mains d'Alioune Badiane du Sénégal, directeur et fondateur de l'Académie internationale des arts à Dakar.

Le thème proposé cette année autour du textile africain entend accorder une grande place à ce que portent les Africains, dont une grande partie de la jeunesse est plus intéressée par le modèle occidental. Il sera question de réfléchir mais surtout de prendre conscience d'un héritage culturel, social, politique qui s'éloigne de ceux qui ont été les premiers à le façonner.

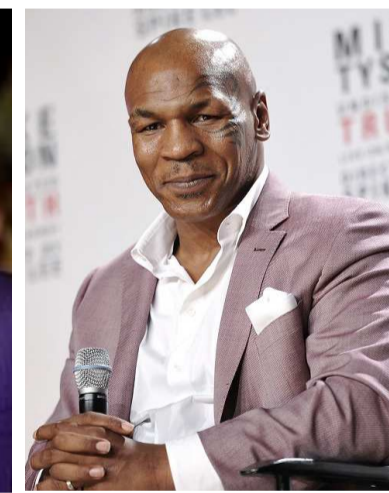
Luce-Jennyfer Mianzoukouta

www.lesdepêchesdebrazzaville.fr

Cinéma

Jamie Foxx incarne Mike Tyson

L'acteur de 47 ans sera Mike Tyson dans le cadre d'un long métrage consacré au boxeur américain



Après le succès de son interprétation de Ray Charles dans le film *Ray*, le héros de *Django Unchained*, Eric Marlon Bishop de son vrai nom, est bien parti pour jouer le rôle du célèbre boxeur croqueur d'oreille, selon *Variety*. Le tournage débutera en 2015 et connaîtra la participation du boxeur qui entraînera physiquement Jamie Foxx pour les besoins du rôle. Confiant, Mike Tyson se réjouit du choix de Jamie Foxx. « Je suis sûr qu'il livrera une performance formidable », a-t-il déclaré à des confrères. Le script en cours d'écriture est rédigé par Terrence Winter, également scénariste du *Loup de Wall Street*. Selon *Le Figaro*, le film mettra en avant plusieurs épisodes de la vie de du boxeur. Ainsi, l'acteur sera amené à interpréter plusieurs étapes de la vie de Mike Tyson. La production utilisera la technologie CGI pour vieillir Jamie Fox. Ce rôle est vécu par Jamie Foxx comme l'accomplissement d'un rêve. Invité dans l'émission *Live with Kelly and Michael*, l'acteur confiait son désir d'incarner le célèbre boxeur au cinéma :

« J'ai eu l'occasion de trainer avec Mike au moment où il était au sommet de sa carrière et je l'ai vu ensuite chuter. Et je lui ai parlé de l'idée de raconter cette histoire. Je pense que cette histoire sera fantastique... et j'ai demandé à ma maquilleuse de me transformer en Mike Tyson... Les gens m'abordaient vraiment pour me demander des autographes. Donc avec un peu de chance, Mike, si tu écoutes, faisons l'histoire ! »

Dona Élikia

Africajarc 2014

Les langues africaines au cœur du grand débat du festival

Comme chaque année, les conférences avaient lieu au Grin littéraire, à l'ombre du grand arbre de Cajarc. De nombreuses tables rondes étaient au programme : des récits de voyageurs swahilis à Albert Camus en passant par l'œuvre du cinéaste Abderrahmane Sissako, les thématiques abordées étaient très diverses. La grande palabre annuelle portait sur les langues africaines au cœur de la culture et du développement, avec la participation de Boubacar-Boris Diop, Musanji Ngalasso-Mwatha, Roland Colin, Érik Orsenna, Christian Valantin et Bernard Dumont



Conférence au Grin littéraire. (© Adiac)

Le modérateur de la rencontre, Roland Colin, ancien élève de Léopold Sédar Senghor, a rappelé via son introduction historique les idées reçues issues de la période coloniale concernant les langues africaines, et notamment la question de la qualité de ces langues. Le doute sur l'existence, la qualité et l'écriture des langues africaines a insidieusement été amené par le mépris du colon. Pourtant, comme l'a démontré le professeur Musanji Ngalasso-Mwatha, toutes les populations ont un moyen de communication, et les mots utilisés sont adaptés à leur réalité. Les préjugés évoquant une langue non écrite,

sans grammaire propre et pauvre en vocabulaire sont donc évidemment faux. Érik Orsenna, écrivain et académicien français, a dressé un parallèle entre le pulaar et le breton : ces langues sont adaptées à leur milieu, ainsi le breton est plus à même de décrire une réalité tout à fait bretonne comme la montée de l'eau par exemple, et le pulaar est le mieux adapté à la description des vaches. Chaque langue s'adapte à son milieu et développe un vocabulaire propre à ce milieu. Bernard Dumont, qui a longtemps travaillé au Mali, a démontré l'écriture des langues sur le continent en prenant l'exemple des manuscrits de Tombouctou, dont

certains sont écrits en *ajami*, une langue africaine transcrite à l'aide de l'alphabet arabe.

Musanji Ngalasso-Mwatha, qui est professeur de sociolinguistique à l'université de Bordeaux-III et directeur du Centre d'études linguistiques et littéraires francophones et africaines, a rappelé le nombre très élevé de langues existant sur le continent : 2011 sur les 7000 parlées dans le monde, ce qui est très important même si beaucoup sont en danger d'extinction. À partir de toutes ces considérations théoriques, il est maintenant temps, selon lui, de mener des actions concrètes pour montrer que ces langues sont bien

une réalité, il faut mener des travaux à l'image du dictionnaire trilingue français-lingala-sango qu'il a conçu cette année en partenariat avec l'Organisation internationale de la Francophonie. Dans le champ de l'action, Bernard Dumont a pu témoigner de son expérience au Mali où il a été responsable dans le cadre de l'Unesco d'un grand projet d'alphabétisation en langues nationales de 1965 à 1972. Le Mali avait alors choisi de retenir quatre langues pour ce programme. Bernard Dumont a expliqué les étapes essentielles de la transcription d'une langue orale en une langue écrite : le choix des caractères pour chaque son, la conception d'une grammaire, l'officialisation de la langue et le plus important, la formation des formateurs. Tout cela a abouti au lancement d'un journal destiné aux paysans entièrement en bambara, qui existe encore aujourd'hui, le journal *Kibaru*.

En effet, l'acceptation d'une langue se fait véritablement par la création scientifique et littéraire, ce dont l'écrivain et intellectuel sénégalais Boubacar-Boris Diop a pu témoigner puisqu'il est un pionnier en la matière : il a déjà écrit plusieurs romans en wolof, qu'il traduit ensuite en français. La culture et la littérature témoignent de la vivacité d'une langue, selon lui la traduction d'œuvres africaines majeures en langues vernaculaires est également fondamentale, il s'y attelle actuellement. Dans la chanson, les langues africaines sont parvenues à s'imposer, il pourrait donc en être de même pour la littérature romanesque.

Boubacar-Boris Diop a ensuite

évoqué son expérience d'enseignant au département des langues et cultures africaines de l'université Gaston-Berger de Saint-Louis, il y enseigne la littérature de langue wolof, ce qui est nouveau au Sénégal. Il a commencé son enseignement par le roman, car il voulait sortir de la tête des étudiants que le wolof est associé à l'oralité. Les étudiants, bien que réfractaires au début, vouent maintenant une passion à cette littérature, il est lui-même surpris du résultat. Les cours se passent dans les deux langues, ce n'est pas un combat contre le français, comme l'a également dit le professeur Ngalasso-Mwatha qui a développé l'idée de compétitivité des langues, plus intéressante selon lui que l'exclusion (in *Le français et les langues partenaires : convivialité et compétitivité*, Presses universitaires de Bordeaux).

Pourtant, beaucoup d'Africains sont incrédules face à cette démarche, selon Boubacar Boris Diop : cela fonctionne bien au Sénégal et au Mali, il y a un grand dynamisme des langues wolof et pulaar, mais il y a des pays et des contextes plus complexes. Pour que les langues africaines soient acceptées par les Africains eux-mêmes, il faut qu'elles soient valorisées, qu'elles soient un vecteur de promotion et d'avenir. Tous étaient d'accord pour dire que le français n'a pas d'avenir sans l'Afrique et que les langues africaines n'ont pas d'avenir si elles ne sont pas associées à l'école et au développement des pays africains.

Pauline Pétesch

Vient de paraître

« Le Voyage intérieur du bruit. De l'oreille au cerveau »

À partir d'interrogations sur le cheminement des ondes acoustiques dans l'organisme humain, Eugène-Fernand Loubélo vulgarise en 93 pages les phénomènes complexes qu'engendre le bruit

Le bruit ? « Il fait partie intégrante de notre biosphère et nuit à notre santé », répond tout de go Eugène-Fernand Loubélo. Et le chercheur de citer un des lecteurs de sa thèse sur le bruit : « Il faudrait lutter contre ce fléau des temps modernes... »

L'essai commence par la description des caractéristiques physiques du bruit, quelle que soit son origine. De son entrée dans l'organe de l'ouïe jusqu'à l'intégration dans les différents réseaux de neurones de la chaîne auditive. L'essayiste analyse les effets dans les aires du cortex auditif.

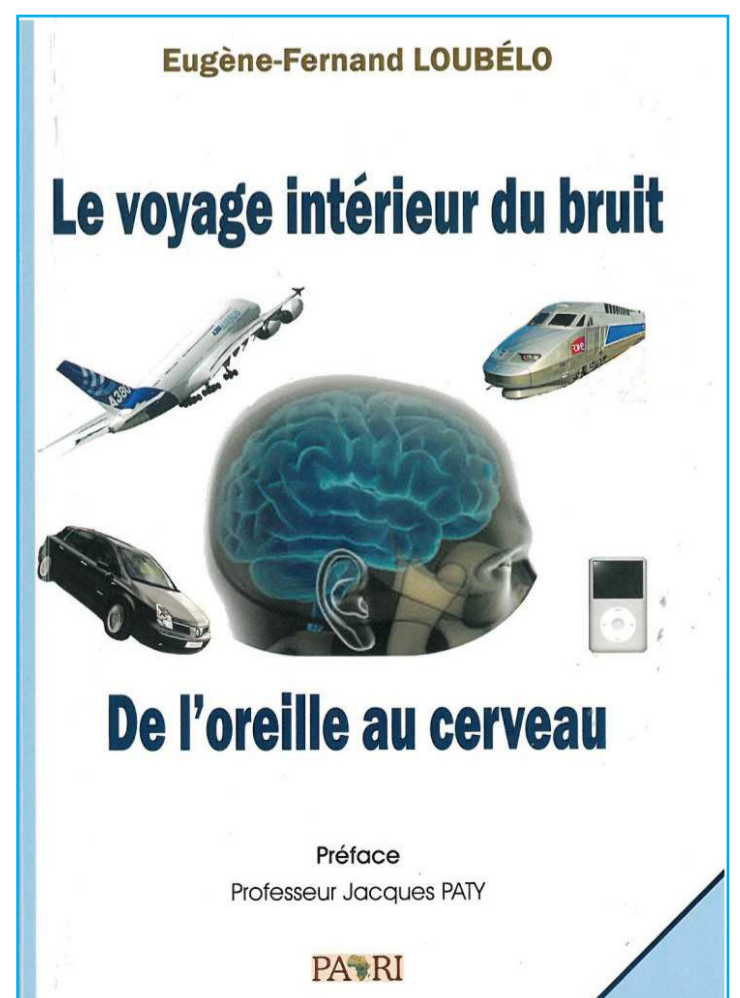
Eugène-Fernand Loubélo entend par ce bref essai nous prévenir des méfaits du bruit. Il nous rappelle aussi que les techniques de recueil de l'activité électrique

cérébrale correspondant à la stimulation par le bruit ou le son dans les oreilles occasionnent des effets néfastes sur l'activité cérébrale.

S'il met en évidence l'ensemble des vibrations occasionnées par le voyage du bruit dans l'organisme humain, c'est une mise en garde générale. Mais, elle s'adresse surtout à la jeunesse qui est souvent exposée aux sources de nuisances sonores : baladeurs, boîtes de nuit, bars, dancings, et autres.

Pour être plus précis, il interpelle les pouvoirs publics. Ceux-ci, écrit-il, doivent édicter et établir, en permanence, les règles de vie, les normes autorisées en vue d'obtenir un confort acoustique pour tous.

Marie-Alfred Ngoma



Africajarc 2014

Trois soirées musicales mémorables

Pas d'intempéries cette année et une programmation musicale réussie pour le festival Africajarc édition 2014. Le festival, qui s'est ouvert le jeudi 24 et clos le dimanche 28 juillet dans le département du Lot, à Cajarc, a tenu toutes ses promesses !



Angélique Kidjo. (© Adiac)

Comme chaque année, les soirées étaient animées par le duo de choc Élie Lemboussou et Roch-Amedet Banzouzi de la compagnie Punta Negra, dont l'humour et l'énergie ne sont plus à prouver et par le grand Soro Solo, l'oncle de l'émission de radio hebdomadaire *L'Afrique enchantée* sur France Inter. La seizième édition du festival des cultures africaines a connu trois soirées de concert magiques.

Les femmes à l'honneur

Le vendredi 25 juillet, les ar-

tistes féminines africaines étaient en effet à l'honneur lors de la soirée intitulée *Èves d'Afrique*, avec Houria Aïchi, Angélique Kidjo et Séna Dagadu. Dans l'après-midi déjà, la chanteuse congolaise Alvie Bitemo s'était produite sur la scène du Bord du Lot et avait invité le public à travers ses chansons à soutenir les femmes en difficulté, à l'image de ce qui se déroule actuellement au Kivu. Sa voix puissante et ses reprises de Michael Jackson et Tracy Chapman ont fait mouche, affaire à suivre ! Sur la grande scène, la soirée

a démarré par le concert de la chanteuse berbère Houria Aïchi qui a envouté le public de son chant mélodieux et profond. La grande Angélique Kidjo a ensuite pris place avec ses musiciens et n'a pas failli à sa réputation : une voix et une présence incroyables, une femme de poigne. La diva béninoise n'a pas hésité à se faufiler dans la foule pour faire chanter en chœur le public et à faire monter sur scène une dizaine de personnes qui ont pu démontrer leur talent de danseur. Elle a présenté son nouvel album, *Ève*, et a sensi-

bilisé le public à la place capitale de la femme en Afrique. Séna Dagadu a eu le privilège de clore cette belle soirée, une révélation scénique qui a convaincu le public par le métissage de ses influences : la chanteuse est née au Ghana et vit en Hongrie et mêle soul, funk, hip-hop et afrobeat avec grand talent.

Soirée 100% Afrique centrale

Place ensuite à l'Afrique centrale lors de la grande soirée du festival, le samedi 26 juillet. Le groupe Black Bazar initié par l'écrivain congolais Alain Mabanckou a débuté cette soirée de concert au son de son deuxième opus sorti cette année, *Round 2*, et a ambiancé le public avec les chorégraphies désormais célèbres *Démarrer moto*, *Toucher les lolos*, *Position de tir*. Le Black Bazar, égal à lui-même, a fait monter la température ! Le soulman rwandais Corneille les a remplacés pour la dernière date de sa tournée

le rock brut des années 1970 dans lequel il a baigné durant son adolescence. Le résultat, le Bofenia Rock, qu'on peut entendre dans son album *Hôtel Univers* est bluffant. Un artiste à voir sur scène absolument !

Une clôture en beauté

La « soirée à deux bals » faisait place au groupe Debademba et au bal de l'Afrique enchantée. Le premier groupe formé par le guitariste virtuose, le burkinabé Abdoulaye Traoré et le chanteur griot malien Mohamed Diaby, connaît depuis l'an passé un grand succès avec son premier album, *Souleymane*, et ce succès ne s'est pas démenti à Cajarc, passant habilement du highlife au rock avec une touche mandingue. Le bal de l'Afrique enchantée, spectacle issu du concept de l'émission de radio éponyme, a fini par mettre le feu sur scène en revenant sur les grands succès



Jupiter (© Adiac)

à l'occasion de la sortie de son dernier album, *Entre Nord et Sud*. Sa voix, bien que fatiguée, gardait toute sa singularité. Les Kinois de Jupiter & Okwess International ont terminé cette grande soirée avec un set endiablé et électrique. Le géant dégingandé accompagné de ses musiciens excentriques a conquis le public avec la fusion de plusieurs rythmes traditionnels de RDC avec

de la musique africaine grâce au groupe Les Mercenaires de l'ambiance. Soro Solo, Vladimir Cagnolari, la nièce Hortense et le chanteur Ballou Kanta nous ont emmenés des *Jaloux Saboteurs* au *Moustique* de Zao en passant par le grand Fela Kuti. Un plaisir à déguster sans modération dans une bonne humeur assurée !

Pauline Pétesch



Black Bazar. (© Adiac)

L'artiste Java Cristal enflamme la Guinguette de Suresnes

En promotion de son premier album, *Sans Frontières*, Java Cristal a offert un spectacle de bonne facture aux spectateurs de la Guinguette de Suresnes (France) le samedi 26 juillet. *Les Dépêches de Brazzaville* lèvent un brin de voile sur l'artiste camerounaise

Juchée sur d'immenses talons assortis à la couleur de sa tenue de scène, la chanteuse camerounaise lookée à la Tina Turner, pimpante, joyeuse et virevoltante, a présenté son premier album à un public en grande partie composé de mélomanes congo-

lais. Normal : la guinguette de Suresnes est devenue leur lieu de plein air festif incontournable pour de régulières et plaisantes rencontres estivales ! Depuis le 12 juillet et jusqu'au 31 août, il y règne chaque fin de semaine, de 16h à 22h, une chaude ambiance

aux couleurs de musiques du monde.

C'est dans ce contexte que Java Cristal a dévoilé tour à tour au public *Copines* et *Premier Jour*, les deux chansons phares de l'opus. Chantées en bassa, en français, en allemand et en anglais sur un rythme world music, programmé, arrangé, enregistré et réalisé par J. Fodez, les mélodies ont été immédiatement reprises par le public.

Aucune surprise à cela, car l'artiste est sûre de sa voix, du chaloupé de ses déhanchements, de sa séduction. « *Je suis une artiste née. J'aime me donner en spectacle jusqu'à obtenir l'interaction avec le public* », confie celle qui a commencé à chanter à l'âge de 6 ans au Cameroun. « *Très jeune, se souvient-elle, je baignais dans le milieu musical de mon père, chanteur de gospel. C'est de lui que je tiens ce don de la musique. Aujourd'hui, je mène l'essentiel de ma carrière musicale avec cette éducation, mais aussi l'apport de la richesse des autres univers musicaux. J'en ai fait mon métier, et je vis en même temps ma passion.* »



Java Cristal sur la scène de la Guinguette de Suresnes. (© Cyriaque Bassoka)

Certes, il est désormais acquis que Java Cristal est musicienne. Pourtant, juste après sa troisième au collège, elle a vécu durant quatre années en pré-couvent. « *C'était un passage obligé, estimaient mes parents* », explique-t-elle. Très jeune, déjà inventive et créative, elle se rend à l'école avec des chaussures en carton de sa fabrication. Une autre fois, elle déambule vêtue d'une jupe confectionnée de larges feuilles de bananier et d'un soutien-gorge imaginé dans des demi-citrons creusés : souvenirs d'une époque bien lointaine pour la jeune fille à présent diplômée en philosophie ! Puis plusieurs rencontres décisives ont suivi pour cette styliste née.

Une belle ovation, ce soir-là, pour Java, accompagnée d'une salve d'applaudissements. « *Je ne connaissais pas le public congolais. Mon agent de circonstance, Gertrude Tandou, a eu bien du flair de me recommander pour les rencontres de la sympathique guinguette de Suresnes organisées par Cyriaque Bassoka et Célestin Stewart Sounda. Grâce à eux, j'ai hâte d'aller au Congo pour la promotion de mon premier album* », un immense bonheur pour la Camerounaise surnommée Gaga Africa.

Les spectateurs de la Guinguette de Suresnes du samedi 26 juillet se souviendront bien longtemps de ce spectacle.

Marie-Alfred Ngoma



Visuel premier album de Java Cristal « Sans Frontières ». (© DR)

Souvenirs

Un détour sur la rumba de l'âge d'or avec Sam Mangwana dans « Fatimata »



Cette semaine, nous souhaitons rendre un hommage mérité à l'un des derniers géants de la musique congolaise. Celui dont les origines angolaises ont su fusionner avec les rythmes de Kinshasa la Belle à une époque de profondes et inoubliables productions musicales

Sam Mangwana, c'est l'artiste comblé de joyeux et mémorables souvenirs pour avoir joué sur scène avec une pléiade de chanteurs-musiciens pour la plupart disparus : Franco alias Luambo Makiadi, Tabu Ley Rochereau, Antoine Wendo Kolosoy, Dr Nico, Empompo Loway, Madilu System, mais également des dames de la trempe de M'Bilia Bell. De l'autre côté de la rive droite du fleuve Congo, il y a eu Célestin Nkouka, Pamela Mounk'a, Kosmos Mountouari, des noms parmi tant d'autres. *Fatimata* a été composée par Sam lui-même dans les années 1980. Après un long séjour en Côte d'Ivoire justement. Pour qui écoute ce tube à la fois comique et très entraînant, on croit aisément que l'interprète est un Ivoirien. La chanson en français ivoirien parle de la manière d'aimer d'une impressionnante dame appelée Fatimata. Mais Sam doit son encouragement à écrire cette chanson à l'un de ses amis, aujourd'hui disparu, le saxophoniste Empompo Loway. Ce dernier le trouvait très bon dans ses expressions en français ivoirien, d'où l'invitation à

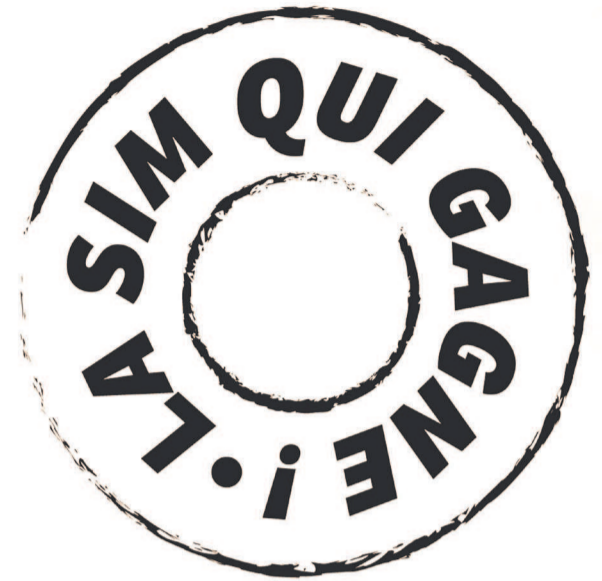
composer quelque chose pour le plus grand plaisir de ceux qui l'appréciaient dans ce registre.

Les paroles de *Fatimata* parlent d'une femme très jalouse, qui perd souvent la tête même en public, et qui a pour défaut majeur d'aimer le clinquant, la vie chère pour en mettre plein la vue de ces messieurs. Toutefois, pour revenir à la composition de cette chanson, elle a été finalisée par deux grands de la rumba, Sam Mangwana et Empompo Loway, qui ont donné le titre aux rythmes et aux paroles de Sam, le grand compositeur.

Mabele, Jaloux jaloux, Suzanna, Waka waka, Candonga, Maria Tebbo, Mokili mobimba, BB chérie, Gallo Negro, Canto de Esperança sont une infime partie des vibrations conçues par Sam. Un des derniers témoins de la belle époque, période de sa vie où il a fait les beaux jours de plusieurs orchestres comme Africa Fiesta, African Fiesta National, TP OK-Jazz. Sam Mangwana, âgé de 69 ans aujourd'hui, c'est aussi d'ambitieux festivals, celui des Maquisards et African All Stars. À toi, Sam Mangwana, avec toute notre reconnaissance !

Luce-Jennyfer Mianzoukouta

www.airtelcongo.com



**appelle
gratuitement
le 141**

**gagne 1 million cash
et des Smartphones
chaque semaine***

* Par tirage au sort.

Pour plus d'infos, appelle le 141



airtel
le réseau qui
nous unit

Quand Miss Congo bénéficie d'un salaire

Pour la première dans l'histoire des compétitions de beauté, un salaire est attribué à une Miss. Ainsi donc, Miss Congo 2014, Welcome Atipo, élue lors de la soirée du 25 juillet, peut être fière d'être la première Miss à bénéficier de cette faveur

Il aura fallu attendre dix-sept ans pour que la première Miss Congo bénéficie d'un salaire. Cela ne s'est jamais produit au Congo, quelle que soit la compétition de beauté. L'innovation est apportée par le Comité Miss Congo (Comico), organisateur de la prestigieuse compétition de beauté au Congo. Certes, le montant n'est pas révélé au public, mais Welcome Atipo touchera son premier salaire à la fin du mois d'août, et ce, jusqu'à la fin de son mandat d'une année. Outre le salaire, Miss Congo 2014 et ses dauphines bénéficient de nombreux cadeaux venus de partout. La première dame du Congo, Antoinette Sassou-N'Gusso, offre aux lauréates un voyage au Maroc tout frais compris ; le ministère de la Culture et des Arts prend en charge les frais scolaires de Miss Congo 2014 pour toute l'année et promet de lui faire dé-

couvrir ainsi que ses dauphines le site de Nouabalé-Ndoki ; la société Charden Farhell offre les billets d'avion Brazzaville-Paris-Brazzaville et 400 000 FCFA à Miss Congo, Brazzaville-Dubaï-Brazzaville avec 200 000 FCFA à la première dauphine, et Brazzaville-Cotonou-Brazzaville avec 100 000 FCFA à la deuxième dauphine. La société d'aviation ECair offre quatre billets Brazzaville-Dubaï-Brazzaville, trois billets Brazzaville-Paris-Brazzaville pour la Miss, la première dauphine et un membre du comité d'organisation, treize billets Brazzaville-Douala-Brazzaville... Cette dix-septième édition de l'élection de Miss Congo avait pour thème : « La femme congolaise active, moderne et émancipée ». À propos du choix de ce thème, la présidente du Comico, Pupuce Ngalla

Mouetoukouenda Ibata, qui y met tout son cœur, a déclaré : « Le choix du thème de cette dix-septième édition a pour objectif de montrer que la femme congolaise apporte sa pierre à l'édifice dans la modernisation, l'évolution et le développement de notre pays... » Notons que Welcome Atipo, élève en terminale A, 18 ans, 1,75 mètre, venue à cette phase finale comme Miss Kouilou, a été élue Miss Congo 2014 en remplacement de Cécilia Mackosso ; Bernice Massengo, élève en terminale C, 18 ans, 1,73 mètre, précédemment Miss Pointe-Noire, a été élue première dauphine ; Sabrina Ndoulou-Milongo, étudiante, 19 ans, 1,74 mètre, première dauphine Miss Kouilou, a été élue deuxième dauphine Miss Congo 2014 ; Sarah Grâce Sam, élève en terminale A, 18 ans, 1,72 mètre, Miss Pool, a été désigné



La Miss Congo 2014 entourée de ses deux dauphines

Miss Charme, alors que Naïva Mbongobou, étudiante, 20 ans, 1,81 mètre, Miss Brazza, a été désigné Miss Élégance. Sitôt après son sacre, Welcome Atipo, Miss Congo 2014, et ses dauphines, y compris Miss Charme, ont signé les textes d'engagement devant la présidente du

Comico qui avait à ses côtés Me Patrice Mahoungou, huissier de justice. Ces textes d'engagement sont un véritable arsenal juridique devant permettre à ces lauréates de bien se conduire dans la vie durant tout le temps de leur règne.

Bruno Okokana



Miss Congo et ses dauphines posant avec les Miss étrangères et congolaises venues à la soirée

L'Association Brazza Mode rouvre ses portes

Fermée il y a près de huit ans, l'Association Brazza Mode (ABM) de nouveau sur pied réaffirme son ambition d'améliorer les conditions de travail des artisans, des professionnels œuvrant dans le domaine spécifique du textile et de l'habillement

Réunis en assemblée générale, mardi dernier, les membres de l'association ont officialisé la réouverture, en présence du directeur de l'Agence nationale de l'artisanat (ANA), Franck Diawara. Le responsable de l'ANA a souligné le fait que cette rencontre d'artisans est le fruit d'un travail intense de plusieurs années d'efforts.

Franck Diawara a rappelé que la reprise des activités passait avant tout par la réactualisation de l'annuaire des artisans afin d'aider aussi les clients à la recherche de prestataires compétents : « La structure renaît de ses cendres avec plusieurs défis à surmonter, mais surtout avec le souhait de

travailler de manière assidue pour obtenir à long terme de meilleurs résultats. »

Cadre de travail et haut lieu d'échange, l'ABM a présenté à l'occasion son plan d'action et la composition du bureau exécutif. Et, parmi les défis qui attendent d'être relevés figurent le renforcement des compétences et la relance de l'école-atelier de couture afin de donner de vrais outils de travail aux jeunes en coupe et couture. Mais d'autres souhaits sont exprimés dans le souci de rechercher des débouchés et des marchés, voire des foires ou expositions, lieux d'échanges propices pour favoriser l'écoulement de tout le savoir des créateurs

congolais.

L'ABM est installé dans les locaux de l'ANA à côté de la CNSS et, selon la nouvelle vice-présidente, Pauline Batetana, « cette grande activité, la réouverture de Brazza Mode vient de se concrétiser grâce à l'impulsion du directeur général de l'ANA. Le bureau que nous formons travaillera avec l'aide de commissions représentées par des délégués pour mieux avancer dans les grandes lignes préfixées. »

Luce-Jennyfer Mianzoukouta



Les bons réflexes pour stimuler la circulation sanguine

Chevilles gonflées, fourmillements, sensations de chaleur et de pesanteur... Vos jambes lourdes vous font souffrir et vous complexent ? En adoptant de nouvelles habitudes, vous pouvez soulager ces symptômes qui empoisonnent votre été



Marcher dans l'eau favorise un retour veineux. ©Phovoir

L'insuffisance veineuse touche près d'une femme sur deux et s'aggrave au fil des années. Pourtant, ce n'est pas une fatalité. Il est possible de la prévenir et de la soigner. Le meilleur traitement ? Le port de bas de contention. En exerçant une pression graduelle qui va en se relâchant des pieds vers les cuisses, la contention

limite la dilatation des veines et augmente la vitesse de la circulation sanguine. Rassurez-vous, l'époque des bas à varices de nos grand-mères est révolue. Les modèles actuels sont esthétiques et confortables. Si vous avez malgré tout du mal à les supporter quand il fait chaud, certains gels rafraîchissants peuvent être appliqués

par-dessus. Et le soir venu, quel bonheur d'aller danser ou de s'endormir la jambe légère.

Vous êtes en vacances en bord de mer ? Difficile de porter vos bas de contention à la plage. Emportez-les malgré tout : pour de longs trajets en voiture, en train et surtout en avion, ils restent nécessaires. Une fois sur place, nagez, faites de l'aquagym et marchez aussi souvent que possible dans l'eau. Baladez-vous à vélo. Mais évitez le jogging et les jeux de ballon sur le sable, ils malmènent vos veines. Le soir venu, douchez-vous à l'eau fraîche en remontant le jet de vos mollets vers le haut de vos cuisses. Allongez-vous ensuite sur le sol et mettez les pieds au mur quelques minutes. Puis faites des flexions et des extensions des pieds et des orteils (20 fois pour chaque mouvement). Terminez en vous massant les jambes avec un soin spécifique jambes lourdes. N'oubliez pas de rehausser les pieds de votre lit de 10 à 15 cm : dormir les jambes surélevées favorisera le retour veineux et vous éviterez les crampes nocturnes.

Destinationsanté

Le cœur des hommes ne supporte pas la charcuterie

Les hommes qui consomment régulièrement des viandes préparées ou cuisinées seraient plus exposés que les autres aux risques de maladies cardiovasculaires. Selon un travail mené en Suède, ils seraient plus particulièrement sujets à l'insuffisance cardiaque



Manger trop de charcuterie pèse sur le cœur. © Phovoir

L'équipe du Dr Alicja Wolk du Karolinska Institutet de Stockholm a travaillé à partir d'une large cohorte de 37 035 hommes âgés de 45 à 79 ans. Aucun ne présentait de maladies cardiaques et/ou de cancer au début de ce travail. Ils ont été suivis pendant 12 ans. Chaque année, les participants devaient remplir un questionnaire portant sur leurs habitudes alimentaires.

Les auteurs se sont particulièrement attardés sur la consommation de viandes préparées. Et plus particulièrement sur les produits de charcuterie : jambon, bacon, saucisse... Après 12 années de suivi, les scientifiques ont observé une augmentation de 28% du risque d'insuffisance cardiaque chez les plus gros consommateurs de viandes préparées. Et cela, comparé à ceux qui en mangeaient le moins. Les auteurs ne précisent pas si ce constat peut être établi pour les femmes. Ils estiment en revanche qu'à choisir, il serait préférable de privilégier la viande fraîche. Car le risque semble aggravé si celle-ci est préalablement transformée. Et de manière générale, ils recommandent de supprimer de notre alimentation ce type d'aliments. Concernant la viande non préparée, une consommation modérée, à savoir une à deux fois par semaine limiterait le risque de maladies cardiovasculaires.

Ds

Hépatite Une journée mondiale pour protéger notre foie

Le 28 juillet 2014 s'est tenue la Journée mondiale de l'hépatite. L'occasion de revenir sur un organe essentiel de notre organisme, le foie. Lequel remplit de nombreuses missions vitales. Il filtre, métabolise les médicaments, fabrique des enzymes...



Trop de patients ignorent qu'ils souffrent d'hépatite. ©Phovoir

Comme le rappelle le Dr Pascal Melin, vice-président de la fédération SOS Hépatites, « sans foie, on ne peut vivre que quelques heures ». Plusieurs pathologies peuvent le fragiliser et provoquer des dégâts considérables. Notamment les hépatites B et C. Cette dernière se transmet par contact avec le sang d'une personne contaminée. Notamment dans les situations suivantes : réception d'une transfusion sanguine, de produits sanguins ou d'un greffon contaminés ; injections réalisées avec des seringues contaminées ou blessures

par piqûre d'aiguille en milieu de soins ; utilisation de drogues injectables ; accouchement chez une mère infectée par l'hépatite ; réception de transfusion avant 1992.

L'hépatite C est un virus contre lequel il n'existe pas de vaccin. Cependant, comme le précise le Dr Melin, « l'arrivée de nouveaux traitements permet de guérir 90% des patients en trois mois. L'enjeu pour nous aujourd'hui, c'est d'amener le plus possible les patients dans le circuit de la prise en charge, et il y a encore trop de malades qui ignorent qu'ils sont

atteints d'une hépatite C. »

À l'occasion de la Journée mondiale et si vous souffrez d'hépatite C, vous avez la possibilité de participer à un sondage international réalisé par l'Alliance mondiale contre l'hépatite : <http://lc.cx/hepatiteC>. Pour plus d'informations sur les hépatites et sur la journée, rendez-vous sur le site de SOS Hépatites à l'adresse : www.soshepatites.org. Vous pouvez également appeler le numéro vert suivant, 0800 004 372. (appel gratuit depuis un poste fixe).

Ds

De la malnutrition à l'hypertension artérielle ?

Selon un travail mené en Jamaïque, les enfants ayant souffert d'une malnutrition sévère avant l'âge de 5 ans sont particulièrement exposés au risque d'hypertension artérielle à l'âge adulte. De manière générale, c'est l'ensemble du système cardiovasculaire qui serait affecté

Le Pr Terrence Forrester et son équipe de l'université West Indies, à Kingston, se sont intéressés aux conséquences de la malnutrition infantile. Ils ont comparé l'état de santé de 116 adultes malnutris au cours de leur enfance à celui de 45 hommes et femmes dont l'état nutritionnel était considéré comme normal pendant leurs premières années de vie. Tous les participants devaient se soumettre à l'âge de 20 et 30 ans à différentes mesures. Ces dernières comprenaient leur taille, leur poids et leur tension artérielle. Ils ont également subi divers examens visant à évaluer leurs fonctions cardiaques.

Le groupe malnutri présentait une tension artérielle plus élevée. Par ailleurs, leur débit cardiaque s'est révélé plus faible. « Ces facteurs augmentent le risque d'hypertension artérielle et donc de maladies cardiovasculaires », explique l'auteur de l'étude. Un résultat qui montre une fois de plus les ravages de la malnutrition, sur le long terme.

Ds

Disparition

Alain Moloto, un an déjà

Comme un coup de tonnerre, la nouvelle tragique du décès du coordonateur du Groupe adorons l'Éternel (Gaél) avait suscité de l'émoi dans les milieux chrétiens à travers le monde. Plusieurs hommes de Dieu, à défaut de faire le déplacement pour Kinshasa, avaient lui rendu un vibrant hommage. Et, aujourd'hui 2 août, à la date anniversaire de cet événement poignant, *Les Dépêches de Brazzaville* a choisi de revenir sur le témoignage du pasteur principal de l'Église Impact centre chrétien, située en région parisienne, Yvan Castanou

Ici en RDC, ébranlé est le mot qui traduisait au mieux l'état dans lequel la disparition du chantre avait plongé la communauté chrétienne du pays et même du monde. En témoigne, entre autres, la publication sur le net, notamment sur Facebook le 13 août, de l'hommage à Alain Moloto signé par le célèbre pasteur Yvan Castanou, membre de la Fédération protestante de France, qui n'est du reste pas inconnu du milieu chrétien kinois. Il avait eu vent de la mort d'Alain Moloto, et à partir de la France, s'était résolu à livrer ses impressions personnelles. C'est par oui-dire, comme il le

souligne dans son mot introductif, qu'Yvan Castanou avait été informé de l'existence de ce personnage important de l'univers de l'adoration en terre congolaise. Dès lors, pour lui, le « passionné de Dieu appelé Alain Moloto a rejoint le Seigneur dans la gloire ». Et de poursuivre ainsi : « Je ne le connaissais pas personnellement, mais les très nombreux témoignages d'Actions de grâce que j'ai lus et les nombreuses vidéos d'adoration vues sur internet m'inspirent le plus grand respect, car assurément cet homme a marqué son époque et a insufflé à sa génération la passion pour le cœur de Dieu. » Le pasteur Yvan Castanou avait

joint à cet hommage un message de réconfort et de compassion : « Nous prions pour que Dieu fortifie et console sa famille ainsi que ses proches, tout en reconnaissant qu'il est certainement plus heureux là-haut auprès de Jésus qu'il ne l'a jamais été sur Terre. » Et d'ajouter une note d'espoir et d'encouragement : « Un passionné de Dieu s'en est allé, mais il a fait sa part, il s'est reproduit et en a engendré beaucoup d'autres ! La meilleure manière d'honorer la mémoire de telles personnes est d'être de plus en plus nombreux à devenir amoureux de Dieu et déterminés à vivre pour son plaisir et pour l'accomplissement de ses



desseins dans notre génération ! » Et de conclure son mot par cette recommandation formelle : « À son sujet, ne dites pas « il est mort », mais dites « il est parti » car il a fait

sa part, il se repose désormais auprès du Seigneur, ses œuvres le suivent et il obtiendra sa récompense au jour de Christ ! »

Nioni Masela

Hommage

Eden et Gaél sur les traces d'Alain Moloto

Des actions distinctes sont programmées par les deux institutions initiées par le célèbre chantre à l'occasion de l'anniversaire de sa troublante disparition à Kinshasa

Tenant à marquer d'une pierre blanche ce jour mémorable, anniversaire d'un événement qui l'a endeuillé, le mouvement Ensemble pour la délivrance de la nation (Eden) a choisi de poursuivre l'œuvre de son initiateur. En effet, l'action sociale qu'il a en-

trepris de mener la date fatidique du 2 août s'inscrit dans l'esprit de la mission que lui avait assigné feu Alain Moloto. À son tour, commis à la coordination du comité directeur d'Eden, Clovis Santu assure la continuité de la vision de son regretté mentor.

L'on se souviendra ainsi qu'en janvier dernier, à la tête d'une délégation de ses membres, il s'était rendu à la Pédiatrie de Kalembe-Lembe. La visite du centre hospitalier de la commune de Lingwala du 4 janvier s'inscrivait dans le cadre d'une action sociale qu'Alain Moloto avait lui-même initiée de son vivant et conduite.

Et donc, comme du temps de l'homme de Dieu et à l'instar de celle menée en janvier, le passage d'Eden à la Pédiatrie ce 2 août sera un motif de joie pour bon nombre. En effet, on se souviendra qu'en début d'année, près de quinze malades trouvés dans l'incapacité d'honorer leurs factures d'hospitalisation depuis plusieurs mois ont vu leurs dettes apurées grâce à Eden qui s'est chargé de régler tous les comptes y relatifs à l'hôpital. L'après-midi de ce samedi, Eden va procéder de la même façon, et ce geste salutaire s'accompagnera d'un autre, et non des moindres, en faveur des malades. Si ceux dont les frais seront payés sont désormais libres de quitter l'hôpital, ceux que la maladie obligera à garder le lit auront droit à des trousseaux constitués de produits de pre-

mière nécessité avec essentiellement du lait pour nourrissons et des savons.

Prévue en début d'après-midi, la descente d'Eden au centre hospitalier succèdera à une première activité programmée cette matinée à l'occasion de l'anniversaire de la mort de son initiateur. C'est en compagnie de la famille biologique de feu Alain Moloto et de ses proches collaborateurs d'autrefois qu'il est prévu un dépôt de gerbes de fleurs sur sa tombe à la nécropole Entre Terre et Ciel. La journée anniversaire devrait se clore avec un moment d'Actions de grâce ponctué de prières et de louanges au siège d'Eden après l'étape de l'hôpital.

Gaél de concert avec Sango Malamu

Pour sa part, Gaél a prévu de s'associer au studio Sango-Malamu pour une Action de grâce commune le dimanche 3 août. Profitant de la tenue du rendez-vous mensuel du premier dimanche du mois institué depuis quelques années par cette institution chrétienne, la famille Gaél a confié aux *Dépêches de Brazzaville* que Jean-Pascal Kabesa allait à son tour faire son Action de grâce. Le chargé de communication de Gaél Ministries nous a expliqué le sens donné à cette rencontre

commune par le fait que « tout est parti de Sango Malamu ». La prestation musicale de Gaél, qui entend se faire avec certains anciens membres, revêt donc un sens tout à fait spécial.

Dans le souci de porter l'éclairage nécessaire sur ce choix de Gaél, Jean-Pascal Kabesa a jugé bon de nous relater les faits de la sorte : « Le Groupe adorons l'Éternel (Gaél) existe depuis mars 1998 et avait déjà réalisé, à cette époque cent onze émissions diffusées sur les antennes de la radio Sango-Malamu, autour d'un certain nombre de thèmes tirés des attributs de Dieu et de son œuvre au milieu des hommes. » Et de renchérir que « cette émission passait le samedi entre 6h30 et 7h30, bon nombre d'auditeurs fidélisés étaient à son écoute. Le but de l'émission était de prendre un engagement dans le processus de la restauration de cette discipline glorieuse qui place Dieu aux cœurs des vies et au centre des préoccupations, qui met l'adoration au dessus de la prière, car écartant tout aspect de requête, mais répandant l'âme devant la face de Dieu en permettant à l'esprit d'entrer en contemplation. C'est là que l'esprit de Dieu déploie les cieus et laisse agir la main de Dieu au milieu de son peuple. »

N. M.



Alain Moloto présidant l'une des réunions populaires d'Eden. (© DR)

Festival Feux de Brazza

Tout est fin prêt pour l'ouverture de la cinquième édition

C'est le 2 août que s'ouvre à la mairie de Mfilou, dans le septième arrondissement de Brazzaville, la cinquième édition du festival populaire et international des musiques traditionnelles Feux de Brazza. Plusieurs activités sont prévues jusqu'au 8 août, date de sa clôture. Un programme général du spectacle a été établi

Les activités phares de cette cinquième édition ont débuté les 28 et 29 juillet par une réunion du comité exécutif du CAM au mémorial Pierre-Savorgnan-de-Brazza. Le 30 juillet, le secrétariat de la TMAF s'est réuni à la clinique Sécurex. Le 31 juillet, le Conseil africain de la musique s'est réuni en assemblée générale au siège de l'Unesco. Le 1er août s'est tenu une réunion technique du jury de la TMAF au studio DM Record avant que les directeurs de festival se réunissent en séminaire.

Ce samedi 2 août 2014 interviendra la cérémonie d'ouverture de la cinquième édition de ce festival sous le patronage du ministre de la Culture et des Arts à la mairie de Mfilou de Brazzaville, de

19h30 à 20h30.

Peu avant le début des spectacles, les festivaliers se rendront en excursion à l'île Raphia sur le fleuve Congo le dimanche 3 août de 10h à 15h. Les spectacles auront lieu de 19h à 23h avec le passage des groupes Cedy Medley de Mfilou-Brazzaville, Kiltir de l'île de la Réunion, Mantsiémi Miéré Victor de Mikalou-Brazzaville, Sanza Universel de Talangaï-Brazzaville, Nah Dah de la Cuvette-Ouest, BBL Musica de Mfilou-Brazzaville.

Le lundi 4 août s'ouvrira en matinée de 10h à 17h l'atelier d'initiation à la sanza et au balafon sous le patronage du ministre de la Culture et des Arts au village Feux de Brazza. En même temps se tiendra la visite du circuit touristique de Brazzaville

de 10h à 14h. C'est dans la soirée qu'interviendront les spectacles avec les groupes Guy Commando griot d'Owando-Congo, Adise Dehouido du Bénin, Mbalula corporel danse de Bacongo-Brazzaville, Obeitan original de Djambala-Congo, Bana Batéké de Talangaï-Brazzaville, Ndzo Kanda de Mfilou-Brazzaville.

Le mardi 5 août, la journée s'ouvrira par l'ouverture du colloque scientifique au ministère des Affaires étrangères et de la Coopération sous le patronage du ministre de l'Enseignement supérieur. Puis le soir de 19h à 22h55 interviendront les spectacles à la mairie de Mfilou. Au programme de la soirée Nouvelle Alliance de Talangaï-Brazzaville, troupe royale Amina rasta du



Le podium qui abritera les spectacles. (© DR)

Cameroun, Ntsia Ku Mphu d'Ouenzé-Brazzaville, Mome Mome Ngobila d'Ouenzé-Brazzaville, Banaba Siémé de Pointe-Noire-Congo, Tsiawa les orphelins de Mfilou-Brazzaville.

Alors qu'au programme des spectacles du mercredi 6 août sont prévus les groupes Élélé Nzoro de Talangaï-Brazzaville, Don Metok du Bénin, Ikiori de Talangaï-Brazzaville, Groupe étranger de la République démocratique du Congo, Amaya de Talangaï-Brazzaville, Ntuka Kongo de Mfilou-Brazzaville. La journée du jeudi 7 août débute par la clôture du colloque scientifique sous le patronage du ministre de l'Enseignement supérieur à 14h, avant que n'interviennent des spec-

tacles en soirée avec des groupes Mondo Assamafou de Talangaï-Brazzaville, les Hères de Paris-France, Ndara de Bacongo-Brazzaville, Bau Lubota de Mfilou-Brazzaville, Courroyale de Brazzaville, Kingoli authentique de Mfilou-Brazzaville.

Le vendredi 8 août interviendra la cérémonie de clôture du festival Feux de Brazza. Mais auparavant quelques groupes se produiront: Zeble Pototo griot de Mfilou-Brazzaville, Marhaba du Niger, Tam-Tam sans frontière senior de Mounjali-Brazzaville, et TH Musica de Pointe-Noire. Ainsi prendra fin la cinquième édition du festival populaire et international des musiques traditionnelles Feux de Brazza.

Bruno Okokana

Un gigantesque village construit pour la circonstance

Ce grand village du festival est construit dans les jardins de la maison commune de Mfilou, dans le septième arrondissement de Brazzaville. Il abritera les différentes activités prévues sur ce site, à l'instar de la cérémonie d'ouverture du festival le 2 août, ainsi que des spectacles et autres animations journalières prévues surtout pour les plus jeunes



Hugues-Gervais Ondaye et Moustapha au village du festival. (© DR)

C'est un village de 800 mètres carrés, construit tout en bois pour une valeur de plusieurs millions de FCFA offerts par la Congolaise industrielle du bois, qui abritera entre autres la cérémonie d'ouverture de la cinquième édition du festival populaire et international des musiques traditionnelles. 7 000 places assises sont prévues pour ce festival qui, selon les estimations, pourra drainer plus de monde, ainsi que 100 stands. Outre les places assises, 100 places sont aussi pensées pour le restaurant des festivaliers.

Le comité d'organisation entend également installer une station radio au sein de la mairie pour des animations journalières. Plusieurs espaces disponibles sont là pour permettre aux annonceurs de communiquer sur leurs produits.

Notons qu'à la fermeture de ce festival, la direction générale de Feux de Brazza offrira ce village, y compris son majestueux podium construit en bois rouge, à la mairie de Mfilou.

BO

Anniversaire de l'ordre du Mérite congolais

L'exposition itinérante prend ses quartiers à la mairie centrale

Après le Palais du peuple, la mairie centrale accueille la grande exposition de l'ordre du Mérite congolais pour son cinquante-cinquième anniversaire sous la tutelle du député-maire de la ville de Brazzaville, Hugues Ngouélondélé



La thématique choisie pour cette exposition est « Le décoré et la République ». Elle retrace l'histoire du Congo, façonné au fil des années par ses fils, à l'image de l'expérience enrichissante de la grande chancellerie de la Légion d'honneur de France. L'exposition est organisée conjointement par la grande chancellerie des Ordres nationaux du Congo et la grande chancellerie de la Légion d'honneur de France jusqu'au 12 août.

Le but recherché par les organisateurs est de conduire premièrement les citoyens congolais à remplir une mission noble en s'inspirant des pionniers de la République. Puis à avoir une plus large connaissance des distinctions honorifiques et des symboles du Congo et de la France. L'initiative a suscité un grand intérêt chez les jeunes étudiants et les personnes âgées, désireux d'en savoir plus sur les valeurs nationales. Dans le hall de la mairie, des tableaux sont installés pour la circonstance, on peut contempler le collier de grand maître de la Légion d'honneur porté par le président de la République, Denis Sassou-N'Guesso, lors de la cérémonie de son investiture à Brazzaville, le 15 mai 2012. Des portraits des anciens présidents de la République du Congo meublent également le décor de l'exposition. Un autre sujet d'attention est les différentes médailles de mérite exposées. De la Médaille militaire à celle de l'ordre du Dévouement congolais, mais aussi celle de l'ordre national de la Paix à l'ordre du Mérite universitaire. Au Congo, c'est le président de la République, grand maître des ordres nationaux, qui décerne ces distinctions à titre exceptionnel ou à titre posthume. La formule déclarée lors de cette consécration est la suivante : « Au nom de la République, et en vertu des pouvoirs qui me sont conférés, je vous fais – ou élève – dans l'ordre national du Mérite congolais. » Ainsi l'on compte plusieurs personnalités congolaises distinguées par le chef de l'État. Parmi les femmes, d'illustres noms comme Adélaïde Mounгани, Céline Eckomba ou Antoinette Sassou Nguesso...

Durly-Émilie Gankama

LE FIL DE LA TÉLÉVISION

SAMEDI

TF1 06h00: les mystérieuses cités d'or 08h10: Teleshopping samedi 10h10: Tous ensemble 12h00: Les douze coups de midi 13h00: Le Journal 15h15: Ghost Whisperer (série) 17h55: 50mn Inside 20h00: Journal 20h40: Nos chers voisins 20h55: The Winner Is... 23h00: Les experts	France 2 06h10: la guerre des Stevens 06h55: Journal 07h00: Télématin 10h00: Le jour où tout a basculé 11h25: Les Z'amours 13h00: Journal 13h30: Secret d'histoire 18h50: Mot de passe (jeu) 20h00: Journal 20h45: Fort Boyard 22h50: L'été indien 00h20: Carnet de voyage d'Envoyé spécial	France 5 06h45: Ozio Boo (dessin animé) 09h06: Le Dino train 10h15: Consomag 11h15: La maison France5 12h55: Un jour au zoo 15h25: Vivre loin du monde 16h15: Vu sur terre 18h05: Des trains pas comme les autres 20h20: Une maison, un artiste 22h10: Nul et culottés 23h05: Les routes de l'impossible	CANAL+ 06h10: Les parents 08h10: les Crumpets 10h25: La semaine Barré 12h45: Le JT 14h25: Denis 16h50: Plateau sport 18h55: Le JT 20h20: Jamel Comedy Club 22h00: Gangsters Squad 00h10: Le journal du hard	TV5 Afrique 06h00: Nus et culotés 07h00: TV5MONDE, le journal 07h15: Cajou 08h20: Les nouvelles aventures de Peter Pan 09h05: Matière grise 10h20: Hep taxi 13h20: Une saison au Congo 16h00: Waga love 18h05: Afrique plurielle 20h00: New York, New York 20h30: TV5 MONDE, le journal Afrique 22h50: Acoustic 23h30: L'effrontée
---	--	--	--	--

DIMANCHE

TF1 06h00: Les mystérieuses cités d'or 10h10: Nos chers voisins 12h00: Les douze coups de midi 13h00: Journal 14h45: Les experts Manhattan 18h00: Sept à huit 20h00: Journal 20h30: Du côté de chez vous 22h50: L'arme fatale 01h10: Esprits criminels	France 2 06h00: Tandoori et hamburgers 08h30: Sagesse Bouddhiste 10h00: Présence Protestante 12h05: Tout le monde veut prendre sa place (jeu) 13h02: Journal 14h10: Qui sera le prochain grand pâtissier ? 16h45: Grandeur Nature 18h45: Pyramide 20h00: Journal 20h40: Parents mode d'emploi 22h55: Non élucidé 00h25: Flashpoint	France 5 06h45: Pinky Dinky Doo 07h40: Sid le petit scientifique 08h42: Boris 10h30: Echappées belles 12h40: Traditions et saveurs 13h45: La grande histoire de la conquête spatiale 15h30: Sale temps pour la planète 16h00: La fraise, un parfum 18h00: C politique 19h00: On n'est pas que des cobayes 20h35: Elysée à la première table de France 22h25: La chine est encore loin 00h25: Brésil, terre promise de football	Canal+ 06h45: Ozie boo (série) 07h08: Tabaluga 08h02: T' choupi et ses amies 09h27: Grabouillon 12h00: Les escapades de petitrenaud 13h35: Superstructures-Evolution 15h40: Cuisine sauvage 17h35: Au plaisir des saveurs de France 19h00: On n'est pas que des cobayes 20h00: Un jour au zoo 22h25: Duels 23h20: Un film, Une histoire	TV5 Afrique 06h00: Afrique plurielle 07h00: TV5 MONDE, le journal 09h05: Stars parade 10h00: TV5 MONDE, le journal 10h20: Wari 11h00: Flash info 12h00: Journal RTBF 13h35: Question pour un super champion 16h10: Partir autrement 18h05: Les immigrés 19h00: Journal RTS 20h00: A la vie, à la mode 22h25: Sud, coté court 23h00: Journal RTBF
---	---	--	--	---

Chez nous ce week-end

MN TV SAMEDI 06h30: JT 07h00: La main de l'Éternel (émission) 08h48: Mot et Usage 09h00: Police et Population 11h00: Bulletin d'information 12h00: Documentaire MN 15h00: Washington forum 18h00: JT en lingala 19h56: Devoir de mémoire 21h00: Na tango wana 22h30: Pasteur kor-kor 23h30: Musique douce DIMANCHE 07h30: Le vent du renouveau 09h00: Club 700 (émission religieuse) 10h30: Entretien sportif 11h00: Bulletin d'information 12h26: Point de presse 14h00: Sans tabou 16h30: Génération consciente 18h00: JT rétro 20h30: Regard sur le monde 21h00: Le rendez-vous 22h30: Mon temps est arrivé 23h30: Musique douce	TOP TV SAMEDI 3h00, Cinéma 5h30, Club 700 8h00, Top infos Kituba 15h00, Émission ça fait mal, 17h30 Sport basket, NBA action, 19h00, Top infos français 20h00. série Kennedy, 21h00 : 9h du soir, une émission d'enquêtes mêlant recherches, reportages, témoignages et débat sur le plateau. DIMANCHE 1H30: Musique 9H30: Musique chrétienne 12H00: Émission Arts plus, dans cette émission l'animatrice vous fait voyager au Cœur de la culture vivante et des arts. 16H00: Top école occupe les téléspectateurs par des phénomènes marquants, des loisirs, de la culture, de la science et du sport. Cette émission permet de découvrir de s'enrichir et de se cultiver dans la détente. 19H00: Top info français 21H00: Concert live-Young star 22H30: Cinéma	DRTV SAMEDI 13h00: Série: L'affaire de Leila épis.15 16h30 : JT en langue 17h00 : Ça me dit souvenirs 18h20 : Détente musicale 20h30 : Grande édition du JT 00h05 : Série : India Love épis. 109-110-111 rdf DIMANCHE 13h00 : Divertissement 14h00 : JT 16h45 : Documentaire : construire le futur 18h00 : JT 24/7 langues 19h20 : Inter-régions 20h30 : Grande édition du JT 21h10 : No comment 21h35 : Célébrité 23h05 : L'homme et son temps
--	---	---

Consultez nos nouveaux sites internet !

- Ergonomiques et esthétiques
- Un fil d'information en continu pour suivre l'actualité en temps réel
- Des focus sur les informations phares
- Différentes entrées possibles, par département, par thèmes...
- Un site très illustré avec de nombreuses photos, vidéos...
- Des dossiers thématiques notamment sur la diaspora, le foot, la culture...

LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE



www.lesdepechesdebrazzaville.fr
www.adiac-congo.com

Un rendez-vous quotidien incontournable

Plaisirs de la table

Prononcé « onion », l'oignon, *allium*, est une plante herbacée de la famille de l'ail ou du poireau. Il peut être cultivé pour une récolte annuelle ou bisannuelle

L'oignon, qui compte de nombreuses variétés, peut être utilisé cru ou cuit comme légume d'accompagnement ou comme condiment. L'une de ses variétés les plus connues est l'échalote, qui depuis longtemps fait partie de la gastronomie mondiale. L'échalote, qui se reconnaît à sa forme allongée et à sa couleur violette ou jaunâtre, est souvent désignée comme jeune oignon.

L'oignon se compose de bases épaissies de feuilles s'enveloppant les unes dans les autres, mais en général on le reconnaît pour ses bulbes uniques. La plante, elle, peut atteindre de 60 à 100 cm de hauteur, et les feuilles hors sol sont cylindriques et de couleur verte. Pour ce qui est de ses bienfaits, on notera que l'oignon frais ou sous une forme séchée est une source inépuisable de vitamine C. Il est également constitué de nombreux minéraux et oligo-éléments. Consommées de façon régulière, ces substances protègent notre organisme d'éventuelles attaques.

L'oignon frais est composé à 90% d'eau, de glucides que l'on retrouve sous toutes ses formes ainsi que de phytostérols et de sucre (saccharose et glucose). Les protéines et les lipides ne sont présents qu'en petite quantité.

Ces substances favoriseraient (particulièrement le phytostérol) la réduction du cholestérol LDL. Mais ces effets ne sont constatés que si l'on adopte un mode d'alimentation des plus saines. Tout comme l'ail, illustré dans de précédentes parutions, l'oignon est un anti-oxydant et contient des propriétés anticancéreuses. Ce sont les composés sulfurés (contenant plusieurs atomes de soufre) qui sont responsables de la forte odeur de l'oignon qui pique aux yeux.

Notons que, selon que l'oignon soit rouge, blanc, jaune ou violet, d'autres substances sont concentrées sur leurs parties externes, tout aussi bénéfiques pour notre bien-être.

Luce-Jennyfer Mianzoukouta

Que sait-on de l'oignon ?



Recette d'ici

Viande de bœuf aux ignames

PRÉPARATION : 1 heure

CUISSON : 30 minutes

INGRÉDIENTS

- 2 kg de viande de bœuf
- 1 kg d'ignames de Gamboma
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 piment vert, ciboule, oignons,
- 1 cube, ail, herbes de Provence
- 1 feuille de laurier



PRÉPARATION

Faire cuire séparément la viande pendant trente minutes et les ignames pendant quinze minutes. Pour la sauce, faire revenir les tomates pelées, les oignons et les autres condiments pilés et laisser mijoter avec un peu d'eau. Ensuite, dans la marmite de viande, incorporer les ignames cuites, le fond de sauce puis les autres condiments : piment vert, cube et feuille laurier. Laisser cuire pendant quinze minutes et servir.

ASTUCE

Ne pas laisser trop cuire les ignames la première fois, il faut les présenter bien en entier.

Un accompagnement n'est pas nécessaire, en raison de la présence des ignames.

Bon appétit !

*Recette proposée
par Raïssa Angombo*

Recette d'ailleurs

Filet mignon à la nantaise

PRÉPARATION : 25 minutes,

CUISSON : 40 minutes.

INGRÉDIENTS

POUR QUATRE PERSONNES

- 8 oignons
- 30 g de beurre demi-sel
- 1 filet mignon de porc (de 800 g)
- ½ l de lait
- 2 brins de persil
- poivre du moulin, sel



PRÉPARATION

Éplucher et émincer les oignons. Dans un faitout, faire fondre le beurre, y saisir le filet mignon. Cuire trois à quatre minutes sur chaque face. Réserver au chaud. Dégraisser le faitout et ajouter les oignons émincés. Verser le lait, saler et poivrer, puis cuire la compotée d'oignons trente minutes. Émincer le filet mignon et le reformer. Une fois la compotée cuite, déposer le filet mignon et terminer la cuisson pendant cinq minutes. Dresser sur un plat, servir la compotée et le filet mignon avec quelques brins de persil.

ASTUCE

Vous pouvez accompagner ce plat de pommes de terre sautées, d'une purée ou bien d'une poêlée de légumes de saison.

Bon appétit !

Relaxnews

LES JEUX DES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

MOTS FLÉCHÉS 689

ÉRABLE PRODUIT PÉTROLIER	OUVRIT LA BOUCHE LAPS DE TEMPS	DÉBITÈRENT STATUE DE CINÉMA	HAUT FONC- TIONNAIRE DURÉE	ACTIONNÉ VENISE DU NORD	PRÉTRESSE VOIE DE PASSAGE
MJOTER GLOUTON					MOEURS ILE DE FRANCE
			GENRE DE PUTOIS RÉPÉTITIVES		
PRONOM PERSONNEL LA PETITE DERNIÈRE		AFFLUENT DE LA GARONNE MARIAGE			ÉLOIGNEMENT
				ARTICLE ESPAGNOL POLICIERS	
MÉDECIN	FAÇON DE PARLER	NÉGATION PRÉVOIT L'AVENIR	RÉGION ALLEMANDE MÈCHE REBELLE		
				SOLDAT AMÉRICAIN CONS- TRUCTIF	RESSENT
VERGER	PARTICULE PEUPLE NORDIQUE		CONSCRIT SERVICE NON RENDU		
					ELLE BRILLE SUR L'ÉCRAN
ALUMINIUM AU LABO REMARQUAIS		PAS AILLEURS		MOUSSEUX ITALIEN	
					CARDINAL
VIEUX FRAN- ÇAIS HORS- D'OEUVRE ITALIENS		NEUF A ROME	CARDINAL BONNE CARTE		APPRIS
				RAYON BRONZANT	
PARTIES INTIMES			CONIFÈRE	PARTICULE	

MOTSMÊLÉS - N°463

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

- | | | |
|-----------|-----------|-------------|
| AMBRE | ERUPTION | MOISI |
| AMMONIAC | ESTAMPE | MORTADELLE |
| BAMBOU | ESTOCADÉ | PANCARTE |
| BAZAR | ETOURNEAU | PATHOS |
| BROME | FLOCON | PREPUCE |
| CABARET | GALOP | PUNCH |
| CALCIUM | GATEAU | RETRO |
| CAMPHRE | GOEMON | SANGLOT |
| CANADAIR | HARENG | TEUTON |
| CHUTER | HERMINE | VERTIGINEUX |
| DEGLUTIR | KRACH | VIADUC |
| DRAGSTER | LOUKOUM | VIKING |
| DRIBBLE | LYMPHE | ZIGOTO |
| ENCENSOIR | MAGNANIME | |

MOTS CASÉS 10 X 13 - N°322

SUDOKO - Grille n°568 facile

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

SUDOKO - Grille n°569 facile

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

EN PARTANT DES CHIFFRES REMPLISSEZ LA PAGE DE TELLE SORTE QUE CHAQUE COLONNE DE 3 X 3 CONTIENNE UNE SEULE FOIS LES CHIFFRES DE 1 À 9

- 2 LETTRES
EN - ET - GO - NI - OS - SE - TE - UN
UT
- 3 LETTRES
ANE - BAI - ERE - GAI - GUE - GUS - NE
- RHO - RTT - TEL - TER - TUE - USE
- 4 LETTRES
ATRE - OTAN - PEAU - PRES - SEAU
TUBA - UNIR
- 5 LETTRES
BEIGE - EBENE - EGOUT - ELEVE
ETANG - HEROS - HUTTE - NEIGE
- 6 LETTRES
NERVI - OTAGE - STAGE - THONS - TIRE
- AMANTS - ENTETE - GANSEE - HAREN
- HARPON - LIASSE - PETREL - RESUM
- RITUEL - TETENT

SOLUTION DE LA SEMAINE PRÉCÉDENTE

SOLUTION :
Le mot-mystère est :
AFICIONADO

MOTS CASÉ N°321

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

MOTS FLÉCHÉ N°688

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

SUDOKO 567

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

SUDOKO 568

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

Les solutions des jeux de ce numéro dans notre prochaine édition du samedi 9 AOÛT

Coup de cœur web

« visiterlafrique.com » pour les passionnés du continent



Une contributrice du site web à Accra.
(© <http://visiterlafrique.com>)

Lancé par la blogueuse Diane Audrey Ngako, le site internet visiterlafrique.com est la vitrine d'une Afrique positive. Le continent raconté en images se dévoile ici à travers des découvertes insolites et des conseils pratiques avant de s'y rendre



Assainie (Côte d'Ivoire)
(© <http://visiterlafrique.com>)



« Femmes Eternelles » - Olivier Martel
(© <http://Visiterlafrique.Com>)

Le site se veut une plate-forme qui présente une autre image de l'Afrique, celle que l'on ne voit pas dans les médias, tout en contribuant à dynamiser le tourisme sur le continent. S'adressant aux personnes ayant visité l'Afrique ou souhaitant le faire, ce site dévoile des coups de cœur intéres-

sants sur des destinations africaines. Les personnes désireuses de faire un voyage sur le continent y trouveront un guide sympathique et riche de bons plans de divers contributeurs partageant leurs expériences touristiques tous azimuts. Du Maroc à l'Afrique du Sud

en passant par le Cameroun, le Bénin, le Ghana ou la Côte d'Ivoire, autant de destinations qui se livrent à nous avec chaleur et humanité.

Le site : <http://visiterlafrique.com>

Dona Élikia

Trois questions à... Diane-Audrey Ngako

Basée à Paris, la pétillante Camerounaise Diane-Audrey Ngako a lancé en juin dernier le site visiterlafrique.com dédié à la découverte du continent. Entretien

Les Dépêches de Brazzaville : Comment est née l'idée de création de visiterlafrique.com ?

Diane-Audrey Ngako : Je suis une personne qui voyage beaucoup, et chaque fois que je suis allée en Afrique : Maroc, Niger, Burkina, Cameroun où plus récemment au Kenya, j'ai passé des heures sur la toile à chercher des personnes qui étaient allées dans

ces pays afin d'avoir leur feedback sur ce qu'ils avaient aimé. Étant donné que je parcourais beaucoup les blogs et sites pour avoir ces informations, je me suis dit qu'il serait intéressant d'avoir le tout à portée de main ! J'ai donc décidé de créer [Visiterlafrique.com](http://visiterlafrique.com). Je suis de ceux qui pensent que le conseil d'une personne vaut plus que ce que l'on peut

découvrir dans un guide touristique.

L'Afrique et toi, qu'est-ce que c'est ?

L'Afrique et moi, c'est une grande histoire d'amour. C'est la terre qui m'a vu naître, et où je souhaite passer le reste de ma vie.

Ton plus beau souvenir sur le continent ?

J'en ai tellement ! Je pense que mon plus beau souvenir est le jour où je suis revenue pour la première fois dans mon pays



Diane-Audrey Ngako. (© Visiterlafrique.com)

d'origine, le Cameroun, après avoir passé dix ans en France... De revoir mon père, mes frères... Ce retour m'a confirmé que ma

place était en Afrique. J'arrive...
Son blog : <http://thacrunch.com/>

DÉ



PHARMACIES DE GARDE DU 3 AOÛT 2014 - BRAZZAVILLE -



MAKELEKELE
- Bienvenu
- Olivier
- L-Nouthé
- Jumelle2

BACONGO
- Bonick
- Matsoua
- Shaloom (maison d'arrêt)

MOUNGALI
- Nouvelle (ex Moukondo)
- Pharmapolis
- Plateau des 15 ans
- Réconfort
- Metta
- Bass
- Lenal'O

OUENZE
- Île de beauté
- Grâce
- Jane Viale
- Saint Goma de Baz
- Texaco
- Ghalis

POTO-POTO
- Brant Gynes (Gare P.V)
- DUO
- FLL (Rond point Poto-Poto)
- Foch
- Joseph

TALANGAI
- Mikalou
- Mpila
- Père Jacques
- Rosa

MFILOU
- Teven



MBOTE!

Vous faites partie des privilégiés

PROGRAMME MBOTE



ECAir
Bienvenue chez vous.

www.flyecair.com ; Relations clients : + 242 06 509 0 509 (Congo) + 33 01 78 77 78 77 (France) E- mail: relationclients@flyecair.com

