



Déna Mwana
chanteuse



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

www.adiac-congo.com

N° 2614 DU 21 AU 27 MAI 2016 / 200 FCFA, 300 FC, 1€

FRANCE

Baudouin Mouanda expose « *Sur le trottoir du Savoir* »



Baudouin Mouanda admirant le panneau géant de l'annonce de l'exposition « Sur le trottoir du savoir » à Paris Crédit photo : Fredy Mizelet by

Après sa précédente exposition au Royal Monceau sur les Sapeurs, le photographe congolais Baudouin Mouan-

da expose à Paris jusqu'au 9 juillet à l'occasion de la sortie de l'ouvrage « *Afriques* » : architectures, infrastructures et

territoires en devenir. L'occasion pour le public parisien de découvrir les photographies de ce talentueux artiste.

Cette exposition a été rendue possible grâce à la collaboration conjointe de Marie Finaz Gallery et les co-éditeurs du

bel ouvrage « *Afriques* » et l'École nationale supérieure d'architecture Paris-Malaquais. **PAGE 7**

Ligue 1

Le bilan des Diables rouges et des Congolais de la diaspora

Une semaine après le coup de sifflet final de la 38^e journée de Ligue 1, alors que débutent les vacances, pour certains, les matchs internationaux, pour d'autres, et les rumeurs de transferts, Les Dépêches de Brazzaville vous propose de faire le bilan des Congolais de Ligue 1. **PAGE 12**



Afrique du Sud

La musique locale désormais prioritaire dans les médias d'Etat

Cette semaine, le groupe audiovisuel public sud-africain SABC a annoncé la mise en place d'un quota de 90% de musiques locales sur ses 18 radios dans le but de favoriser l'industrie nationale du disque. **PAGE 5**

JEUX

PAGE 15

HOROSCOPE

PAGE 16

Éditorial

Courageux

Ce qui s’est passé il y a quelques jours en Afrique du sud ne doit pas laisser indifférents les acteurs de la musique africaine dans leur pays respectif. Le groupe audiovisuel public sud-africain, SABC, a pris une décision à la fois historique et salutaire pour la production musicale sud-africaine.

En décidant de diffuser 90% de la musique locale sur l’ensemble des dix-huit radios du groupe, elle a ouvert une nouvelle dynamique qui pourrait booster l’inspiration des autres pays du continent qui se retrouvent dans une situation de dépendance culturelle déplorable. Et rien n’est encore fait pour endiguer la gangrène qui munit au grand dam des artistes musicaux locaux.

En effet, on imagine combien la difficulté qu’a été la leur de défendre ce que l’on pourrait qualifier de préférence nationale dans un domaine aussi foisonnant que particulier. Car, la musique est avant tout une histoire de goût, de sensibilité. Cependant, ce positionnement a le mérite de favoriser une meilleure promotion des œuvres musicales des artistes à l’intérieur de leur propre pays.

Il ne s’agit guère de s’enfermer, mais de s’élargir de l’intérieur afin de favoriser une meilleure appropriation et valorisation des variétés locales. Et forcément, cela entraîne à terme, une meilleure connaissance du travail de ces artistes.

Ne perdons pas de vue que souvent, en l’absence d’un écosystème favorable, l’émergence et la reconnaissance des artistes dans leur propre pays ne peut se faire que difficilement. Ainsi, le consommateur sera tenté d’aller vers d’autres offres produites par des univers qui disposent déjà d’un véritable écosystème au-delà même de leur espace de fabrication. C’est le cas des Etats- Unis, notamment. Du Nigéria aussi.

Il est donc nécessaire de remettre les pendules à l’heure et d’équilibrer les choses au profit des nationaux.

L’invasion des chaines de télévision et radio câblées n’aidant pas, il est dans l’intérêt des services publics de mettre en place des stratégies politiques adéquates.

Enfin, les autorités publiques ayant accompli leur part de responsabilité, il incombe aux administrateurs de ces chaines de radio de mettre en musique ces recommandations afin de permettre un meilleur épanouissement des citoyens. Bon divertissement.

Les Dépêches de Brazzaville

Le chiffre

1,3 000 000

C’est le nombre d’hectares de forêts naturelles en République du Congo gérés depuis 1999 par la société industrielle et commerciale CIB-Olam

Proverbe africain

« Dans un village où il n’y a pas de chiens, l’os va aux poules »

MODE

Le Labo International fête ses 10 ans de mode et de design

Du 11 au 12 juin, le Labo International est de retour à l’Espace des Blancs Manteaux, dans le 4ème arrondissement de Paris, avec de nombreux exposants et stylistes venus des 5 continents.

Fondé par la congolaise Yvette Tai, le Labo International présentera pendant deux journées sa vision d’un marché de la mode écoresponsable. Ainsi, l’édition de cette année s’articule autour de 6 espaces « My Labo », d’une vingtaine de défilés et de plusieurs shows qui animeront les deux jours du salon. Le samedi 11 juin, le Labo International proposera de découvrir « L’Afro Fashion Remix », une rétrospective de deux générations de créateurs africains sur 10 ans de mode multiculturelle, avec une mise en scène exceptionnelle sous la direction artistique du réalisateur nigérian Andy Amadi Okoroafor. Depuis sa création en 2007, le labo international met en lumière les talents de demain des cinq continents, sélectionnés selon leur créativité, leur savoir-faire, et leur capacité de production. L’évènement se définit comme un salon, un espace d’expression unique en France et en Europe pour les créateurs afro-caribéens et des horizons différents. Ouvert à un public composé de professionnels (acheteurs et journalistes) et de particuliers férus de pièces d’exception, le labo international est un véritable accélérateur de croissance et un tremplin pour les jeunes créateurs de mode.

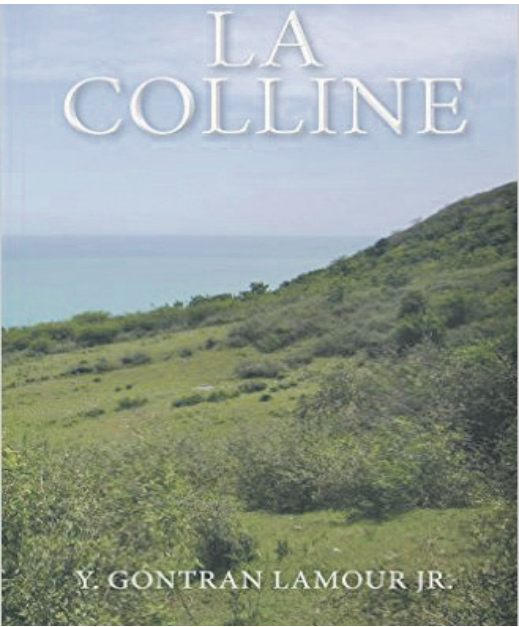


Roman

« La colline » de Gontran Lamour Jr

La colline, miroir d’une société haïtienne, réalité transposable à souhait, nous baigne dans une ambiance aussi délicate qu’enjouée. Il convoque aisément l’émotion et l’intellect. Dès le premier paragraphe, nous sommes renseignés sur le thème du roman. Au huitième, nous savons son nom : c’est Mignonne, une jolie créature. Cette belle histoire de la famille jamot, dans la tourmente de la vie, au prise avec les difficultés, les haines cachées, les incertitudes, les non-dits, les défis à relever, des désirs inavoués et des résolutions à prendre. Belle trame romanesque, merveilleuse plume, personnages agréables, belle histoire de famille. On ne sent pas escalader

les 232 pages. On ne voit pas le temps s’écouler. La plume est déjà à maturation. Des mots simples, plaisants, puissants, vieux comme le monde. Des rancœurs du passé évanouis par la force du temps. “La colline où Maurice est allé faire les travaux d’arpentage, le bruit courait qu’il avait une concubine dans les mornes et même ..progéniture.” Chut!!! Parlez doucement. Que dire de la double vie d’un homme respectable ? Quelle était la substance de la lettre de la dame au chapeau noir le jour des obsèques du vieux ? De quoi était-il question de la causerie avec Eltimore ? Qu’ est ce qu’un « dépité japwouve»? Joli roman français à la sauce créole. C’est notre coup de cœur.



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

RÉDACTIONS

Directeur des rédactions : Émile Gankama
Assistante : Leslie Kanga
Photothèque : Sandra Ignamout
Secrétariat des rédactions : Clotilde Ibara, Jean Kodila
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembédi, François Ansi

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, Firmin Oyé
Service Économie : Nancy France Loutoumba (chef de service) ; Quentin Loubou, Fiacre Kombo, Lopelle Mboussa Gassia
Service International : Nestor N’Gampoula (chef de service), Yvette Reine Nzaba, Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys

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

Rédaction de Pointe-Noire

Rédacteur en chef : Faustin Akono
Lucie Prisca Condhet 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
Coordonateur : 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
Maquette
Eudes Banzouzi (chef de service)
Cyriaque Brice Zoba, Mesmin Boussa, Stanislas Okassou

INTERNATIONAL

Directrice: Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong,

Marie-Alfred Ngoma
Administration : Béatrice Ysnel

ÉDITION DU SAMEDI

Directeur de rédaction : Émile Gankama
Rédactrice en chef : Meryll Mezath
Dorly-Émilía Gankama

ADMINISTRATION ET FINANCES

DAF : Lydie Pongault
Secrétariat : Armelle Mounzeo
DAF Adjoint, Chef de service : Abira Kiobi
Suivi des fournisseurs : Farel Mbooko
Comptabilisation des ventes, suivi des annonces : Wilson Gakosso
Personnel et paie : Martial Mombongo
Stocks : Arcade Bikondi
Caisse principale : Sorrelle Oba

PUBLICITÉ

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

DIFFUSION

Directeur : Philippe Garcia
Assistante de direction : Sylvia Addhas
Diffusion de Brazzaville : Guyche Motsignet, Brice Tsébé, Irin Maouakani
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole

Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moundé Ngono

INFORMATIQUE

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

IMPRIMERIE

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint: Guillaume Pigasse
Assistante : Marlaine Angombo
Gestion des ressources humaines : Martial Mombongo
Chef de service pré-press : Eudes Banzouzi
Chef de production : François Diatoulou Mayola
Gestion des stocks : Elvy Bombete

LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

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

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Hélène Ntsiba (chef de service), 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 (Mpila), 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

Distinction

Déna Mwana reçoit le trophée Etando

La chanteuse originaire de la RD Congo est l'une des nominées du trophée « Etando » de cette année, dans la catégorie « Art et Culture ».



Le talent artistique de Déna précisément dans le domaine musical a conquis les organisateurs de cet événement « Félicitation à la soeur Dena Mwana pour ce don et cette inspiration qu'elle constitue de manière particulière pour les jeunes filles du Congo et de l'Afrique ».

Etando, qui signifie « Reine » en Lingala récompense cinq jeunes filles ou jeunes femmes dans un domaine particulier.

Le lien publié sur la page officielle de Déna exprime toute sa gratitude envers les teneurs de « Etando » qui ont vu en elle une reine « Merci d'avoir pensé à mon ministère. Que mon Père se souvienne d'eux au centuple et que cela soit une source de motivation. Blessings »

Auteur-compositeur et chanteuse, Dena Mwana est l'une des grandes voix de la RD Congo sur la scène internationale. Consacrée à la promotion et l'expression de l'évangile de Jésus-Christ par la musique, elle s'apprête à doter le marché du disque d'une nouvelle hymne intitulée « Monene ».

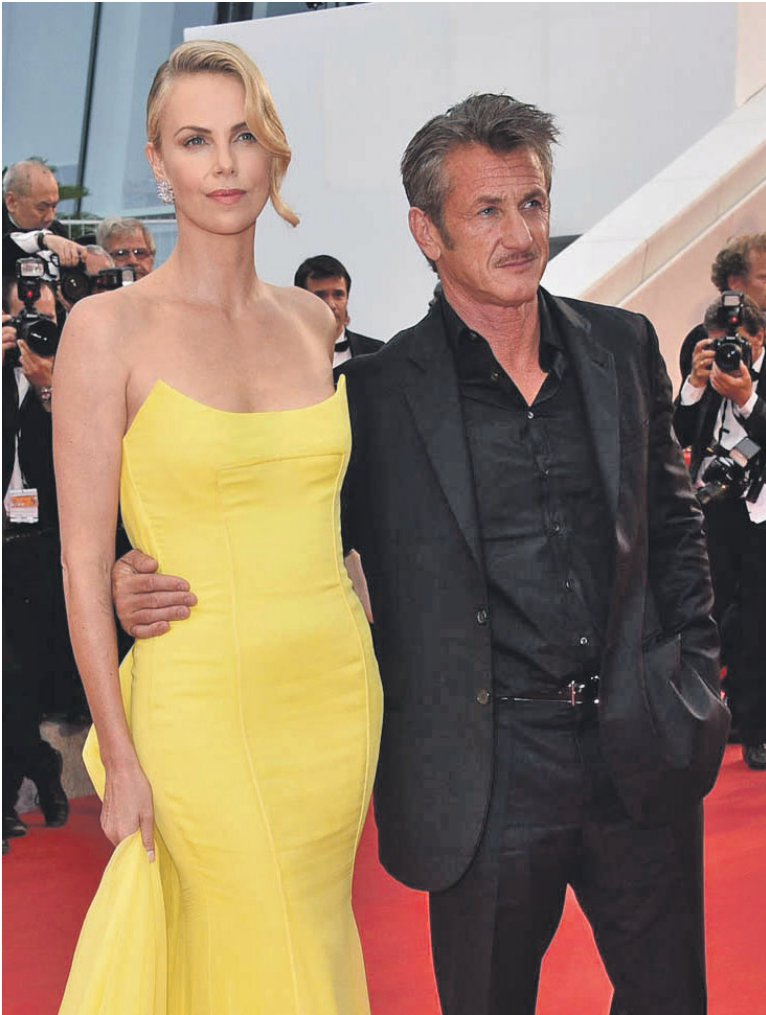
A en croire les posts sur les murs de différents sites Internet officiels de l'artiste, cet album suscite déjà une tendance enthousiasmante avant sa sortie officielle prévue en juin.

En outre, Déna compte déjà un album sur le marché du disque sous le label « Hosanna », sorti en 2011.

Durly Emilia Gankama

Echos du Festival de Cannes

Voici les femmes, les hommes, les films qui ont marqué vendredi, la neuvième journée de la compétition du 69e Festival de Cannes.



La femme

Elle Fanning est l'interprète principale de «The Neon Demon», thriller érotico-fantastique et transgressif du Danois Nicolas Winding

Refn, en compétition à Cannes et qui a beaucoup divisé. La jeune actrice américaine incarne Jesse, jeune ingénue qui débarque à Los Angeles bien décidée à percer dans

le monde de la mode. «Je me disais que Los Angeles pouvait représenter ce +Neon Demon+ (ce néon démoniaque), cette lumière qui vous attire. Mais il faut prendre garde à ne pas croire ce qui n'est, en fait, qu'une illusion», a-t-elle confié en conférence de presse.

Les hommes

- Sean Penn a raté son rendez-vous avec Cannes : avec Charlize Theron et Javier Bardem, son cinquième long métrage «The Last face», lui a attiré huées, rires sarcastiques et critiques catastrophiques. En course pour la Palme d'or, cette histoire d'amour sur fond d'action humanitaire dans une Afrique déchirée par la guerre est marquée par un va-et-vient entre les différentes périodes du récit, au lyrisme pompeux. «Je soutiens mon film et chacun a le droit d'en penser ce qu'il veut», a commenté Sean Penn.

- Nicolas Winding Refn est entré dans la compétition avec «The Neon Demon», thriller qui propose une vision horrifique du monde de la mode, où des innocentes petites filles «sont vendues pour leur chair». Sensuel et érotique, le film pousse la transgression jusqu'aux tabous ultimes que sont la nécrophilie et l'anthropophagie. Pour le réalisateur danois dont le film a di-

visé les premiers spectateurs entre applaudissements et haut-le-cœur, «il y a quelque chose de terrifiant dans l'idée que le monde tourne autour de la beauté».

- L'acteur Jean-Pierre Léaud, icône de la Nouvelle Vague, est à l'affiche de «La Mort de Louis XIV» de l'Espagnol Albert Serra, présenté en séance spéciale à Cannes. «On ne peut pas s'accrocher pendant un mois à la mort sans sortir un tout petit peu transformé», témoigne-t-il. «Toute l'équipe m'a appelé Majesté et j'ai compris que j'étais capable de jouer ce rôle de Louis XIV avec le plus d'intensité possible.»

Le combat du jour

Aux côtés d'une dizaine de combattants en uniforme, l'intellectuel français Bernard-Henri Lévy a présenté vendredi à Cannes son nouveau film, Peshmerga, un plaidoyer pour les combattants kurdes en Irak en guerre contre l'Etat islamique.

«Il est important de montrer cette histoire, car la clé du Bataclan, la clé de l'Hyper Cacher, de Charlie Hebdo, elle est là, dans ce lieu que nous avons filmé. C'est le centre nerveux, le centre de commandement, l'endroit d'où ça part. C'est l'endroit où ces salopards sont entraînés», a déclaré à l'AFP l'écrivain et philosophe.

Un président comblé

« Avec le jury, nous prenons beaucoup de plaisir. Les films sont intéressants. Nous pensons tous la même chose ! », a confié vendredi l'Australien George Miller qui, avec son jury, s'est offert une parenthèse enchantée à l'occasion d'un banquet en plein air proposé par la ville de Cannes, autour d'un aioli géant.

L'avis des critiques

«Baccalauréat» du cinéaste Cristian Mungiu évoquant les compromissions et la corruption dans la société roumaine pourrait avoir changé la donne dominée par «Toni Erdmann», comédie allemande drôle et attachante de Maren Ade qui faisait figure de grand favori du palmarès cannois. «Juste la fin du monde» du Canadien Xavier Dolan a nettement moins convaincu, toutefois La Croix, Le Monde et Ouest-France l'ont aimé «à la Folie», selon l'enquête du Film Français. «Aquarius» du Brésilien Kleber Mendonça Filho, «Sieranevada», drame familial du Roumain Cristi Puiu, «Ma Loute» du Français Bruno Dumont restent en embuscade.

AFP

À L'ARRACHÉ

Par **Durly Emilia Gankama**

Musique

Black M : De la musique au débat politique

Des milliers de jeunes prévoyaient d'assister le 29 mai prochain au concert de l'artiste français Black M à l'occasion de la commémoration du centenaire de la bataille de Verdun, une des plus sanglantes de la première guerre mondiale.

Malheureusement, ce concert a été annulé suite à des mouvements d'extrême droite, mettant en cause ses origines. En effet, il en a fallu qu'une simple invitation pour que la gauche et la droite se crêpent le chignon sur fond de questions identitaires.

Le choix porté sur cet artiste a fait monter l'extrême droite au créneau, prétextant qu'un artiste comme Black M « n'avait pas sa place » dans un événement dédié à la gloire des anciens combattants.

Le rappeur s'est alors exprimé à travers un communiqué publié sur son compte facebook. « Je ne peux rester sans réponse face aux propos d'une extrême violence, tenus à mon égard, ces derniers jours. Je suis d'autant plus attristé par cette situation qui peut aujourd'hui toucher des milliers d'autres français ». Mais au-delà il s'est dit fier d'avoir été invité aux commémorations, rappelant qu'en dépit de ses origines guinéennes, il avait été éduqué par la France.



BOURSES D'ÉTUDES

Rihanna lance un programme en faveur des étudiants démunis

Les étudiants défavorisés des États-Unis, de la Barbade, du Brésil, de Cuba, d'Haïti, de Guyane ou de Jamaïque bénéficieront désormais du droit de poursuivre leurs études grâce à la chanteuse barbadienne Rihanna. En effet, à travers sa fondation « Clara et Lionel », Rihanna vient de mettre au point un programme de soutien destiné aux étudiants en difficulté des pays cités ci-dessus. Le but de cette initiative est de permettre à ces derniers d'avoir des perspectives et des opportunités de construire leur avenir en poursuivant leurs études sur les bancs d'une université américaine.

Ces bourses varient entre 5 000 et 50 000 dollars américains. Pour en bénéficier, les intéressés doivent présenter au préalable leurs demandes sur le site de la fondation « Clara et Lionel ». La date limite du dépôt des dossiers est fixée au 10 juin de cette année.

Mode

Ciara se lance dans le mannequinat

La chanteuse américaine vient de signer un contrat avec la célèbre agence de mannequinat IMG Models. Ciara manifestait d'ores et déjà son intérêt pour la mode il y a belle lurette. Elle a fait la Une de plusieurs magazines de mode à l'instar de l'Uomo, Shape, Vogue, ou Essence. Exprimant sa joie face à cette opportunité, Ciara n'a pas manqué de saluer la nouvelle. « Je suis vraiment ravie par ce partenariat avec IMG Models. J'ai toujours eu un grand intérêt pour la mode », a-t-elle dit. La collaboration d'IMG avec la chanteuse offre à cette dernière la possibilité de grandir et de s'épanouir dans cette direction. Il sied de rappeler qu'IMG Models est l'une des plus grosses agences de mannequinat au monde. L'agence a participé au succès des célèbres modèles féminins comme Kate Moss, ou encore Gigi, pour ne citer que les deux.

Durly Emilia Gankama

La phrase du week-end

« J'ai toujours eu la foi. Pour moi, Dieu, c'est l'amour. Il est toujours avec moi, dans tout ce que je fais. Il est d'ailleurs omniprésent dans mes paroles ».



Nneka, artiste germano-nigériane

LE MOT

L'uberisation (ou ubérisation)

Du nom de l'entreprise Uber, est un phénomène récent dans le domaine de l'économie consistant à l'utilisation de services permettant aux professionnels et aux clients de se mettre en contact direct, de manière quasi-instantanée, grâce à l'utilisation des nouvelles technologies. La mutualisation de la gestion administrative et des infrastructures lourdes permet notamment de réduire le coût de revient de ce type de service ainsi que les poids des formalités pour les usagers. Les moyens technologiques permettant l'« uberisation » sont la généralisation du haut débit, de l'Internet mobile, des smartphones et de la géolocalisation. L'uberisation s'inscrit de manière plus large dans le cadre de l'économie collaborative.

AFRIQUE DU SUD

La musique locale désormais prioritaire dans les médias d'Etat

Cette semaine, le groupe audiovisuel public sud-africain SABC a annoncé la mise en place d'un quota de 90% de musiques locales sur ses 18 radios dans le but de favoriser l'industrie nationale du disque.



Les locaux de SABC en Afrique du Sud; Crédits photo: DR

Cette décision est qualifiée « d'historique » par certains professionnels de l'industrie musicale sud-africaine. En effet, South African Broadcasting Corporation (SABC) a annoncé dans un communiqué, qu'à « la suite de longues discussions avec les représentants de l'industrie musicale (...), la société a pris la décision de jouer 90% de musiques locales sur ses 18 radios ».

« Nous souhaitons que nos 18 stations de radio puissent devenir la maison de tous les Sud-Africains », a déclaré le directeur des opérations à la SABC, Hlaudi Motsoeneng, dans un communiqué. « Cela fait partie de notre mandat de refléter la culture sud-africaine », a-t-il ajouté. Les radios joueront « tous les genres de musique, avec un accent particulier sur le kwaito (genre né dans les an-

nées 90), le jazz, le reggae et le gospel », a-t-il précisé, alors que le quota est entré en vigueur vendredi. L'Afrique du Sud a produit de nombreux talents musicaux internationalement reconnus, comme Miriam Makeba, Johnny Clegg ou encore Hugh Masekela. La production locale souffre cependant de la concurrence de la musique américaine. Le pianiste sud-africain de jazz et producteur de musique Don Laka, qui a participé aux négociations avec la SABC, a qualifié cette décision d'« historique ».

« Lors de mes discussions avec la SABC, on se battait pour 80% de musiques locales, alors 90% c'est une sacrée victoire », a-t-il réagi auprès de l'AFP. « Parfois, le travail de musiciens est davantage reconnu à l'étranger que dans leur propre pays. C'est honteux », a-t-il estimé.

Le gouvernement sud-africain a salué la décision de la SABC, qui traduit la volonté du groupe de « construire la cohésion sociale ». Un modèle qui pourrait inspirer bien de pays du continent qui demeurent de grands consommateurs des musiques d'ailleurs.

En Afrique du sud, la SABC possède 18 radios qui diffusent dans les 11 langues du pays, notamment l'anglais et l'afrikaans.

Meryll Mezath avec AFP

Brèves lifestyle...

Mode

7ème édition du Forum des métiers de la mode et du design

Du 23 au 28 mai 2016, le Centre des créateurs de mode au Cameroun organise la 7ème édition du Forum des métiers de la mode et du design, sur le thème Mode et Environnement au Palais des Congrès de Yaoundé

Parrainé par S.E.M. Michael S. Hoza, ambassadeur des Etats-Unis au Cameroun, et présenté par Elizabeth Tchoungui, écrivaine, journaliste, l'évènement se tiendra sous la direction artistique du créateur de mode Imane Ayissi.

Fort de ses 7 années d'existence, le Centre des créateurs de mode au Cameroun s'est imposé comme la référence en Afrique centrale, dans le domaine de la formation Mode et Design. Du suivi entrepreneurial, commercial et logistique, en passant par les volets communication et production, le C.C.M.C. accompagne les entreprises camerounaises du secteur de la mode tout au long de leur développement créatif et économique.

Depuis sa création, le centre a accueilli plus de 70 créateurs camerounais et

internationaux en formation continue, plus de 40 entreprises de mode accompagnées et suivies, une cinquantaine d'intervenants, professionnels locaux et issus du monde entier, experts en mode,



design, entrepreneuriat.

Le forum attend près de 3000 participants composés de créateurs locaux et internationaux, acteurs des métiers de la mode, stylistes, designers, institutions, responsables d'écoles et étudiants.

A travers le thème de cette année, « Mode et Environnement », les organisateurs entendent mettre l'accent sur les enjeux des choix environnementaux, garants d'une véritable différenciation pour le créateur et l'entreprise de mode au Cameroun

Art

La France remet au Nigeria une sculpture ancienne exportée en contrebande

La France a remis mercredi au Nigeria une sculpture sortie en contrebande de ce pays d'Afrique de l'Ouest, puis saisie sur le territoire français, a annoncé le ministère nigérian de l'Information et de la Culture.

Cet objet figuratif en terre cuite appartenant à la culture Nok, dont la valeur n'a pas été précisée, a été « rapatrié après avoir été intercepté en France où il était en transit du Togo vers les Etats-Unis en 2008 », selon le communiqué.

Il a été restitué par l'ambassadeur de France Denys Gauier au ministre nigérian de l'Information et de la Culture Lai Mohammed, qui a à cette occasion remercié la France pour « cette démonstration de soutien dans notre combat contre le trafic illégal de biens culturels ».

La culture Nok est apparue sur le plateau Bauchi, dans le centre de l'actuel Nigeria, vers l'an 1.000 avant Jésus-Christ et a disparu vers 500 après JC. Il y a trois ans, la France avait remis au Nigeria cinq sculptures en terre cuite, également issues de la culture Nok et illégalement exportées, en 2010, de ce pays. Elles auraient été retrouvées dans les bagages d'un Français à Paris.



FAIRE VOYAGER NOTRE VOIX

HELMIE BELLINI
CHANTEUSE
#TALENTDUCONGO



France

Exposition « Sur le trottoir du Savoir » de Baudouin Mouanda

À l'occasion de la sortie de l'ouvrage *Afriques : architectures, infrastructures et territoires en devenir*, après sa précédente exposition au Royal Monceau sur les Sapeurs, le photographe congolais Baudouin Mouanda expose à nouveau à Paris à partir d'une autre palette nous révélant la dimension de ses larges talents.

Après le succès de son exposition itinérante sur la Sape en France, en Chine et au Japon, le récent lauréat du concours organisé par Green Cross pour illustrer la campagne de « l'économie circulaire et coopération décentralisée: des clés pour agir », Baudouin Mouanda revient en France. Cette fois-ci, du 10 mai au 9 juillet, le public parisien dé-

Lors du vernissage du jeudi 19 mai, en présence de l'artiste, à l'Ecole nationale supérieure d'architecture Paris-Malaquais, pour la deuxième exposition personnelle du photographe congolais Baudouin Mouanda, le public a parcouru le trottoir du savoir à travers douze photographies sélectionnées par Marie Finaz, commissaire de l'exposition. «

ports, ronds-points, jardins, cimetières... appellent à sortir le soir venu. A la maison, rien ne marche ; le bruit intempestif des casseroles, le manque d'électricité ou le délestage empêchent de se concentrer...et obligent à aller à la recherche d'un abri qui offre lumière et calme ».

A propos de la ville qu'il connaît le mieux, il a confié qu'« à Brazzaville, les étudiants trouvent refuge dans ce qu'ils appellent « la grande bibliothèque à la belle étoile » et y récitent leurs cours d'histoire ou de langues, comme si c'était le début de la folie... ». Il s'est souvenu qu'à l'époque où lui-même fréquentait ces lieux, « un malade mental nous qualifiait même de « plus fous que lui », car, en nous voyant reprendre nos cours appris par

cœur à haute voix, il avait eu cette remarque à notre égard en rigolant : « je me croyais vraiment fou...mais il en existe de plus fous que moi ! » ».

« C'est en souvenir du passé de mon trottoir, où j'errais dans les rues à réciter mes cours, que j'ai voulu réaliser ces photographies pour montrer les circonstances dans lesquelles les jeunes Congolais ou Africains se frayent leur passage dans ce monde et espèrent un avenir radieux ».

La belle résonance de telles réflexions de l'artiste a encouragé leur voyage au-delà des frontières congolaises. Ainsi, par exemple, elles ont permis à l'équipe des chercheurs de l'Ecole nationale supérieure d'architecture Paris-Malaquais, de repenser « les Afriques » autrement quant à l'accès au savoir, à l'accès à l'électricité à travers leur ouvrage. Dans leur ouvrage de qualité à la rencontre de la science et de l'Art du continent voisin méconnu, les « Beaux-Arts de Paris éditions » et l'Ecole nationale supérieure d'architecture Paris-Malaquais ont mené des travaux consacrés aux architectures, infrastructures et aux territoires en devenir. En bonne place, entre les chapitres consacrés aux « Mutations des infrastructures et territoire en mutation » et « Le progrès des infrastructures », figurent, en « Portfolio », les photographies de Baudouin Mouanda « Sur le trottoir du savoir ».

Pour Claude Prelorenzo, chercheur de renom, dont les propos ont été appréciés par le public venu très nombreux au vernissage, « nous avons voulu faire apprécier de façon vivante dans un livre, à la manière d'un photographe à la recherche de la lumière, la façon dont la recherche et l'art se rejoignent pour aborder les questions sociales... ».

Marie Alfred Ngoma



Couverture livre « Afriques : architectures, infrastructures et territoires en devenir »

L'Ecole nationale supérieure d'architecture Paris-Malaquais
Espace Callot, 1 rue Jacques Callot 75006 Paris Entrée libre,
Lundi-vendredi : 10h - 19h30 – samedi : 10h - 18h30
Contact Marie Finaz à info@mariefinazgallery.com ou au +33 (0)6 37 20 96 19.

Tous les visuels sont soumis à des droits d'auteur.
Toute reproduction est soumise à l'autorisation de la galerie.

couvrira à l'Espace Callot, au 1 rue Jacques Callot dans le sixième arrondissement, les photographies du talentueux photographe Baudouin Mouanda. Cette exposition a été rendue possible grâce à la collaboration conjointe de Marie Finaz Gallery et les co-éditeurs du bel ouvrage « Afriques » par les éditions des Beaux-Arts de Paris et l'Ecole nationale supérieure d'architecture Paris-Malaquais, sous la direction de Dominique Rouillard, Cyril Postel-Vinay, président du conseil d'administration et Nasrine Seraji, AA dipl. RIBA, directrice de l'ENSA Paris-Malaquais.

Sur le trottoir du Savoir », a expliqué Baudouin Mouanda, « c'est d'abord un soutien à tous ces étudiants qui, à la nuit tombée, prennent d'assaut les grandes artères de Brazzaville et trouvent refuge dans ce qu'ils appellent « la grande bibliothèque à la belle étoile ».

Comme lui durant ses études dans ses jeunes années, Baudouin a réalisé un travail d'observation des jeunes africains lors de ses multiples déplacements à travers le continent. Il a expliqué que, « sans doute, c'est bien là le couloir de l'avenir. Les grandes artères de la ville, comme les espaces publics : aéro-

lumières d'Afrique

54 artistes africains exposent pour une Afrique plus «lumineuse»

L'exposition Lumières d'Afrique qui réunit pour la première fois 54 artistes des 54 pays d'Afrique pour alerter le monde sur le droit fondamental des Africains à l'énergie au 21e siècle, a entamé son tour du monde à la Fondation Donwahi d'Abidjan, première étape de sa tournée africaine.

C'est « un point de départ pour la mobilisation internationale derrière la création de ce réseau d'accès à l'énergie (...) des peuples africains au 21e siècle », assure à l'AFP Mathias Leridon, président de African Artist for Development (AAD), initiateur du projet, y voyant « une première dans l'histoire de l'art ». « On voulait qu'un artiste de chaque pays du continent puisse s'exprimer. Ils avaient toute la liberté pour s'exprimer autour de la lumière électrique, l'énergie, la lumière intérieure », explique le directeur artistique de AAD, Jean-Michel Champeau. Un artiste a donc été approché dans chacun des 54 pays du continent pour

une « commande ». Certains étaient déjà connus, d'autres sont encore en quête de reconnaissance. L'exposition, qui a été inaugurée au Théâtre national de Chaillot à Paris en 2015 avant de voyager, est ainsi composée de vidéos, de peintures, de sculptures, de photographies... Mais le tout forme une « seule œuvre », insiste Jean-Michel Champeau. Après Abidjan, où elle est arrivée fin avril et s'affiche jusqu'au 6 juin, l'exposition s'installera à Dakar vers la fin de l'année. « Lumières d'Afrique est une notion très importante pour notre continent. Il est important de pouvoir avoir plus de lumière tant physique que supra physique », explique l'artiste Paul Sika, représentant de la Côte d'Ivoire. Dans son œuvre « Glôglô gospel », on peut voir un homme en train de prêcher l'évangile dans un ghetto. Glôglô est un mot nouchi, argot ivoirien qui signifie en fait ghetto, « lieu difficile à vivre donc l'évangile dans le glôglô représente cette lumière que nous avons dans un environnement très difficile à vivre », explique-t-il.

Avec « Délestage », Abdoulaye Barry, artiste photographe tchadien, présente des personnes plongées dans l'obscurité dans un quartier de N'Djamena pour « montrer la difficulté que ces populations traversent sans la lumière ». **Cercueil ampoule** « J'ai sillonné le quartier avec mon appareil. En fait, c'est un quartier qui est tout noir. La seule source de lumière que j'ai croisée, était celle des phares des voitures ou des motos », a-t-il déploré. Certaines grandes capitales et villes africaines font face à des coupures d'électricité au quotidien. Les artistes ont exprimé cette réalité de différentes manières selon leur art et leur sensibilité. Le Ghanéen Paa Joe a ainsi réalisé un cercueil en forme d'ampoule. La plasticienne mauritanienne Amy Sow estime que « la femme pour moi, c'est la lumière ». Son œuvre représente donc des visages de femmes. « Ces artistes ont tout simplement démontré qu'avant tout, ils sont Africains et partagent les mêmes réalités que nous », commente Elie Touré, un visiteur.



L'électricité demeure un défi majeur en Afrique, plus de 600 millions d'Africains n'y ont pas accès, un « paradoxe », selon Mathias Leridon, par rapport aux sources d'énergie propres dont regorge l'Afrique. En septembre 2015, la Banque africaine de développement, qui co-organise cette exposition, a dévoilé à Abidjan, son « Nouveau pacte pour l'énergie en Afrique », une initiative qui vise à combler le déficit énergétique du continent d'ici 2025. Lumières d'Afrique a été présentée durant trois semaines à Paris avant l'ouverture de la Cop 21. En France,

l'exposition a accueilli un public nombreux, composé notamment d'Africains vivant en France, d'où l'intérêt de la présenter sur le continent, a confié un des organisateurs. Ce succès auprès de la diaspora africaine, selon le photographe tchadien Abdoulaye Barry est dû au fait que « ce sont des paroles qui reflètent l'Afrique d'aujourd'hui ». Pour lui, elle aura forcément un impact sur les politiques et les bailleurs de fonds. « Tous ces artistes ont amené leur point de vue et je pense que cela ne peut pas passer inaperçu ».

AFP

Cinéma

Neuf projections de films européens et africains pour célébrer la fête de l'Europe

Le 9 mai 1950, Robert Schuman déclare la construction de l'Europe. Pour commémorer cet événement en République du Congo, la délégation de l'Union européenne (UE) a organisé un Festival du film européen, innové cette année avec la projection des films africains, du 17 au 21 mai 2016. A ce festival, s'ajoute le forum des projets financés par l'UE au Congo.

Organisé sur le thème « L'Europe en fête » placé sous le signe de l'humour, le festival du film européen et africain s'est ouvert le 17 mai 2016 par la projection unique du film français de 2015 « Comme un avion » de Bruno Polydades. La projection de ce film qui est un hymne aux plaisirs simples et une fable antistress, s'est déroulée en présence de l'ambassadeur de l'UE en République du Congo Saskia de Lang et de son homologue de France, Jean-Pierre Vidon, arrivé au terme de sa mission diplomatique. « Comme un avion », parle de Michel, un infographiste, la cinquantaine, passionné par l'aéropostale. Un jour, il tombe en arrêt devant des photos de Kayak, on dirait le fuselage d'un avion. En secret, il en achète un à monter soi-même. Il pagaie des heures sur son toit, rêve de grandes traversées en solitaire mais ne se décide pas à le mettre à l'eau. Sa femme découvre tout son attirail et le pousse à larguer les amarres. Le long de la rivière, il découvre une guinguette et sympathise avec la patronne, Laetitia, et ses clients. Venu pour une nuit, Michel éprouve finalement beaucoup de mal à quitter les lieux. Le festival s'est poursuivi le mercredi 18 mai 2016 par la projection de deux films africain et européen. A 16h30 c'était : « Les couilles de l'éléphant », un film de (2001) du

gabonais Henri-Joseph Koumba Bididi. Une comédie politique, alerte, truffée de répliques hilarantes.

Au Gabon, la campagne pour les élections législatives va commencer. Alevina, homme politique de renom, n'est pas sûr de sa réélection, le multipartisme est désormais de règle. Il fait appel à Leclerc, un spécialiste parisien de la communication politique. Mais Leclerc ne pouvait pas prévoir qu'Alevina, grand amateur de femmes tomberait en panne... d'érection ! Son épouse, lassée de ses infidélités, a consulté une « nganga » qui, au lieu de se contenter de calmer les ardeurs de l'homme, l'a rendu impuissant. Or, sans érection, pas d'élection !

A 19h30 : « Le vieux qui ne voulait pas fêter son anniversaire », un film suédois de Felix Hergren (2014-Suède). Un récit loufoque et absurde, adapté d'un best-seller traduit en 35 langues et vendu à 6 millions d'exemplaires dans le monde.

Jeudi 19 mai à 16h30 : « Voyage à Ouaga », un film de 2001 du congolais Camille Mouyéké. Il parle d'un road-movie drôle et tendre à travers l'Afrique. De jolis instants de grâce dans ce coup d'es-sai très réussi.

Lionel, un français sans travail, accepte de convoyer une voiture



Michel, l'acteur principal du film Comme un avion dans sa Kayak

jusqu'au Burkina Faso. A peine débarqué au Bénin, ses espoirs (et la voiture) partent en fumée suite aux émeutes de Cotonou. Complètement démuni, il se lie d'amitié avec Zao, au chômage malgré ses diplômes, qui trafique pour survivre. Zao rêve de se rendre à Ouagadougou pour retrouver son père qu'il n'a pas connu. Pour gagner un peu d'argent, Lionel et lui acceptent de conduire une voiture à Porto-Novo, sans savoir qu'ils participent à un trafic de diamants. A 19h30 : « Un prof pas comme les autres », un film de 2013, de l'allemande Bora Dagtekin qui parle du plus grand succès du box-office allemand.

Zeki Müller, braqueur de banque, sort de prison après seulement 13 mois, les autorités n'ayant pas retrouvé le magot, enterré par sa copine à côté d'un chantier. Ce magot, Zeki est tenu de le déterrer au plus vite car il doit de l'argent à Attila qui est plutôt agressif. Il s'aperçoit que le gymnase de

l'école Goethe a été construit juste au-dessus de la cachette. Il décide alors de se faire engager comme concierge à l'école pour rendre obscur le sous-sol et y creuser un tunnel. A cause d'un quiproquo, il est finalement engagé comme professeur par la directrice.

Vendredi 20 mai à 16h30 : « Bal poussière », un film ivoirien de Henri Duparc (1989). Primé dans de nombreux festivals, c'est le premier film africain à avoir connu un succès mondial. Les débuts de Delta Akissi et Thérèse Taba.

Riche cultivateur d'ananas dans un village ivoirien, Alcaly dit « Demi-Dieu » car seul maître après Dieu dans le village, pour harmoniser chaque jour de la semaine il décide de prendre une sixième femme. Il garde le septième jour pour le repos où il récompense la meilleure d'entre elles. Mais voilà que la nouvelle femme qu'il convoite, Binta, est une étudiante rebelle qui vient de la ville et refuse fermement cette union que

ses parents approuvent, attirés par la richesse de leur futur gendre. Elle finit par accepter mais à certaines conditions, qui vont très vite mettre le foyer conjugal sens dessus dessous...

A 19h30 : « Bon à rien », un film italien de 2015, de Gianni Di Gregorio. C'est un humour tout en délicatesse qui pointe du doigt les sociétés qui mettent à nu les leaders et le fonctionnement de l'administration.

A quelques mois de la retraite, le pauvre Gianni aura passé l'essentiel de sa vie à dire oui à tout et à tous, de sa fille à son ex-femme en passant par sa vieille voisine acariâtre. Mais lorsqu'il apprend qu'il va devoir travailler quelques années supplémentaires, et, qui plus est, sur le site de banlieue de son entreprise, c'est le coup de trop. Et si Gianni apprenait enfin à dire non ?

Ce samedi 21 mai, le public pourra suivre à partir de 16h30 un film de Sélé M'Poko (2014- RDC) intitulé « John God ». Alors qu'à 19h30 interviendra la projection de « Good morning England » de Richard Curtis (2009- Grande Bretagne). C'est ce film qui bouclera la semaine du film afro-européen.

Par ailleurs, dans la matinée de vendredi 20 mai s'est tenu à l'IFC dans l'après midi un forum sur les projets financés par l'Union européenne en République du Congo. Une trentaine d'ONG ont fait démontrer leurs actions concrètes dans le pays, et toute la diversité de ce partenariat aux côtés et au bénéfice des Congolais.

Bruno Okokana

Vient de paraître

« La Marmite du Congo » aux éditions la Doxa

Par nostalgie du goût d'antan et pour apporter à sa manière une touche culinaire au développement de son pays d'origine, le Congo, Afi Lelo a concocté un livre de cuisine accessible à tous.

En mars et avril de cette année, sur les stands des Editions la Doxa, Livre de Paris en France et au Salon du livre de Genève en Suisse, « La Marmite du Congo » a connu un succès évident auprès du public. L'auteure Afi Lelo, diplômée d'un DESS en gestion de projet de l'Université Paris XII Créteil, a troqué ses habits de gestionnaire pour une belle toque de chef cuisinier. Par nostalgie, elle a profité de ses années d'études pour asseoir ses acquis et réfléchir, en tant qu'étrangère dans un pays d'accueil, à la manière dont elle pouvait contribuer au développement de son pays, le Congo-Brazzaville.

Sa contribution, elle a choisi de nous la transmettre au travers d'un ouvrage qui se rappelle « aux souvenirs de chacun d'entre nous ». Afi Lelo, résidant en France, ex-

plique cette démarche de la nécessité de faire paraître un livre de référence de cuisine pour le Congo, vu par une Congolaise à l'étranger. Le titre fait référence à la marmite qui est un des ustensiles de la cuisine, forcément, évocateur aussi de notre mémoire. Lorsque l'on pense au goût, la nostalgie est à son comble, quel que soit l'endroit où l'on se trouve être. La sensation de bien-être qu'il nous procure nous rappelle d'où nous venons et où nous allons. La magie est celle de nous réunir autour d'une marmite, magie qui nous vient de nos ancêtres, transmission de génération en génération.

Ainsi, « La marmite du Congo » rompt avec la transmission verbale et laisse la place aux traces écrites sur les saveurs de nos enfances. Il s'offre aux lecteurs comme un ouvrage qui apporte le plaisir du partage au travers d'une assiette simple, incitant au voyage et à la découverte d'autres saveurs et cultures. Afi Lelo y encourage les lecteurs à revisiter leurs plats en y rajoutant chacun sa touche personnelle « et ce n'est pas

difficile », concède-t-elle. Par des fiches pratiques, l'auteure explique que ces plats, bien souvent revisités à sa manière, sont ses souvenirs et les acquis de sa formation culinaire. « Je ne me permettrai pas d'affirmer que ces recettes sont objectives, car la cuisine, comme j'aime à me l'entendre dire, reste un art. Et ce que l'on dit d'un art, c'est qu'il érige vers des sensibilités universelles. »

Pédagogue dans la transmission de ses recettes, l'auteure conseille de laisser libre court à l'imagination dans l'élaboration des plats. « C'est aussi ça faire la cuisine : l'idée, puis le reste s'enchaîne. Croyez en l'artiste qui sommeille en chacun d'entre vous. »

Un ouvrage à acquérir pour la confection de mets qui feront, à n'en point douter, le bonheur de vos hôtes.

Marie Alfred Ngoma





Créations signées Zébi wax

Zebi wax

La page Zébi wax est un nom, un label. Lancée en 2002 par Jennie Kassa, 26 ans, créatrice et amoureuse du pagne, sa réputation s'est répandue de bouche à oreilles grâce à l'apport de ses proches. En attendant d'ouvrir un espace à elle, Jennie organise régulièrement des ventes privées çà et là à Brazzaville.

« L'origine de ma marque vient du banc en osier que nos mamans utilisent à la cuisine qu'on nomme communément zebi lamba. C'est donc pour moi un symbole de femme travailleuse (le zebi lamba). Mais comme je voulais l'associer à la mode, j'y ai adjoint le mot Wax, qui fait tout de suite penser au pagne. D'où le concept Zebi Wax ».

Le succès de ses créations vient du fait que Jennie crée ses œuvres en s'inspirant de son vécu et en y insérant les nouvelles tendances qu'elle

petits noms pour ses créations grâce à la contribution de son entourage.

« Les noms de mes créations me viennent de mon entourage, des mots dont je tombe amoureuse quand je les rencontre, mais surtout ils viennent du lingala, du kutiba et d'autres langues vernaculaires du Congo » s'empresse d'expliquer cette assistante technique et administrative de carrière dans une société de la

dernes de façon à être éclectique et à satisfaire sa clientèle plurielle et de plus en plus exigeante « Ma joie aujourd'hui est de voir mes créations être portées non seulement par les Congolaises, Européennes et autres, mais aussi de les voir s'exporter à travers le monde via des commandes par ma page facebook »

La page Zebi wax voit le jour en 2012. Mais l'aventure de sa marque débute

décidé est le fait d'avoir rencontré un artisan ghanéen qui fabriquait des bijoux avec du pagne. J'étais fascinée et je me suis jurée qu'en rentrant à Brazzaville je lancerai ma propre structure. Entre excitation et peur, je me suis jetée à l'eau, j'ai fait ma première paire de boucles d'oreilles, puis la secondejusqu'à ce que des amies me demandent d'en faire pour elles. Et cela s'est enchainé »

Une décision qu'elle ne regrette pas au vu de l'audience qu'elle a aujourd'hui sur sa page « je fabrique tout, robes, jupes, pochettes, chaussures, bijoux.... Et à cette date ma page a atteint une audience de plus de 1244 personnes », a admis Jenni qui est consciente de son audience, et qui sait désormais qu'elle n'a plus droit à l'erreur.

Aussi, passe-t-elle beaucoup de temps sur ses créations et s'attarde sur les finitions, « un réel problème auquel sont confrontés la plupart des artisans congolais » comme l'a fait savoir Jenni qui fait la promotion de ses articles via sa page facebook et lors des ventes privées et déjeuners qu'elle organise de temps à autre dans la capitale.

Pour l'heure, Jenni continue d'organiser régulièrement des ventes privées en attendant de créer sa propre structure et d'étendre sa gamme de produits utilisables dans tous les domaines de la vie. Et à cet effet, la jeune fille redouble d'efforts pour atteindre son objectif car dit-elle « quand on veut, on peut ». Un dicton qui va la pousser un de ces jours vers les sommets de la gloire.

Berna Marty



emprunte dans les arcanes de la mode occidentale dans un esprit de raffinement, de sobriété et d'élégance. « Au-delà de l'aspect esthétique Zebi Wax veut avant tout véhiculer un message. Celui de se sentir belle, chic, unique et moderne en portant du pagne de quelque façon que ce soit », explique Jennie qui dit trouver des

place dont elle tait le nom.

Si le pagne est son tissu de prédilection, sous toutes les formes et déclinaisons qui existent (wax, kenté, java...), Jennie ne se cantonne pas pour autant à une création de spécificité africaine, au contraire, elle s'ouvre sur le monde et combine volontiers pagne et accessoires mo-

il y a à peu près quatre ans lors d'une mission de service au Ghana. C'est à partir de ce moment qu'elle commence à confectionner et commercialiser ses créations. « De retour de ma mission de travail je me suis décidée à lancer ma propre ligne d'accessoires. C'est une idée qui me trottait depuis un moment. Mais ce qui m'a

NEWS High-Tech

L'addiction aux réseaux sociaux, un véritable cercle vicieux

Comparée à celle du tabac, l'accoutumance aux réseaux sociaux est une tendance qui gagne le monde. Un nombre abondant d'utilisateurs, notamment les plus jeunes, développent une réelle dépendance à ces réseaux. Bon nombre d'eux consultent leurs comptes Facebook dès le réveil. Accentuée par la réception de notifications, la vérification des commentaires de ses amis, l'ajout d'une photo ou des tweets..., cette habitude motive l'utilisateur à retourner sur ces sites et à créer de nouveaux comptes. Il est impressionnant aujourd'hui de voir à quel point la toile peut facilement piéger différentes personnes à travers leurs propres posts. A ce jour, nombreux ont oublié qu'il est encore possible de ne pas informer le monde de ses faits et gestes. Un tel comportement n'est pas sans conséquence. L'abus d'utilisation de réseaux sociaux aurait des répercussions négatives sur l'humeur et le sommeil et peut entraîner du stress, de l'anxiété et même provoquer une dépression. Alors il serait certainement profitable de savoir déconnecter de temps en temps.



Application
Comment les pressions de la vie affectent le sommeil ?

L'interrogation tente de trouver sa réponse dans l'application mobile « Entrain » qui éclaire sur les habitudes de sommeil dans le monde. Cette application pour smartphones a permis à des chercheurs américains de réaliser une étude sur les habitudes de sommeil dans le monde et de mieux cerner le rôle joué respectivement par les pressions de la société et les rythmes biologiques. Ces chercheurs ont pu examiner comment l'âge, le sexe et la quantité de lumière naturelle à laquelle les humains sont exposés affectent la durée du sommeil.

Ces travaux publiés dans la revue américaine Science Advances ont ainsi démontré comment les pressions de la vie sociale affectent les rythmes circadiens, horloge interne humaine, le plus souvent au moment d'aller se coucher. Lancée en 2014 pour aider les voyageurs à s'adapter au décalage horaire « Entrain » est un programme personnalisé d'exposition à la lumière pour aider ceux qui vont d'un pays à un autre à s'adapter rapidement à un nouveau fuseau horaire.

Artiphon, l'instrument hybride

C'est une invention qui rassemble bon nombre d'instruments de musique en une seule et même machine. Dans les vidéos de présentation, les concepteurs insistent sur l'aspect ludique de l'instrument, qui peut être utilisé par des enfants ou des novices. L'artiphon offre de multiples possibilités aux musiciens chevronnés ou non.

Comment ça marche ? Pour l'utiliser, il vous suffit de le brancher sur un ordinateur ou un iPhone. Une fois branché vous pouvez gratter un air de guitare, frotter les cordes d'un violon, tapoter les touches d'un piano ou sampler une mélodie. L'artiphon est compatible à une centaine d'applications connectées sur smartphone, tablette ou ordinateur.

Durly Emilia Gankama



Alcool

Du plaisir au risque, comment s’y retrouver ?

Verre standard, consommation à risque, recommandations officielles... En matière d'alcool pas facile de s’y retrouver. Le Dr Patrick Bendimerad est psychiatre addictologue à l’hôpital de la Rochelle. Il fait le point sur l’ensemble de ces notions.

Qu’est-ce qu’un verre standard ?

Le verre standard a été défini par l’Organisation mondiale de la Santé (OMS). « Cela permet de déterminer une quantité d’alcool. Un verre standard correspond en réalité à 10 grammes d’alcool. Lorsque vous allez dans un café pour boire un verre, la quantité d’alcool ingérée sera de 10 grammes, et ceci que ce soit une dose de pastis, un demi de bière, un verre de vin », précise le Dr Patrick Bendimerad.

Et à la maison ?

Pour mieux calculer sa consommation en dehors du circuit des bars et restaurants, il convient de se référer à la quantité d’alcool des contenants. « Une bouteille de vin contient 70 grammes d’alcool, soit 7 doses standard.s Idem pour le champagne. Concernant les vins cuits, une bouteille représente 13 doses ! Pour les alcools blancs comme le gin et la vodka, c’est 23 doses. Enfin un litre de pastis ou de rhum correspond à 30 doses par bouteille ». A partir de quand parle-t-on de consommation à risque ? Là encore, il suffit de se reporter aux recommandations de l’OMS. L’agence onusienne a défini les quantités au-delà desquelles l’usage de l’alcool devient problématique. « Pour un homme, la consommation est considérée nocive pour la santé lorsqu’elle dépasse 21 verres standards par semaine, ou 4 par occasion de boire. Chez la femme, le seuil se situe à 14 verres par semaine ou 3 par occasion de boire. L’OMS recommande par ailleurs au moins un jour d’abstinence par semaine ».

Des dommages dès le premier verre ?

De nombreuses études auraient mis en avant un léger effet bénéfique de la consommation d’un verre de vin rouge par jour. Le Dr Bendimerad tient à tordre le cou à cette « croyance » ! « Dès les premiers verres, vous commencez, certes tout doucement, à accumuler un certain nombre d’effets néfastes sur votre santé. Il n’existe pas de consommation sans exposition à un risque ».

Une prise en charge déficiente ?

Malgré le déni qui l’entoure, la dépendance à l’alcool est une vraie maladie. L’aspect culturel de l’alcool en France et en Europe explique en partie le faible niveau de prise en charge. « Aujourd’hui dans l’Union européenne, seules 8% des personnes présentant une consommation à risque sont prises en charge », indique le Dr Bendimerad. « Les personnes n’ont pas conscience de leur consommation et une forme de déni lié à des mécanismes de défense psychologique s’installe trop souvent ». Il insiste sur le rôle capital des médecins généralistes pour identifier et accompagner les patients présentant une consommation à risque. « Les médecins traitants sont les premiers partenaires. Ils ont la compétence pour prendre en charge la plupart des consommations problématiques. Si les situations sont plus complexes, il existe des structures spécialisées comme les CSAPA (centre de soin, d’accompagnement et de prévention en addictologie). Les associations de patients ont également un rôle majeur d’accompagnement ».

Des molécules associées à la psychothérapie

Aujourd’hui, les professionnels de santé peuvent s’appuyer sur des médicaments dont certains visent à aider à la réduction de la consommation d’alcool. « Ces traitements sont efficaces quand ils sont associés à des mesures psychothérapeutiques visant à motiver le patient ». En conclusion, notre spécialiste estime qu’il est toujours meilleur pour la santé de commencer à réduire sa consommation pour évoluer ensuite vers l’arrêt total lorsqu’on a été en difficulté avec l’alcool. C’est une stratégie pragmatique centrée sur la personne pour qu’elle soit actrice de sa trajectoire. Pour davantage d’informations, consultez le site www.alcoolmoinscestmieux.fr.

Destination Santé

www.lesdepêchesdebrazzaville.fr



CP/DR

Empoisonnement : les bons réflexes

Surdosage de médicaments, ingestion de produits ménagers, contact avec une plante toxique... Si les jeunes enfants sont les plus exposés, tout le monde peut être victime d’un empoisonnement. Comment réagir en cas d’accident ? Comment limiter les risques ?

La priorité : appeler les secours

N’attendez pas que les symptômes de l’empoisonnement apparaissent (somnolence, nausées, maux de tête, éruptions cutanées...). A l’hôpital, préparez-vous aussi à répondre aux questions suivantes : quel est l’âge, le poids et la taille de la victime ? A quelle heure s’est produit l’empoisonnement ? Quelle quantité de produit a été ingérée, inhalée ?

En attendant la prise en charge médical

En cas d’ingestion : ne rien boire et ne pas chercher à vomir, sauf avis contraire du médecin au téléphone ; En cas de contact avec la peau : ôter les vêtements souillés et rincer au moins 10 minutes sous l’eau du robinet ; En cas de projection dans les yeux : rincer au moins 10 minutes sous un filet d’eau tiède, paupières ouvertes ; En cas d’inhalation de vapeurs toxiques, de monoxyde de carbone : quitter la pièce et respirer à l’air libre.

Pour éviter les accidents

Pour limiter tous les types d’accidents domestiques, ne laissez jamais des enfants sans surveillance dans une maison. Et rangez dans un endroit inaccessible à leurs petites mains les produits d’entretien, les produits pour le jardin, les peintures, le dissolvant à ongles, l’alcool...

Quand vous manipulez des produits d’entretien, portez des gants en bon état. Ouvrez les contenants avec précaution et évitez de respirer directement le produit. Ne mélangez pas et n’utilisez pas plusieurs produits à la fois : cela peut entraîner des réactions chimiques dangereuses. Respectez la dose de produit et les conseils de rinçage indiqués par le fabricant. Enfin, ne transvasez jamais de liquides toxiques dans des bouteilles d’eau. C’est une source très fréquente d’accident.

Si vous avez des enfants, stockez vos médicaments dans un placard fermé à clé. N’en laissez pas traîner sur votre table de nuit ou auprès de votre assiette. Ne les présentez jamais comme des bonbons pour faciliter leur prise. Au contraire, expliquez les risques en cas d’absorption accidentelle.

Assurez-vous de la non-toxicité de vos plantes d’intérieur. Dehors, redoublez de vigilance. Si l’on se méfie à juste titre des baies, on oublie souvent que toutes les parties du laurier rose sont dangereuses.

D.S.

Régimes sans gluten : en finir avec les idées reçues

La mode des régimes sans gluten, notamment chez les enfants, inquiète les professionnels de santé. « Ils doivent être réservés aux patients souffrant de maladie cœliaque », rappellent des médecins américains, dans le *Journal of Pediatrics*. Avant de s’attaquer aux nombreuses idées reçues qui circulent sur ce sujet.

Le traitement de la maladie cœliaque repose sur l’éviction du gluten présent dans des céréales telles que le blé, l’orge ou le seigle. Autrement dit, il s’agit de se passer d’aliments courants comme le pain, les pâtes, la semoule, les biscuits ou les gâteaux.

« Oui, l’incidence de la maladie cœliaque tend à augmenter mais dans des proportions qui n’ont rien à voir avec la croissance de 136% entre 2013 et 2015 du recours aux aliments sans gluten », explique le Pr Norelle Reilly du Columbia University Medical Center, à New York. Elle cite également une étude conduite en 2015 auprès de 1500 Américains sur les idées reçues autour des régimes sans gluten. En voici les principales :

l’alimentation sans gluten permettrait de... prévenir la survenue de la maladie cœliaque ! « De nombreux parents le pensent mais c’est faux bien sûr », souligne-t-elle ; le « gluten-free » ferait partie d’un mode de vie sain, sans aucun inconvénient. « Non, chez les personnes, en particulier les enfants, qui ne souffrent pas de maladie cœliaque, l’exclusion du gluten n’apporte aucun bénéfice. Elle peut au contraire, augmenter le taux de graisses et entraîner des déséquilibres nutritionnels » ; le gluten serait toxique ! « Aucune donnée scientifique n’accrédite cette thèse », poursuit le médecin.

En conclusion, Reilly se demande si « les risques d’une alimentation sans gluten lorsqu’on ne présente pas de maladie cœliaque ne sont pas supérieurs aux bénéfices ». Elle ajoute que si les professionnels de santé ne sont pas capables à eux seuls, d’endiguer ce phénomène de mode, ils peuvent jouer un rôle et rappeler les messages principaux à leurs patients ». Histoire de chasser les idées reçues.

D.S.

Le bilan des Diables rouges et des Congolais de la diaspora en Ligue 1

Une semaine après le coup de sifflet final de la 38e journée de Ligue 1, alors que débute les vacances, pour certains, les matchs internationaux, pour d'autres, et les rumeurs de transferts, Les Dépêches de Brazzaville vous propose de faire le bilan des Congolais de Ligue 1.



Souvent changé de poste dans l'entrejeu, Prince Oniangue n'a pu empêcher la relégation de Reims en Ligue 2 (FRANCOIS NASCIMBENI AFP)

Chez le promu angevin, 9e à l'issue du championnat, la saison a débuté sans Arnold Bouka Moutou, blessé lors de la 38e journée de Ligue 2 précédente. Forfait en sélection contre le Kenya, en juin 2015, il manque la préparation estivale du SCO et ne retrouve les terrains que le 23 août avec la réserve. Sélectionné contre la Guinée Bissau, avec 135 minutes de jeu dans les jambes avec la CFA 2, il revient blessé et doit attendre le 22 septembre pour faire ses grands débuts en Ligue 1. Mais en son absence, Andreu s'est imposé au poste de latéral gauche et c'est comme milieu qu'il joue 26 minutes face à l'équipe de Prince Oniangue. A ce poste, qui optimise ses qualités de vitesse et de percussion, il débute la journée suivante au Vélodrome et obtient un penalty.

Mais l'absence de préparation de présaison le cantonne à un rôle de joker, parfois titulaire (14e, 17e, 24e, 27e, 29e), souvent remplaçant. Son positionnement varie également, avec 12 apparitions comme ailier gauche, 1 comme ailier droit, 8 comme latéral (essentiellement en fin de saison) et 2 comme milieu axial. Au total, il totalise 23 matchs de Ligue 1, dont 12 comme titulaire, pour 1243 minutes de jeu. Buteur à deux reprises, lors des défaites face à Reims et

Nice, il compte également un but son camp à Rennes. Un bilan correct, pour une première saison en Ligue 1, terni par un chiffre : 0 passe décisive.

Après quelques semaines de négociations, Fodé Doré signe un contrat de deux ans le 3 août et connaît une trajectoire inverse : dès la 3e journée, il devient une pièce essentielle de l'attaque angevine. Dans un rôle d'électeur libre occupant l'axe et la droite de l'attaque, il ne remplit pas sa fiche de statistiques, mais son rôle est important dans l'animation offensive du SCO. Et comme en sélection, sa conservation de balle et sa technique permettent à Angers d'évoluer plus haut sur le terrain. Mais fin octobre, un mois et demi après son quadruple historique face à la Guinée Bissau, et quelques jours avant la double confrontation face à l'Éthiopie, il se facture le tibia. Saison terminée, puisqu'il ne rejouera pas en équipe première. Seule deux apparitions avec la CFA 2 lui permettent de se remettre en jambe avant sa convocation face au Maroc et au Kenya. Avec seulement 9 matchs de Ligue 1 (7 titularisations), Doré a forcément des fourmis dans les jambes, mais devra faire attention au risque de rechute face à des Kenyans physiques.

Après quatre ans en Ligue 1,

Reims est relégué en Ligue 2. Pourtant, tout avait bien commencé pour l'équipe de Prince Oniangue, quatrième après la 8e journée. Mais entre le 3 octobre et le 30 janvier, le Stade rémois ne remporte qu'un seul match pour 9 défaites et 3 nuls. En 27 matchs joués, dont 23 comme titulaire, Prince Oniangue a marqué 4 buts et donné 1 passe décisive. Dans l'entrejeu, le capitaine des Diables rouges a alterné les postes de milieu défensif (7 fois), de relayeur (14 fois), de milieu offensif (5 matchs) et même de défenseur central (33 minutes en remplacement de Weber à Nice). Une polyvalence qui semble parfois se retourner contre l'ancien Rennais, au sujet duquel de plus en plus d'observateurs se demandent quel est le vrai poste. Et le meilleur. Commencée par son absence face au Kenya, au motif de négociations avec le Milan AC, la saison de Thievy Bifouma n'a pas été de tout repos. Son été a été rythmé par un bras de fer avec son club, l'Espanyol Barcelone, très gourmand au moment de négocier avec les clubs intéressés. Et c'est finalement à Grenade qu'il est prêté, fin août. Mais son retour en Andalousie ne se passe pas comme prévu (7 apparitions comme remplaçant pour 180 minutes de jeu). Ses seules bouffées d'oxygène sont les matchs de la sélection (3 passes décisives contre Bissau, 2 buts contre l'Éthiopie). En janvier, il rejoint son capitaine à Reims, où son arrivée, conjuguée à celles du Marocain El Koutari et du Guinéen Lass Bangoura, ranime l'espoir du maintien. Car après deux sorties encourageantes, il offre la victoire (avec Oniangue, également buteur) face à Caen avec son premier but en Ligue 1.

Mais s'il récidive à trois reprises (Bordeaux, Troyes et Montpellier) et ajoute une passe décisive à son bilan

(en 14 matchs, 10 comme titulaire, et 938 minutes de jeu), l'attaquant des Diables rouges laisse aux supporters rémois une impression mitigée : un talent indéniable, que connaissent déjà tous les Congolais, mais une tendance à s'enfermer dans des numéros de soliste, oubliant de lever la tête et de la jouer collectif. Star incontournable au Congo, où il parvient à lier talent et efficacité, le natif de Saint-Denis n'a pas encore trouvé sa plénitude en club. Et son retour à Barcelone, où il lui reste un an de contrat, n'est pas forcément une bonne nouvelle. Mais l'Espanyol n'est plus en position de force et devra se résoudre à accepter

tant disparaître des feuilles de matchs à la fin du mois de janvier, pour n'y revenir qu'à 6 reprises, sans améliorer sa ligne de statistiques. Est-ce dû aux discussions autour de sa prolongation de contrat, finalement signé le 26 mars (pour deux ans) ? Son bilan reste correct avec 21 matchs (10 comme titulaire), 1 but et 1 passe décisive en Ligue 1, 6 matchs et 2 buts en CFA. Seul bémol, il ne semble pas intéressé par la sélection congolaise, oubliant que plusieurs joueurs, avant lui, ont négligé le Congo avant de le regretter plus tard...

A ce titre, Brice Samba junior peut déjà en témoigner. Depuis son refus de participer à la CAN 2015, le jeune



Après une première partie de saison presque blanche à Grenade, Thievy Bifouma a retrouvé des sensations à Reims sans toutefois faire l'unanimité (FRANCOIS NASCIMBENI AFP)

les offres qui arriveront, sous peine de le voir partir rapidement en fin de saison. Un club comme l'Olympique de Marseille, où son talent et sa personnalité pourraient faire fureur, serait bien inspiré d'y penser pour remplacer le partant Batshuayi...

A Nantes, 14e, Jules Iloki a convaincu Michel Der Zakarian de l'intégrer au groupe pro pour la saison 2015-2016. Méritant à l'entraînement, le milieu offensif droit gagne sa place dans la rotation des Canaris et débute le 20 septembre à Saint-Etienne. Puis marque son premier but en Ligue 1 le 29 du même mois, offrant la victoire sur le terrain de Lille. Actif sur son côté, il enchaîne les matchs, les courses et les centres. Auteur d'une passe décisive à Montpellier le 7 novembre, il va pour-

gardien congolais est dans une spirale négative sans fin. Prêté à Nancy par l'OM, il n'y a presque pas joué (voir bilan Ligue 2, à suivre) et ne semble plus être considéré, à Marseille, comme le successeur naturel de Mandanda. Ses démêlés judiciaires (conduite en état d'ivresse) ont également mis à mal son image de marque.

A Bastia, 10e, Christopher Maboulou a vécu une saison à oublier rapidement ; 9 apparitions, dont 2 titularisations, et 2 matchs avec la réserve (1 but à Agde). En fin de contrat, il ne devrait pas crouler sous les propositions de haut de tableau. Alors qu'il avait l'occasion de se relancer, éventuellement, en sélection, il n'était pas au stade lors de la visite d'Isaac Ngata le 7 mai, face à Angers...

Camille Delourme

EUROPA LEAGUE

Triplé historique pour le FC Séville de Steven Nzonzi



Grâce à un but de Kevin Gameiro (46e) et un doublé de son capitaine Coke (64e et 70e), le Séville, double tenant du titre, est parvenu à faire plier Liverpool (3-1) pour s'offrir une troisième Europa League consécutive, mercredi à Bâle (Suisse).

«Les supporters de Séville et le club adorent cette compétition, nous la désirons tant que nous l'avons gagnée. C'est notre compétition», a assuré l'entraîneur du club, Unai Emery, après avoir remporté l'Europa League pour la troisième fois d'affilée. Aucun club n'avait réussi à devenir triple tenant du titre d'une compétition UEFA depuis le Bayern Munich, en Coupe d'Europe des Clubs champions en 1976.

Le club andalou totalise désormais cinq « petites » coupes d'Europe (2006, 2007, 2014, 2015, 2016), et Liverpool, qui avait réussi des retournements de situation épiques en demi-finale contre Villarreal (0-1, 3-0), et surtout en quarts contre Dortmund (1-1, 4-3), n'a cette fois rien pu y faire, malgré un bijou de Daniel Sturridge sur l'ouverture du score (35e). Les supporters des Reds, qui remplissaient beaucoup plus que la moitié du Parc Saint-Jacques de Bâle - ce qui a occasionné une petite échauffourée, vite maîtrisée, au pied de la tribune de Séville une demi-heure avant le coup d'envoi -, avaient pourtant toute confiance en leur charismatique entraîneur, Jürgen Klopp, pour renouer avec leur glorieux passé européen.

Mais le coach allemand a une nouvelle fois dû s'incliner en finale, pour la cinquième fois d'affilée, après celles perdues avec Dortmund en 2013 (Ligue des Champions), 2014 et 2015 (Coupe d'Allemagne) et celle de la Coupe de la Ligue anglaise face à Manchester City.

Kévin Gameiro, remplaçant lors des deux finales précédentes a tenu son

rang : après avoir manqué d'un mètre un superbe ciseau sur un corner mal renvoyé par Emre Can (31e), il n'a pas gâché un service en or de Mariano Ferreira en catapultant son centre dans le but de Simon Mignolet, pour ramener le double tenant du titre à égalité dès l'engagement de la seconde période (46e). Résultat : huit buts en 9 matches d'Europa League, plus les 16 inscrits en Liga d'Espagne. Clinique. «Légalisation est le moment

Le FC Séville réalise un triplé inédit en Ligue Europa (PAUL ELLIS / AFP)

son équipe. «Nous ne disputerons pas de compétition européenne la saison prochaine, mais on pourra mettre à profit ce temps pour nous entraîner, nous préparer.»

Gameiro aurait pu doubler la mise sur un service en profondeur parfait d'Ever Banega. Mais l'Ivoirien Kolo Touré, qui a la charge de remplacer Mamadou Sakho depuis que l'international français est suspendu après un contrôle antidopage positif, a fait oublier ses 35 ans en revenant le tacle parfaitement, et plus largement en livrant un match impeccable.

Titulaire lui aussi en pointe, Da-

sur la ligne par Daniel Carriço (11e), puis une autre tentative contrée par le gardien David Soria (25e). Le jeune Anglais, appelé, lui, pour disputer l'Euro, a aussi, et peut-être surtout, gâché un but de Dejan Lovren en faisant mine de détourner le ballon... Alors qu'il était en position de hors-jeu (39e). C'était avant que Gameiro puis Coke, élu homme du match, ne sortent Séville de l'eau.

Titulaire, le Franco-Congolais Steven Nzonzi a vécu, comme son équipe, une première période difficile, avant de hausser son niveau de jeu. De la présence dans les airs à l'image de ses têtes pour Gameiro (32e et 60e). Un



Le Franco-Congolais Steven Nzonzi peut jubiler: il remporte la Ligue Europa (AFP PHOTO / MICHAEL BUHOLZER)

où on a perdu confiance dans notre jeu», a aussi fait observer l'entraîneur de Liverpool, Jürgen Klopp, qui a pointé le «problème de réaction» de

niel Sturridge a pour sa part réussi un extraordinaire extérieur du pied gauche depuis l'entrée de la surface (35e), mais vu une tête repoussée

premier titre, et un beau, pour l'ancien joueur du SC Amiens, qui n'a toujours pas cédé aux avances du Congo et de la RDC, les pays de ses parents.

Camille Delourme

Plaisirs de la table

Utilisée essentiellement comme assaisonnement, cette herbe fine originaire probablement d'Asie centrale, possède plusieurs appellations qui reflètent bien sa saveur prononcée. On la désigne sous le nom de poivrete, herbe de St-Julien, savourée, poivre d'âne ou herbe du diable.

Découvrons-ensemble.

Le terme sarriette vient du latin satureia en référence aux divinités mythologiques du même nom, les satyres. Ce sont justement ces divinités qui ont donné à la plante, la réputation de plante aphrodisiaque. Mais très vite cette notoriété a été contredite par une sainteté irréprochable et l'herbe dite du diable a retrouvé la popularité qu'elle bénéficiait du temps des romains.

Plante aromatique dont la culture était très importante pendant la période romaine, la sarriette est très présente sur les bords des chemins méditerranéens. Toutefois il en existe que deux genres, la sarriette des jardins et la sarriette vivace toutes deux utilisées comme plante médicinale et comme condiment. La première se retrouve annuellement dans les jardins communset l'autre uniquement dans les montagnes.

En outre, ces deux espèces sont les plus commercialisées au monde et pour revenir sur son expansion, ce sont les romains qui à l'époque de l'Antiquité se sont chargés de répandre la plante à travers toute l'Europe. Plante aromatique qui pousse tout aussi bien à l'état sauvage, elle est présente dans les pays qui ont en partage un climat méditerranéen comme la Grèce,

l'Espagne, la France, etc...

Idéale dans les soupes, charcuterie, liqueurs ou autres plats cuisinés, la sarriette est principalement utilisée en remplacement du poivre. Elle est souvent présente dans les plats de haricot où elle est appréciée pour sa faculté à favoriser la digestion. Mais son association dans la fabrication de savons ou de dentifrices étonne encore plus d'un !

La sarriette, une source de vitalité

Si on peut la compter comme condiment bien que moins utilisée en cuisine, la sarriette reste jusqu'ici une herbe fine exploitée à moitié. En effet, la sarriette à elle seule peut combler les besoins en apport d'antioxydant. Ce composé a le rôle principal dans l'organisme humain de réduire les risques ou tous les dommages causés par les maladies cardiovasculaires.

Toujours sur les antioxydants, le plus grand apport que l'on recherche pour combler les besoins quotidiens chez l'être humain, se trouve dans les légumes. Mais certains condiments qui ne manquent dans la composition des différentes recettes viennent relever la quantité d'antioxydants, de minéraux ou d'autres nutriments essentiels pour l'organisme humain.

Sur la sarriette, l'autre composé à ne pas



négliger présent dans ce condiment, c'est l'acide rosmarinique qui augmente à son tour le potentiel anticarcinogène de la plante. Dans le cas précis du VIH-Sida, la sarriette selon les spécialistes absorberait l'enzyme responsable du transfert de la maladie vers d'autres sujets.

Petite faiblesse des études menées jusqu'à présent, c'est dans

le fait qu'elles ne précisent pas encore la quantité quotidienne possible à consommer par individu mais les scientifiques promettent d'étonnantes découvertes sur cette plante qui a encore beaucoup à donner.

A bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons!
Samuelle Alba

Recette

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES :

- 1 kg de sauté de cabri (ou viande d'agneau/mouton)
- 200 g de gombos
- 6 tomates fraîches ou une boîte de tomates pelées
- 4 oignons
- 4 gousses d'ail
- 4 feuilles de laurier
- 15 cl d'huile de palme
- 2 bouillons cube
- 1/2 citron

PRÉPARATION

Commencer par réchauffer l'huile de palme avant utilisation. Puis séparément, éplucher l'ail et les oignons et couper les tomates en dés. Ensuite, éplucher les patates douces et verser du jus de citron. Dans un autocuiseur faire revenir les morceaux de viande dans l'huile de palme. Puis retirer la viande et faire de même avec l'oignon. Ajouter l'ail, la feuille laurier et les cubes de bouillon. Ensuite verser 30 cl d'eau chaude à porter à ébullition, et mettre la tomate et la viande. Saler légèrement et refermer l'autocuiseur et laisser cuire 20 minutes. Dans un autre temps, couper gombos en rondelles et mettre dans la préparation et quelques minutes avant d'enlever votre marmite ou dans ce cas l'autocuiseur, ajouter les patates douces préalablement coupées en rondelles.

ACCOMPAGNEMENT

Servir avec du riz basmati ou thaï.
Bon appétit !

CABRI AU GOMBO ET PATATES DOUCES



FLÉCHÉS • N°1409

DÉPÉRIRONS PODIUM	SANS MEMOIRE FLEUR D'EAU	COULE EN TOSCANE NID D'AIGLE	BALTE CANARDÉ POUR SON DUVET	FLEUR DECORATIVE	PORTIONS HÉLIUM AU LABO
				LETTRE GRECQUE CHIFFRES ROMAINS	
PROFANES S'ÉCARTE DU DROIT CHEMIN					SANS DIEU
FINAUD TEINTÉ			ADVERBE COLORAIT	ÉCLUSE TOTAL	
		RANGEAIT CONTIENT LE FEU			SUR LES ROUTES
GARAN- TISSIONS	PRONOM RELATIF HOMME DE MAIN		ÉTONNÉ PETIT GLOBE		CONJON- TION BAISSE LE TON
CEINTURE DE KIMONO	TRANSPORT DE CHARBON MARCHÉ			SUIVI LES ORDRES AU SUD DE RÉ	
		FANÉ SORTI DE L'OEUF			GRUGÉ
MESURE AGRAIRE COURBÉ		FOLLE FURIEUSE COURT LE LIÈVRE			
			ÉPOQUE	VILLE DE MÉSO- POTAMIE ARME DE POING	
ADIEUX MADRILENES	SUR LE CÔTÉ EN VOGUE				PARESSEUX
		VACCIN TRIVALENT			PÉRIODE
FÉCONDAIT					

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

ABRASIF
 BAZAR
 BOURDON
 BRUTAL
 BUFFLE
 CADET
 CAMPHRE
 CANCRELAT
 CHAIR
 CITRON
 COCON
 COLIBRI
 COMEDIE
 ESCALE
 FACTICE

FARFELU
FLASH
FLUOR
FORCAT
GIGOT
GOMME
GRENADE
INTERIM
JURON
LOTERIE
MACARON
MAGHREB
MONOTONE
NOVICE

OMOPLATE
 PANOPLIE
 PETARD
 PHOSPHORE
 PLAID
 PROMPTEUR
 RODEO
 SALACE
 SOURCIL
 TITANE
 VANILLE
 VETERAN
 VIAGER
 VISON

2 LETTRES
 AI - DE - ES - ET - EU - NO - OS - OU
 SI - UE - UT

3 LETTRES
 AIL - BTS - ECU - ETC - RAD - TAS

4 LETTRES
 AXEE - CEUX - ELUS - FLAN - FOUR
 NEVE - RALE - SPOT - USEE

5 LETTRES
 ARBRE - AVENT - AVERE - ELITE
 LETAL - LOESS - OCTET - OSCAR
 OUIES - OURSE - POLKA - VOCAL
 VOEUX

6 LETTRES
 AIKIDO - LUTINS - RESEAU - RIVENT
 SEXUEL - SONORE - STUPRE - TUERIE

7 LETTRES
 ASSISTA - NUDITES - ULULAIT

• SUDOKU • GRILLE DIFFICILE • N°400 •

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

• SUDOKU • GRILLE FACILE • N°408 •

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

EN PARTANT DES
CHIFFRES REM-
PLISSEZ LA PAGE
DE TELLE SORTE
QUE CHAQUE CO
LONNE DE 3 X 3
CONTIENNE UNE
SEULE FOIS LES
CHIFFRES DE 1 À 9

SOLUTION
Le mot mystère est
ALCHIMISTE

MOTS CASES N°260

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

MOTS FLÉCHÉS • N°1409

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

• SUDOKU • GRILLE DIFFICILE • N°399 •									• SUDOKU • GRILLE FACILE • N°408 •								
9	2	7	5	6	1	8	4	3	5	9	8	3	1	6	2	7	4
4	8	6	3	2	7	1	5	9	3	6	4	8	2	7	9	1	5
5	3	1	8	9	4	2	6	7	1	2	7	4	5	9	8	3	6
6	9	2	7	5	8	4	3	1	6	8	9	1	7	4	5	2	3
7	5	3	4	1	9	6	8	2	2	5	3	9	6	8	7	4	1
1	4	8	2	3	6	7	9	5	4	7	1	5	3	2	6	8	9
8	1	4	9	7	5	3	2	6	8	1	6	2	4	5	3	9	7
3	7	5	6	4	2	9	1	8	7	3	2	6	9	1	4	5	8
2	6	9	1	8	3	5	7	4	9	4	5	7	8	3	1	6	2

Le monde a gagné 5 ans d'espérance de vie depuis 2000

À l'échelle mondiale, l'espérance de vie a augmenté de 5 ans entre 2000 et 2015. Soit la hausse la plus rapide depuis les années 1960. Voilà ce qui inverse les tendances à la baisse observées dans les années 1990 (notamment en Afrique en raison de l'épidémie de VIH/Sida). C'est ce qui ressort des Statistiques sanitaires mondiales 2016 publiées par l'OMS. Pour autant, des inégalités perdurent.

La hausse la plus rapide a été constatée dans la région africaine de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), où l'espérance de vie a gagné 9,4 ans pour atteindre 60 ans. La lutte contre le paludisme et l'extension de l'accès aux médicaments antirétroviraux pour le traitement du VIH ne sont bien évidemment pas étrangers à l'affaire.

Les disparités perdurent

À l'échelle mondiale, l'espérance de vie pour les enfants nés en 2015 était de 71,4 ans (73,8 ans pour les filles et 69,1 ans pour les garçons). Mais il ne s'agit que d'une moyenne. Le rapport montre que les nouveau-nés dans 29 pays, tous à haut revenu, ont une espérance de vie moyenne d'au moins 80 ans.

Tandis que dans 22 pays, d'Afrique subsaharienne, elle est de moins de 60 ans. Avec une durée de vie moyenne de 86,8 ans, c'est au Japon que les femmes peuvent espérer vivre le plus longtemps. Pour les hommes, c'est en Suisse qu'ils vivent le plus vieux en moyenne (81,3 ans). La population de la Sierra Leone a la plus faible espérance de vie au monde pour les deux sexes : 50,8 ans pour les femmes et 49,3 ans pour les hommes.

Quelques manquements

Pour autant, les auteurs font ressortir des lacunes importantes. « On estime que 53% des décès dans le monde ne sont pas enregistrés, bien que plusieurs pays, dont l'Afrique du Sud, le Brésil, la Chine, la République islamique d'Iran et la Turquie, aient fait des progrès considérables dans ce domaine », expliquent-ils.

Les statistiques sanitaires mondiales 2016 dressent enfin un panorama complet illustrant l'ampleur des défis à relever pour poursuivre cette dynamique. Ainsi, chaque année :

- 303 000 femmes meurent de complications



- de la grossesse ou de l'accouchement ;
- 5,9 millions d'enfants décèdent avant leur cinquième anniversaire ;
- 2 millions de nouvelles infections par le VIH sont relevées, 9,6 millions de nouveaux cas de tuberculose et 214 millions de cas de paludisme ;
- 1,7 milliard de personnes ont besoin d'un traitement pour des maladies tropicales négligées ;

- plus de 10 millions de personnes sont victimes avant l'âge de 70 ans de maladies cardiovasculaires ou du cancer ;
- 800 000 personnes se suicident ;
- 1,25 million de personnes meurent dans des accidents de la route ;
- 4,3 millions d'individus meurent à cause de la pollution de l'air due aux combustibles utilisés pour la cuisine...

Destination Santé

Horoscope du 21 au 27 mai 2016



Bélier
(21 mars-20 avril)

Vous vous séparez pour de bon des éléments néfastes ou chronophages de votre quotidien et vous retrouvez un régime intellectuel qui jadis vous a été cher. Cette dynamique vous donne de l'assurance et vous aide à y voir plus clair dans vos sentiments et être plus efficace. Vos accomplissements seront reconnus.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vous êtes bien entouré, vous pouvez compter sur vos proches et votre famille peu importe les épreuves, vous trouverez du réconfort. La chance vous sourit et les bonnes occasions s'accumulent. Célibataires : mettez votre passivité au placard.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous voilà cerné de questions existentielles, mais cherchez d'abord quelle est la source de ce déséquilibre que vous ressentez car elle est toute proche. La communication est parfois bien difficile avec votre entourage, pesez vos émotions et vos craintes.



Taureau
(21 avril-21 mai)

Vous donnez sans compter, cela constitue le plus beau des altruismes. À l'écoute et proche des autres, vous vous départez de tout jugement et donnez un sens sincère à vos actions. Vous pourriez bien voir la vérité dans ce bel état d'esprit.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous savez trouver les mots pour un proche qui en a besoin, votre réconfort sera grand et utile. Vous tendez facilement à remettre les choses au lendemain, séparez-vous de vos tâches embarrassantes en priorité pour vous libérer l'esprit et profiter pleinement de vos temps de loisir.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous êtes sur le point d'accomplir de grandes choses sur les plans personnels et créatifs. Vous en tirez une entière satisfaction et trouvez dans vos projets un moteur des plus efficaces pour aller où vous avez toujours rêvé d'aller. Cette période sera marquée sous le signe de la concrétisation.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous présentez une certaine habilité à cerner les problèmes et à trouver rapidement les solutions. Cette capacité à devancer les ennuis vous évitera des situations délicates. Vous rayonnez en société, votre contribution au bien-être de vos proches est évidente.



Balance
(24 septembre-23 octobre)

Vous vous accrochez avec raison à des détails qui enjolivent votre quotidien. Vous savez reconnaître ce qui est positif et bénéfique pour vous, vous appliquerez les leçons tirées de cet enseignement et de beaux horizons s'ouvriront à vous.



Poissons
(19 février-20 mars)

Vous vous sentez délesté d'une lourde tâche. L'esprit léger et libre, vous êtes prêt à vous lancer à l'aventure. Il vous faudra faire preuve d'organisation pour envisager les semaines à venir. Ne vous laissez pas submerger et gardez votre stress pour vous.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

Les amours frustrés par la distance pourraient souffrir d'incompréhension. Ne passez pas par quatre chemins lorsque vous vous adressez à l'être cher. Une baisse de tonus pourrait se faire sentir. Respectez vos heures de sommeil pour retrouver l'énergie.



Scorpion
(24 octobre-22 novembre)

Vos plans d'avenir se concrétisent et suivent la direction voulue. Vous en tirez une entière satisfaction et donnez un nouveau sens à vos projets personnels et professionnels. La chance vous sourit et les réponses à vos requêtes ont de fortes chances d'être positives.



Sagittaire
(23 novembre-21 décembre)

Vous vous donnez du mal pour faire valoir votre parole. Et si vous ne vous exprimez pas de la bonne façon ? Faites-vous comprendre plutôt qu'entendre et la communication sera plus fluide. Les célibataires ont le vent en poupe, une belle rencontre vous attend là où vous n'y pensez pas.

PHARMACIES DE GARDE DU DIMANCHE 22 MAI 2016 - BRAZZAVILLE -						
MAKELEKELE	BACONGO	POTO-POTO	MOUNGALI	OUENZE	TALANGAI	MFILOU
Hôpital Makélékélé Jireh Rapha Pharmacie du Djoué	Christ Roi Commune de Baongo Marché Total	Carrefour Christale Trésor Van ver Veecken	Destin Rond-point Moungali Zoo Mariale	Intendance Jéhovah Nissi Rond-point Koulounda La Victoire La Clémence Daphné	Lecka Terminus Mikalou Vert D'O	ST Luc (Soprogi) Médine PK Mfilou La base