



ALPHADI, STYLISTE



www.adiac-congo.com

LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

N° 2796 DU 24 AU 30 DÉCEMBRE 2016 / 200 FCFA, 300 FC, 1€

FIMA

La mode au coeur du désert



La dixième édition du Festival international de la mode africaine (Fima) s'est déroulée du 16 au 17 décembre dans la ville désertique d'Agadez, dix-huit ans après sa première

édition en 1998. Organisé depuis vingt ans, le Fima existe grâce au courage et la détermination de son fondateur, le designer nigérien Alphadi, qui malgré des menaces dji-

hadistes et l'incendie volontaire de sa boutique à Niamey, au Niger, a remis en selle cette dixième édition au cœur de son pays. **PAGES 8-9**

JOUEUR AFRICAIN DE L'ANNÉE

Aubameyang, Mahrez et Mané finalistes



L'Algérien Riyad Mahrez (Leicester), le Sénégalais Sadio Mané (Liverpool) et le tenant du titre gabonais Pierre-Emerick Aubameyang (Dortmund) sont les trois derniers footballeurs en lice pour le trophée du meilleur joueur africain de l'année, qui sera décerné le 5 janvier, a annoncé la CAF jeudi. **PAGE 13**

EXPOSITION

« L'Afrique des routes » au musée du Quai Branly-Jacques Chirac

Du 31 janvier au 12 novembre 2017, le musée du Quai Branly - Jacques Chirac à Paris présente une exposition inédite, « L'Afrique des routes », à travers 300 sculptures dressant un portrait inédit d'un continent africain au carrefour des mondes et à contre-courant des idées reçues. **PAGE 5**

JEUX

PAGE 15

HOROSCOPE

PAGE 16

Éditorial

Que la magie opère !

Noël en chasse une autre. Voilà une période où tout le monde se retrouve en famille.

En effet, l'arrivée de Noël, à quelques jours du Nouvel An, ouvre l'arrivée d'une période de fêtes, de réflexion, de célébration et d'harmonie. La période de Noël est la mieux indiquée pour une fraternité prospère. On se la veut bonne et inoubliable.

Aussi, au-delà de tout, le souhait est-il de vivre des instants magiques riches en couleurs et émotions. La période est tout extraordinaire et des mains, sommes toutes, invisibles arrivent à donner du bonheur à l'humanité.

Une période d'osmose, de rapprochement, de tendresse et d'amour où chacun est censé passé avec son cercle. Un grand moment de partage, d'attention et de reconnaissance après des moments qui souvent ne trouvent pas des mots valides à exprimer.

Chacun garde des souvenirs agréables de ces instants et que le bonheur de tous est de revivre ces plaisirs d'antan. Noël, que de rêves ! Une période chargée d'émotions, où tout le bonheur des cœurs enflammés se retrouvent afin de manifester un amour infini pour son prochain. Que la fête soit belle.

Enfin, pour le bonheur de tous, la rédaction se joint à tous, d'une seule et même voix, pour dire joyeux Noël à tous. Que la magie opère !

Les Dépêches de Brazzaville

Le chiffre

57

C'est le nombre de journalistes tués en 2016 dans le monde selon le bilan annuel de Reporters sans frontières sur la situation des journalistes dans le monde.

Proverbe africain

«L'ombre du zèbre n'a pas de zébrure.»

LE MOT

GREENWASHING

❑ Le greenwashing, ou en français l'éco blanchiment, consiste pour une entreprise à orienter ses actions marketing et sa communication vers un positionnement écologique. C'est le fait souvent, de grandes multinationales qui de par leurs activités polluent excessivement la nature et l'environnement. Alors pour redorer leur image de marque, ces entreprises dépensent dans la communication pour « blanchir » leur image, c'est pourquoi on parle de greenwashing.

La phrase du week-end

« Pour tout ce que j'ai accompli dans ma vie, je suis profondément reconnaissante d'avoir eu des bas et des hauts, qui accompagnent toujours le succès. »



Serena

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), Rosalie Bindika
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rominique Nerplat Makaya
Édition du samedi : Meryll Mezath (Rédactrice en chef), Durly Emilia Gankama

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Rédacteur en chef : Faustine Akono
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara
Commercial : Méline 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
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa, Gypsie Oïssa
Société : Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi
Sports : Martin Enyimo
Relations publiques : Adrienne Londole
Service commercial : Stella Bope
Comptabilité et administration : Lukombo
Caisse : Blandine Kapinga
Distribution et vente : Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : Colonel Ebeya n° 1430,

commune de la Gombe /
Kinshasa - RDC - Tél. (+243) 015 166 200

MAQUETTE

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

INTERNATIONAL

Directrice : Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma, Lucien Mpama, Dani Ndongidi.

ADMINISTRATION ET FINANCES

Directrice : Lydie Pongault
Secrétariat : Armelle Mounzeo
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 ET DIFFUSION

Directeur : Charles Zodialo
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré
Commercial Brazzaville : Rodrigue Ongagna,

Mildred Moukenga
Commercial Pointe-Noire : Méline Eta Anto
Diffusion de Brazzaville : Brice Tsébé, Irin Mauakani
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole.
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubélé Ngono

TRAVAUX ET PROJETS TRANSVERSES

Directeur : Gérard Ebami Sala

INTENDANCE

Directeur : Philippe Garcia
Assistante : Sylvia Addhas

DIRECTION TECHNIQUE (INFORMATIQUE ET IMPRIMERIE)

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint : Guillaume Pigasse
Assistante : Marlaine Angombo

IMPRIMERIE

Gestion des ressources humaines : Martial Mombongo
Chef de service pré-press : Eudes Banzouzi
Chef de production : François Diatoulou Mayola
Gestion des stocks : Elvy Bombete
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo
Tél. : (+242) 06 983 9227 / (+242) 05 629 1317
eMail : imp-bc@adiac-congo.com

INFORMATIQUE

Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Rively Gérard Ebami-Sala, Myck Mienet Mehdi, Mbengué Okandzé

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
Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi.
Astrid Balimba, Magloire NZONZIB..

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

DISTINCTION

Alicia Aylies, Miss Guyane, gagnante du concours Miss France 2017

C'était il y a une semaine, Alicia Aylies a été élue Miss France 2017 à l'issue d'une cérémonie enchantresse de près de 3h30. Sur une trentaine de concurrentes, les cinq finalistes étaient noires et métisses.

Par Marie Alfred Ngoma



Miss France 2017 Crédit photo : Pascal Guyot / AFP

Cinq jeunes femmes ont été désignées à égalité, d'une part par le jury, présidé cette année par Arielle Dombasle et composé d'Ingrid Chauvin, de Michèle Bernier, de l'ancienne Miss France Malika Ménard, du chanteur Amir, de Christophe Barratier et du boxeur médaillé d'or aux JO 2016 Tony Yoka et, parallèlement, par les téléspectateurs votant par téléphone et SMS, avant que ces derniers, selon un dispositif inédit, n'élisent leur ambassadrice pour l'année 2017.

Samedi 17 décembre, Sylvie Tellier, présidente du comité Miss France, a révélé en personne les suffrages attribués aux finalistes à la fin des votes du public. À la fin, cinq miss affichant des beautés distinctes venues d'ailleurs, preuve que la compétition, cette année, n'a souffert d'aucun tabou quant à

la question de la diversité. « *Je ne peux que me réjouir d'une élection qui a donné toute sa place à la diversité* », a commenté Louis-Georges Tin, le président du CRAN.

Au triomphe de la diversité, Alicia Aylies, 1 m 78, yeux verts, née le 21 avril 1998 à Fort-de-France, en Martinique. Fille unique, elle grandit en Guyane à Matoury aux côtés de sa mère, Marie-Chantal, monitrice d'auto-école. Très sportive, la petite fille se passionne dès l'âge de 4 ans pour l'escrime. Cette discipline, qu'elle pratique en compétition, lui permet de voyager et de découvrir la France.

À l'adolescence, son joli minois est repéré par l'agence guyanaise Mannky'n Agency, qui lui propose de faire des photos. La pétillante Alicia fait ainsi ses premiers pas de mannequin à 16 ans. Son bac scien-

tifique en poche, elle s'inscrit en première année de droit à l'université de Cayenne et se destine au métier de juriste.

Parallèlement, la jeune fille, habituée des podiums, décide de prolonger l'aventure du mannequinat et de s'inscrire à des concours de beauté. Le 8 octobre dernier, elle est élue Miss Guyane 2016 à Cayenne. Son esprit de compétition allié à sa beauté métissée fait le reste lors du concours national.

Le 17 décembre, devant quelque 8 500 personnes réunies dans l'Arenaa de Montpellier, Alicia Aylies remporte le titre de Miss France 2017 à l'issue d'une cérémonie suivie par plus de 8 millions de téléspectateurs, et offre pour la première fois la couronne à la Guyane, reléguant au second plan les arguments régulièrement avancés par les associations féministes.

Cette année encore, « Osez le féminisme » a dénoncé une élection « sexiste », mettant en valeur des « stéréotypes physiques irréels ». Si cette opinion se défend du point de vue du féminisme « mainstream », du point de vue du « black feminism », une autre analyse est nécessaire.

Tandis que le discours dominant pousse les femmes blanches à se conformer aux canons de beauté, il affirme en même temps que les femmes noires ne peuvent y prétendre. Selon les discours racistes ou colonialistes, les femmes noires peuvent être excitantes, aguichantes, « érotiques » et exotiques, mais elles ne sont jamais « belles », la beauté véritable étant réservée à la femme blanche, à la peau claire et aux cheveux lisses. Et souvent, ces femmes noires sont comparées à des animaux, « gazelles »

quand on veut les séduire, ou « guenons » selon le degré d'estime, comme le savent bien Michelle Obama, Cécile Kyenge, Christiane Taubira et tant d'autres femmes moins connues.

Au lendemain de son sacre, encore hésitante entre interviews et séances photos, la jeune Alicia Aylies a confié sa fierté, même si elle est consciente de devoir mûrir et acquérir plus de confiance en elle.

« *Je ne serai plus juste Miss Guyane. Je suis devenue Miss France, la première Miss Guyane à avoir été élue dans ma région dont j'aurai marqué l'histoire: c'est une grande fierté pour moi...* », a-t-elle déclaré. Une fierté bien partagée en Guyane si l'on en croit les scènes de liesse et concerts de klaxons qui ont rythmé la nuit à Cayenne.



Prince Oniangue lance son site officiel

Par Camille Delourme

En retrait sur le terrain depuis plusieurs semaines, en raison d'une blessure contractée fin octobre, Prince Oniangue s'active sur le plan médiatique: le capitaine des Diables rouges du Congo vient en effet de lancer son site officiel (www.princeoniangue.com). Le milieu de terrain y propose une biographie dans laquelle il revient sur ses débuts dans le football, sur son rapport à la sélection nationale et sur sa relation avec la religion. Les visiteurs du site internet pourront aussi y découvrir des interviews et articles ainsi que des photos du joueur.

Prince Oniangue a lancé son site internet officiel cette semaine (crédits photo www.princeoniangue.com)

Page proposée par Durly Emilia Gankama

« Okou Gnakouri » apporte le disque d'or à Kaaris



Le rappeur, compositeur et acteur français d'origine ivoirienne a été certifié disque d'or pour son dernier album nommé « Okou Gnakouri » en référence à son nom.

À titre de reconnaissance, Kaaris a saisi un réseau social pour remercier ses supporters. On peut lire son compte Instagram : « Je voulais remercier toutes les personnes qui m'ont soutenu qui croient en moi et qui m'ont envoyé des ondes positives. Cela m'a

touché ».

Une belle récompense pour l'artiste qui a déjà fait ses preuves avec différents opus dont « Or Noir » ou encore « Le Bruit de mon âme ». « Okou Gnakouri » est son récent produit sur le marché. Il est sorti le 11 novembre dernier et comporte un featuring avec Kalash Criminel nommé « 4Matic », et un autre avec le rappeur Gucci Mane.



DISPARITION L'actrice Marie-Louise Asseu n'est plus

L'actrice et réalisatrice ivoirienne communément appelée Malou est décédée à la suite d'un accident vasculaire cérébral (AVC), dans une clinique d'Abidjan en Côte d'Ivoire. Marie-Louise Asseu est, à titre de rappel, l'une des fameuses actrices de la série culte ivoirienne « Ma Famille ». Elle tenait le rôle d'une des rivales de Delta, l'actrice principale de la série. Dans son rôle de productrice, Malou avait brillamment réalisé en 2007 le film « Un mari pour deux sœurs » dans lequel

elle tenait également un rôle. En raison du succès du film, ce long métrage avait été découpé en épisodes pour en faire une série télévisée diffusée dans toute l'Afrique francophone.

Marie a vraiment connu la célébrité à travers la série télévisée « Faut pas fâcher » puis avec son rôle de Malou dans « Ma famille ». Elle avait aussi signé le film intitulé « L'Histoire des copines ». C'est âgée d'une quarantaine d'années qu'elle a dit adieu à la scène, le 7 décembre.

CONCOURS L'Afrique a un incroyable talent à sacré Les frères Sylla

Le duo guinéen est l'heureux élu de la première édition du concours l'Afrique à un incroyable talent.

Ce sont deux acrobates hors pair qui ont présenté durant tout le long de la compétition des numéros exceptionnels et frémissants. Ils ont fait face à près de 200 artistes (jongleurs, contorsionnistes, magiciens, chanteurs, acrobates, humoristes, danseurs, comédiens, musiciens, peintres et bien d'autres venus de divers coins de l'Afrique francophone. À cet effet, ils ont empoché une belle récompense de dix millions de FCFA et un billet d'avion offert par Air France. Rappelant que le jury de l'Afrique à un incroyable talent était composé de 3 artistes bien reconnus. Le chanteur Fally Ipupa, une star de la musique congolaise avec de nombreux succès internationaux. Claudia Tagbo, comédienne et humoriste d'origine ivoirienne. Elle excelle dans l'art du stand up. Au cinéma, elle détient à son actif une brillante carrière. Et enfin Angélique Kidjo, une des valeurs sûres de la musique africaine, qui a remporté de nombreux prix dont quatre Grammy Awards.



DÉCEMBRE, MOIS DU CONTE

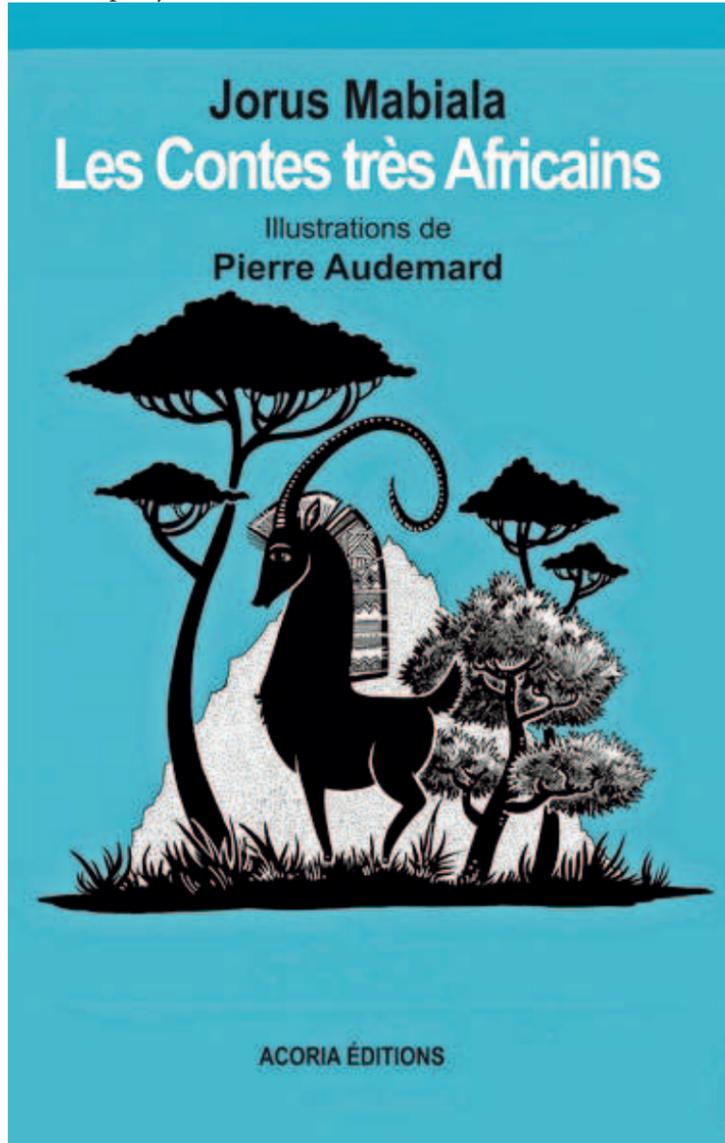
A la rencontre de Jorus Mabiala, conteur

Alors que foisonnent les projets de spectacles autour de la magie de Noël, les Dépêches de Brazzaville braquent le projecteur sur l'un des conteurs congolais en France, Jorus Mabiala.

Par Marie Alfred Ngoma

C'est la période des moments festifs où les partages par le conte emportent, des enfants aux adultes de tous âges, tous les publics. Les plus jeunes s'adonnent

comme ça tous les soirs; c'était ainsi dans le temps au village, autour du feu, les enfants agrippés au pagne de la maman, craignant d'entendre soudain le hululement



aux récits féériques tandis que les adultes replongent dans leur tendre jeunesse: «ça devrait être

de la chouette dont elle venait de vanter le rôle de véhiculeur des esprits maléfiques de la nuit, du



sortier errant en quête de la prochaine proie.

Autour de nos conteurs, ceux résidant en France tels que Gabriel Kinsa, Chrysogone Diangouaya, Fine Poaty ou Jorus Mabiala, il est toujours intéressant de replonger dans le voyage vers le Bassin du Congo. Rassemblés dans n'importe quelles circonstances, enfants et parents se retrouvent pour une même attentive écoute. À la fin, c'est un public subjugué, hilare, ravi autant qu'inquiet d'avoir vécu tant de mystères de la forêt dense d'Afrique.

Un ensorcellement véritable vous gagne progressivement par le conte tout au long duquel le public est invité à participer.

Il se laisse embarquer et s'ouvre volontiers aux péripéties alternant les étapes de l'initiation, la tragédie ou la liesse de tout un village. Les conteurs congolais résidant en France, par l'utilisation des diverses intonations de leur voix, ont cet art de la drôlerie, de l'inattendu, de la poésie, de la légèreté. À la fin de l'histoire, le public en veut encore, encore et encore.

Jorus Mabiala demeure l'éternel

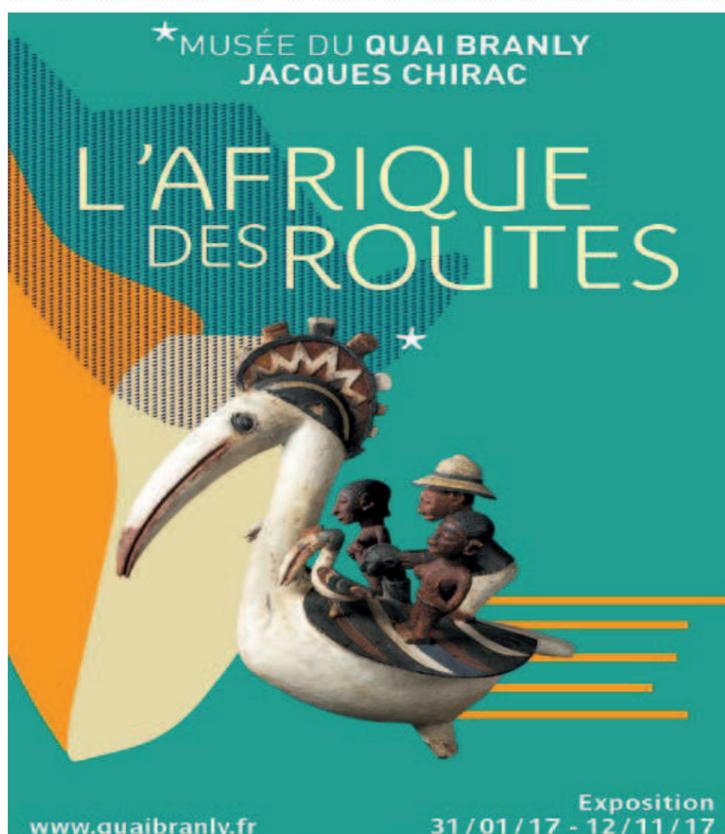
fervent du « retour au Mbongui » où qu'il soit en représentation. Danseur et comédien de formation, il est né il y a 40 ans au Congo Brazzaville et réside en France depuis 2003. Son actualité tout le long de l'année est la tournée de son spectacle, un périple le conduisant de Marseille à Pointe Noire, en passant par l'Algérie jusqu'aux Comores. « Toute l'année, ce sont des festivités telles qu'en décembre autour de l'oralité » en élaborant un véritable échange international ouvert à la participation des artistes du monde. Ses productions offrent aux enfants de « 2 à 100 ans » des spectacles complets érigés autour du conte.

Le conteur à l'humour inné et irrésistible a su trouver le moyen de prolonger ses représentations à travers la production de CD et de livres écrits par ses soins avec l'aide de la compagnie « Africa Graffitis ». Encore un « petit nouveau » dans sa bibliographie: « Contes très africains », paru chez Acoria, dont la dédicace aura lieu les 24 et 25 décembre à Marseille. Dans un « Esprit Mbongui »,

Jorus Mabiala offrira au public marseillais « Une ballade à Brazzaville », le 29 décembre à la Maison Kabyle, à l'aide de lectures contées extraites du livre « Une saison saine et sauve », en présence de son auteur Hopiel Ebiatsa.

Un spectacle conçu, une fois de plus, pour trouver « des fenêtres et des portes pour le conte africain », confie Jorus Mabiala, heureux de se produire accompagné de l'auteur, historien de surcroît, spécialiste de l'Histoire du Royaume Téké ayant comme capitale M'Bé, lieu mythique du traité entre le Congo et la France.

Un rendez-vous de la Francophonie pour « revisiter Brazzaville, la capitale de la France libre en fin 1940, lieu de la conférence de Brazzaville, tournant du destin du Congo et celui des colonies vers l'émancipation », ironise Jorus Mabiala avec toujours l'esprit de la réplique appropriée à fleur de peau. Point de retour sur ces événements: « Oublions, aujourd'hui célébrons plutôt, l'éternelle relation Congo-France, deux pays liés avec le français en partage », concède-t-il.



EXPOSITION

« L'Afrique des routes » au musée du Quai Branly-Jacques Chirac

Du 31 janvier au 12 novembre 2017, le musée du Quai Branly - Jacques Chirac présente une exposition inédite, « L'Afrique des routes », à travers 300 sculptures, tel un portrait inédit d'un continent au carrefour des mondes, à contre-courant des idées reçues.

Par Dona Elikia

L'Afrique des routes est un panorama saisissant du continent. Chaque pièce est un voyage dans une Afrique longtemps ignorée, notamment celle où les échanges panafricains et extra-africains ont débuté voici des millénaires, bien avant les indépendances, la colonisation et l'arrivée des premiers navires portugais à la fin du XVe siècle. Parmi les 300 sculptures, des pièces d'orfèvrerie ou d'ivoire, peintures et autres objets, fruits de la richesse et de la diversité du continent.

Elle évoque ainsi les routes fluviales, terrestres ou maritimes qui ont contribué à la circulation et aux contacts des hommes, des matériaux et des œuvres. Des chars gravés de l'Oued Djerat du Sahara aux porcelaines chinoises de Madagascar, des cultes et rituels candomblé d'Amérique du sud aux œuvres contemporaines métissées du Nigérian Yinka Shonibare.



BRAZZA

Actualité-Economie-Politique

Express

Sur votre chaîne Africaine
Tous les Jedis à partir de 9h30

Canal 304
DU BOUQUET CANAL +



- Reportage
- Documentaire
- Breaking-News
- Votre Actualité

24H/24

NOS EMISSIONS

Club d'Elites-Passerelle-Tour D'horizon-Arrêt Majeur-Débat Chrétien
Au Coeur des Mystères-Play-Décryptage-90Min Chez Vous-Planète Sport
Dimanche des Lions-Café des Sports-Meeting Point-La Matinale...



Disponible sur les bouquets

TNT **CANAL+**  **Free AFRICA**  **eutelsat TV+**

Situé a l'immeuble EBATHA Rond-point La Coupole (Centre Ville)

REPUBLIQUE DU CONGO-BRAZZAVILLE
CONTACTS: +242 22 613 40 55 - 05 631 38 49

LE FESTIVAL AFRK'A'WA À PARIS

Une belle mise en lumière des arts et lettres francophones

Le Festival Afrik'A'wa, organisé par un collectif d'associations, a achevé le 27 novembre dernier, sa quatrième édition, débutée le 14 octobre 2016. Cet événement qui avait réuni à Paris, des écrivains, chorégraphes- danseurs et humoristes, avait investi plusieurs lieux : l'Auberge de jeunesse Yves Robert, le Centre d'animation Curial, le Centre de danse Chrysogone Diangouaya et la Maison des associations de solidarité, dans le 13^e de Paris.

Par Roll Mbemba

Chrysogone Diangouaya,
le directeur du Festival...

À la fois, pour promouvoir leurs œuvres en interaction avec leurs lecteurs, ou pour présenter leurs créations scéniques, les écrivains et les artistes (comédiens, danseurs- chorégraphes, musiciens, humoriste, réalisateurs et photographe), venus des quatre coins de la France, et d'Afrique, étaient réunis sous la voûte commune de l'effervescence festive. « *L'esprit Afrik'A'wa, c'est la fête !* », résume Chrysogone Diangouaya, président du festival Afrik'A'wa. « *C'est la fête des mots, des gestes et des images. Ces trois dimensions réunies font un bon festival* », poursuit-il, dévoilant sa vive satisfaction de la quatrième édition. Succès qu'il attribue à son comité d'organisation. Cette quatrième édition, a connu la participation des écrivains, tels

que Zacharie Acafou, auteur de l'essai « *La littérature Africaine*

Rfi Théâtre 2016 (Russel était par ailleurs directeur artistique



Le spectacle Afropaiens de Lomani Moundonga sur la scène d'Afrik'A'Wa 2016

d'expression française : un grand cadavre à la renverse ? », de Russel Morley Moussala, auteur de « *ça pète les plombs* » (finaliste Prix

de cette 4^e édition du Festival Afrik'A'wa), Jacques Batchy, auteur d' « *Entre deux mondes* », Annabelle Roussel, auteure



de « *Victoria, et Manifeste des affranchies* » ; Guy Alexandre Sounda, avec son premier roman « *Confessions d'une sardine sans tête* ». Plusieurs spectacles de danse, comédie-dansante, musique, théâtre, humour, conte, ont fait également l'affiche du Festival Afrik'A'wa, entre autres, Tripata Partira de la compagnie Dakoté par Isabelle Bayard et Fanny Brancourt ; Maxence à Paris de la compagnie Elfriede Dubort, Révélation par la troupe Jeanne Froment et Aurélien Pic, le Bal des européens de la compagnie Lomani Moundonga, Let us go please de la compagnie Tumamana par Gervais Tomadiatounga et Sylvère, Symbiose de la compagnie Sara par Mbarou N'diaye et Daouda Nganga ; compagnie

Amani Koffi; Et si Bassam m'était contée par Nasse Agenor, Baouli par Freddy Bauginard, l'humoriste Benjo de Nantes, le percussionniste et chanteur congolais (RDC) Papy Kayembe alias Sepelas...

Le photographe Armel Frid Louzala, dans le cadre de ce festival, a exposé, dans le hall du Centre de danse Chrysogone Diangouaya, sa série photo intitulée « *Sape et monument* ». La réalisatrice Evelyne Naudet, a projeté son film *Terre Kongo*, un reportage sur la vie ambiante et trépidante de Kinshasa (RDC) et ses alentours. Tandis que le réalisateur Marc Mue Puaty a dirigé des ateliers cinéma.

La cinquième édition du festival Afrik'A'wa est prévue, à Paris, en Juillet 2017.

PARIS

Nasse Agenor s'inspire de la tragédie du Grand-Bassam pour sa création « Et si Bassam m'était conté »

Le chorégraphe et danseur ivoirien, Nasse Gnekillet Agenor, invité à la quatrième édition du Festival Afrik'A'wa 2016 à Paris, a présenté son spectacle « *Et si Bassam m'était conté* », inspiré de l'attaque terroriste sur une plage de Grand-Bassam en Côte d'Ivoire en mars dernier.

Par R. Mb.

La pièce s'ouvre sur l'évocation d'une vie paisible à Grand-Bassam, une des premières destinations touristiques de Côte d'Ivoire, à 40 km d'Abidjan, victime d'attaque terroriste, le 13 mars dernier. Nasse, qui se trouvait dans les parages de la plage, n'a rien manqué de cette tragédie. « Avec mes chorégraphes, on s'entraîne tous les matins à la plage, et nous étions en pause au moment de l'attaque », se souvient-il la gorge serrée par l'émotion. Il s'en inspire pour le spectacle *Etsi Bassam m'était conté* présenté au festival Afrik'A'wa 2016 à Paris.

Grand-Bassam

Classé, en 2012, patrimoine mondial de l'Unesco pour ses monuments, Grand-Bassam entretient la chaleur humaine comme la plupart des cités balnéaires. S'y retrouvent de nombreux expatriés et Ivoiriens en quête de lieux paisibles. Ancienne capitale coloniale de la Côte d'Ivoire entre 1893 et 1900, Grand-

Bassam est un véritable musée à ciel ouvert, où des vestiges coloniaux s'y recensent en grand nombre : prison et école coloniales, musée, quai d'embarquement d'esclaves, arbres centenaires, architecture...

Parcours

Originaire de la Côte d'Ivoire, installé au Tchad, artiste pluridisciplinaire, Nasse Agenor s'ouvre à l'art en tant que comédien au sein de la troupe Le Fromager Théâtre à Gagnoa, sa ville natale, dans le centre-ouest de la Côte d'Ivoire. Celui qui se définit comme un artiste qui « *se laisse facilement tenter par les arts* » ne résistera pas aux yeux doux de la danse, ayant relégué au second plan ses autres passions que sont la musique et le cinéma (il est acteur dans le film *Addagman* du réalisateur Roger Gnoan M'balla, en 2010).

Pour apprendre les subtilités des arts, au premier plan figurent théâtre et danse, il fera son entrée au village Kiyi M'bock

de Were Were Liking, plus tard rejoint la Fondation Rose- Marie Guiraud (pionnière de la danse en Côte d'Ivoire) comme chorégraphe et assistant technique de Guillaume Gadjou, le directeur artistique de la fondation, puis le Ballet national de Côte d'Ivoire comme assistant chorégraphe. De 1999 à 2000, il est engagé comme professeur de danse africaine au sein du département de l'école nationale du théâtre et danse de l'Institut national supérieur des arts et actions culturelles (INSAAC). Récipiendaire en 2008 de la médaille de bronze au Festival international de danse folklorique de Belgrade en Serbie, il enchaîne des collaborations extérieures avant de participer l'année d'après au festival de danse de Sibiu, en Roumanie. Son année 2010 a été fortement marquée par sa participation à des événements de hauts niveaux. D'abord, comme danseur capitaine au cinquantenaire de la Côte d'Ivoire, sous la direction du chorégraphe ivoirien Georges Momboye ; puis sa pré-



sence à la Foire d'exposition universelle de Shanghai en Chine avant d'être sollicité au Tchad comme chorégraphe pour le spectacle du cinquantenaire du Tchad, sous la direction artistique d'Abdel-rhmane Mbang Bousso Hadji, chorégraphe tchadien auprès de qui il est assistant chorégraphe, notamment dans la création « *Né Keunji* ». Depuis, il réside au Tchad où il

collabore avec le Ballet national, mais ses frais souvenirs effroyables de l'attaque djihadistes de Grand-Bassam, convoqués sur les scènes parisiennes, sonnent comme un appel pour repousser, énergiquement, la nuit dans la ville balnéaire de Bassam qui, selon la tradition orale Oboure, viendrait du mot Alsam, qui veut dire la nuit est venue.

MODE

Le Fima revient à Agadez 18 ans plus tard



La dixième édition du Festival international de la mode africaine (Fima), s'est déroulée dans la ville désertique d'Agadez, dix-huit ans après sa première édition, en 1998.

Par Sasha Gankin

Le Fima est un festival qui existe grâce au courage, et à la détermination du créateur et styliste nigérien Alphadi, de son vrai nom Seidnaly Sidhamed, qui malgré des menaces djihadistes, et l'incendie volontaire de sa boutique à Niamey, au Niger, a remis en selle, cette dixième édition. Le designer tient particulièrement à promouvoir la mode africaine dans sa diversité et, dans un esprit de tolérance, dans un pays avec une population musulmane à 98%. Agadez, ville du Sahara, symbole des rebellions Touaregs qui, au cours des dernières années, est devenu une plaque tournante du trafic en tous genres en provenance de la Lybie. Un pays en état de guerre civile, et qui est devenu un point de départ vers l'Europe, pour les migrants clandestins subsahariens. Aujourd'hui, Agadez cherche à reconquérir son image de centre touristique dans le cœur du Sahara. Prévue en 2015, mais reportée pour des raisons sécuritaires, cette dixième édition du festival s'est déroulée dans une version plus compacte, en deux soirées, avec une grande présence des forces de l'ordre. L'engagement et le savoir-faire des organisateurs a permis au festival de ne rien perdre de son charme, ni de sa vision globale de la mode sur le continent africain.

Hamza Geulmouss

La plus grande découverte du concours Jeunes créateurs, a été la collection très « Apocalyptique » de Hamza Guelmouss, qui a rem-

porté le premier prix. Déjà récipiendaire du premier prix de la renommée Casa Moda Academy, il effectue son stage de la haute couture chez Julien Fornier à Paris. En 2015, le jeune créateur raflait le Rising Star Award à Johannesburg, en Afrique du sud. Depuis, Hamza est installé dans son studio à Casablanca au Maroc où il travaille seule, avec une machine à coudre.

Dans l'attente d'ouverture d'un atelier plus conforme à ses ambitions, il fait du Fashion styling pour de nombreux magazines marocains. La vision de l'avenir l'inquiète. Son film culte « The Road » est marqué par cette vision noire et désespérante de l'avenir.

Après un désastre nucléaire sans aucun espoir de survie avec des humains devenus cannibales. Ce film a inspiré une collection en noire, très science-fiction, avec une touche rouge qui rend hommage à la photographe marocaine Leila Alaoui, décédé dans l'attentat de l'hôtel Splendide à Ouagadougou, en début d'année.

Impressionnantes tenues uni-sex, avec pour marque de fabrique les cordes rouges cousues sur tissu noir avec un motif qui reproduit, d'après le créateur « l'empreinte digitale de la dernière habitante de la planète ».

Théa

La plus grande surprise de la soirée des grands créateurs, est incontestablement cette robe en légumes, symbole de la richesse agricole de la Guinée Conakry d'où le créateur

Théa est originaire.

Alphadi

Nommé Artiste de l'Unesco pour la paix, en janvier 2016, celui qu'on surnomme Le magicien du désert, a présenté trois collections. Sa première collection pour l'édition du FIMA 1998 d'une valeur d'objet muséal et deux collections en bazin.

Lamine Diassé

Figure atypique du paysage flamboyant de la mode Africaine, le sénégalais Lamine Diassé, est l'un des rares couturiers à faire des costumes sur-mesure sur le continent. Après avoir expérimenté de nombreux styles, il a choisi de se focaliser sur le costume masculin, un symbole de pouvoir, stabilité et de continuité. Aujourd'hui, Lamine exerce son challenge dans le cadre très restreint des règles prescrites pour un costume classique. Malgré le fait que toutes les composantes de ses créations (tissus, boutons, fil...) soient importées, son costume reste africain avec sa porte, sa touche personnelle et reconnaissable au loin. Aujourd'hui, son art est reconnu à travers le monde. Ses collections sont invitées par la majorité des Fashion Weeks en occident, et la clientèle africaine est séduite par sa coupe classique et élégante mettant discrètement en valeur la culture africaine.

Nipo Skin

La flamboyante collection du créateur ghanéen de Kumassi, Nipo Skin, intitulée Flamingos (les

flamants) a enchanté le public. La collection s'inspire du souvenir d'une ville pleine de jardins, qui ont presque disparu aujourd'hui. Des univers singuliers tout en

rose, mélangés de bazin, dentelles et pagnes imprimés aux motifs des fleurs de la marque « DaViva » sortis d'une usine de Kumassi.



Le FIMA en images



Alphadi, organisateur du Fima



SMARTPHONE

LG G Pad III 10.1 est dévoilé

La nouvelle tablette que vient de présenter LG porte des caractéristiques qui ressortent le moyen et le haut de gamme du marché des tablettes.

Elle est équipée d'un écran de 10,1 pouces capable d'afficher une définition de type Full HD 1080p, et donc du 1920 x 1080. L'espace de stockage atteint 32 Go, extensibles par

le biais d'une carte micro SD. La LG G Pad III 10.1 mise sur deux capteurs de 5 millions de pixels chacun, pour la partie photo. Elle est livrée sous Android 6.0 Marshmallow et comporte une batterie de 6000.

On note aussi une puce composée de huit cœurs cadencés à 1,5 GHz, des cœurs couplés à 2 Go de mémoire vive.

Cette dernière permettra à la tablette de faire tourner la plupart des jeux et des applications disponibles sur le Play Store. Elle ne présentera aucune difficulté à lire des vidéos en Full HD.

Une puce de 4G est également à souligner pour cette tablette.



APPLICATION

Vous pourrez bientôt supprimer un message envoyé par erreur sur WhatsApp

À la prochaine mise à jour, le réseau social permettra à ses utilisateurs de faire machine arrière concernant les messages envoyés par erreur. Le message sera supprimé de votre téléphone, mais aussi de celui du destinataire. Ce dernier recevra une notification de l'effacement.

En attendant cette nouvelle fonctionnalité, les abonnés de WhatsApp se réjouissent d'impressionnants efforts de ces derniers mois, notamment les appels vocaux, les appels vidéo, l'envoi de pièces jointes, l'édition de texte (gras, italique, barré), etc.

RÉSEAUX SOCIAUX

Instagram gagne de plus en plus d'abonnés



Les dernières nouvelles nous apprennent qu'Instagram compte désormais plus de 600 millions d'utilisateurs actifs par mois. Ce nombre est le double du nombre d'utilisateurs que le réseau social comptait en 2014. Parmi ces 600 millions d'utilisateurs, on compte 100 millions qui se sont inscrits lors de ces six derniers mois.

La mise à jour de la plate-forme a certainement joué dans cette croissance. Citons à ce titre le nouveau fil d'actualité, le compteur de vue pour les vidéos, la messagerie éphémère, la fonctionnalité de vidéo en direct, etc. Un équivalent des pages Facebook est d'ores et déjà lancé par le réseau social.

Les enseignes de e-commerce sont parmi les utilisateurs qui en profitent à coeur joie, car il est possible de vendre des produits grâce à des liens attachés aux photos.

L'Afrique confrontée aux maladies du mode de vie occidental

Quand Rose Kariuki remarqua pour la première fois la présence d'une grosseur sur un de ses seins, le cancer, une maladie dont elle n'avait entendu parler qu'à la télévision, était la dernière chose qu'elle avait en tête.

Par AFP

Un patient soigné par radiothérapie au centre anticancer de Nairobi



« Pour moi, le cancer ça n'existait pas pour nous. Ça a été un choc, j'ai eu peur de mourir, j'ai eu peur de tellement de choses », explique à l'AFP cette enseignante kényane de 46 ans.

Rose figure parmi le nombre croissant d'Africains à souffrir d'un cancer. Cette maladie liée au mode de vie fait, avec le diabète et les maladies cardio-vasculaires, de plus en plus de ravages sur le continent.

Dans une étude publiée mardi dernier, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) affirme que « la plupart » des Africains présentent au moins un des principaux facteurs de risque pour les maladies non transmissibles (MNT), tels que le fait de fumer ou le manque d'activité physique. Et selon cette étude portant sur 33 pays africains, les femmes sont les plus à risques. Rose a dû subir une mastectomie, a vu ses cheveux tomber et ses ongles devenir noirs avec la chimiothérapie, avant de guérir. Mais ses ennuis avec le cancer

ne se sont pas arrêtés là. Sa mère, âgée de 64 ans, souffrait de diabète et déprimait à vue d'œil. Rose l'a encouragée à faire des examens et il s'avéra qu'elle avait un cancer du pancréas. « Je me dis que c'est peut-être le mode de vie de ma mère qui a provoqué ça. Elle vit à Nairobi, ne bouge pas beaucoup, elle ne va pas chercher de l'eau comme les femmes du village », avance Rose.

Rose s'efforce désormais de pousser sa fille de 16 ans à faire de l'exercice et à surveiller son alimentation.

Elle prend aussi des cours de yoga et de danse au Faraja centre, chargé de soutenir des patients du cancer à Nairobi.

Plus grande ville d'Afrique de l'Est, la capitale kényane est l'exemple-type de ces grandes agglomérations africaines où s'étend un mode de vie de plus en plus urbain et sédentaire.

Les travailleurs passent de longues heures au volant de leur voiture coincés dans les embouteil-

lages et restent assis à leur bureau toute la journée.

Les week-ends sont passés dans des centres commerciaux, où la « malbouffe », pizzas et hamburgers, est omniprésente.

Maladie de pauvres

Selon l'OMS, 35% des Africains sont obèses.

Alors que l'industrie alimentaire a dû s'adapter en occident, face à la prise de conscience croissante de la population en matière de santé, c'est loin d'être le cas en Afrique. « Ils voient l'Afrique comme un terrain fertile, à cause de la faiblesse des législations et des politiques dans notre région. Ils y voient une opportunité de faire beaucoup d'argent », observe l'auteur du rapport de l'OMS, Abdikamal Alisalad.

Pour Philip Ouma, membre de l'encadrement du Faraja centre, le risque ne concerne pas seulement

la classe moyenne, mais aussi les populations les moins aisées. « Au départ, ils disaient que le cancer est une maladie de riches, mais on trouve beaucoup de gens qui l'ont et sont pauvres », affirme-t-il, tout en admettant qu'il est « possible que le système de détection soit meilleur ».

Quatre millions d'Africains par an mourront d'une MNT en 2020, estime l'OMS. Ce chiffre dépassera en 2030 le nombre d'Africains mourant de maladies infectieuses comme le sida ou le paludisme. Être malade en Afrique signifie traditionnellement que vous avez attrapé une maladie infectieuse. Et les gens ne pensent pas au cancer, note Rose. « Ici, quand les gens se sentent mal, ils pensent qu'ils ont peut-être quelque chose comme la typhoïde ou le paludisme. (La plupart des) cancers se présentent de manière bizarre, donc vous pensez rare-

ment que vous pouvez souffrir d'un cancer », dit-elle.

Alors que les hôpitaux en Afrique ont déjà souvent du mal à gérer les maladies les plus communes, le défi représenté par celles liées au mode de vie est considérable. Dans les principaux hôpitaux publics kényans, on peut rester sur une liste d'attente pendant un an avant de bénéficier d'une chimiothérapie ou d'une radiothérapie. Il est souvent trop tard. « Dans le même temps, les machines des hôpitaux privés restent inutilisées, parce qu'elles coûtent cher et que la majorité des gens n'ont pas les moyens de se les payer », regrette Philip Ouma.

Les patients les plus riches ont plus de chance. Nairobi compte quatre hôpitaux privés. Et les voisins, Ougandais, Ethiopiens, Erythréens, Tanzaniens, Malgaches et Seychellois ne se privent pas d'y venir.

NATURAL LIGHT

Une lampe éthique et solidaire



En Afrique, le groupe Velux fournira 20 000 lampes solaires de plus pour soutenir les agents commerciaux en Zambie, au Zimbabwe, en Sierra Leone et désormais au Malawi.

Par Awa LK

Sur la base d'un modèle de distribution entrepreneurial, le projet Natural light effectue un second don en livrant dès maintenant 20 000 lampes solaires. Elles seront vendues par de nouveaux agents commerciaux dans les communautés hors réseau en Zambie, au Zimbabwe, en Sierra Leone et, pour la première fois, au Malawi.

L'objectif du projet, en plus d'apporter une source de lumière durable aux communautés hors réseau, était de créer un modèle professionnel pour les agents commerciaux locaux afin qu'ils puissent gagner leur vie. Ce fut un franc succès. Aujourd'hui, plus de 50 agents commerciaux de trois nations africaines - Zimbabwe, Zambie et Sierra Leone - possèdent leurs propres entreprises de vente de lampes solaires Natural light.

Le projet Natural light, en collaboration avec l'entreprise sociale Little Sun et l'ONG Plan International, a été créé pour célébrer le 75e anniversaire du groupe VELUX. À la suite d'une compétition internationale de design qui s'est tenue l'année dernière, et qui a reçu 172 candidatures du monde entier, le design gagnant a été choisi et 14 500 unités de lampe solaire ont été distribuées en Afrique, soit une pour chaque employé du groupe VELUX ainsi que de ses filiales.

Olafur Eliasson, artiste et fondateur de Little Sun, a déclaré : « La lampe solaire Natural light ne fournit pas seulement de l'énergie aux communautés hors réseau en Afrique ; elle donne également aux personnes les moyens de prendre leur vie en mains. En fournissant une lumière durable, fiable et abordable, nous avons apporté aux personnes plus d'indépendance, et elles peuvent désormais travailler, étudier et cuisiner en toute sécurité lorsqu'il fait nuit ». En plus de la lumière, les lampes solaires Natural light contribueront également à améliorer la qualité de l'air en diminuant le recours aux lampes à kérosène émettant du carbone toxique au profit de l'énergie durable du soleil.

Page proposée par Destination Santé

EBOLA

Enfin un vaccin !

Efficace ! Un vaccin testé dans un large essai clinique mené en Guinée permet de protéger les individus du virus Ebola. Les résultats publiés dans la revue Le Lancet ce 23 décembre représente une importante avancée en matière de protection de la santé publique. Après l'épidémie meurtrière qui a frappé l'Afrique de l'Ouest en 2013, la mise au point de réponses préventives était essentielle.

RVSV-ZEBOV. C'est le nom du premier vaccin efficace contre le virus Ebola, un des agents pathogènes les plus létaux connus à ce jour. Pour valider sa capacité à protéger les individus contre celui-ci, un essai clinique portant sur 11 841 personnes en Guinée, pendant l'année 2015 a été mené. Parmi les 5 837 sujets ayant reçu le vaccin, aucun cas d'Ebola n'a été enregistré 10 jours ou plus après la vaccination. En comparaison, on a relevé 23 cas 10 jours ou plus après la vaccination chez les personnes n'ayant pas reçu ce vaccin. Dirigé par l'Organisation mondiale de la santé, conjointement avec le ministère guinéen de la santé, Médecins sans frontières et l'Institut norvégien de santé

publique, en collaboration avec d'autres partenaires internationaux, cet essai est une grande avancée en santé publique. « *Si ces résultats convaincants arrivent trop tard pour ceux qui ont déjà perdu la vie dans l'épidémie d'Ebola qui a frappé l'Afrique de l'Ouest, ils montrent que face à la prochaine flambée de cette maladie, nous ne serons pas sans défense* », indique le Dr Marie-Paule Kieny, Sous-Directeur général de l'OMS pour les systèmes de santé et l'innovation et principale responsable de l'étude.

Une technique scientifique de validation en « cercles »

Pour s'assurer que le vaccin était réellement protecteur contre le



virus Ebola, les chercheurs ont établi un protocole original. « *Chaque fois qu'un nouveau cas d'Ebola était diagnostiqué, l'équipe retrouvait toutes les personnes ayant été en contact avec ce cas au cours des 3 semaines précédentes, et notamment les personnes vivant dans le même foyer, visitées par le malade ou ayant été en contact étroit avec lui, ses vêtements ou son linge, ainsi que certains 'contacts de contacts'* », précise l'OMS. « *Au total, 117 « cercles », comprenant en moyenne jusqu'à 80 individus, ont été identifiés* ».

« *Outre qu'il montre la haute efficacité du nouveau vaccin chez les personnes vaccinées, l'essai fait aussi apparaître que les personnes non vaccinées appartenant aux « cercles » ont bénéficié d'une protection indirecte contre le virus grâce à [cette] démarche* », précise les auteurs. Enfin, peu d'effets indésirables ont été observés. Et tous les patients concernés se sont rétablis sans effet à long terme.

Une mise à disposition rapide si nécessaire

Le laboratoire Merck, fabricant du vaccin, s'est engagé à garantir

la disponibilité de 300 000 doses de vaccin pour une utilisation d'urgence [si nécessaire] et à soumettre le vaccin pour autorisation d'ici fin 2017. « *Dans le cas où la flambée d'Ebola repartirait avant son approbation, il serait rendu accessible par une procédure appelée « usage compassionnel », permettant de l'utiliser après l'obtention d'un consentement éclairé* », précise l'OMS.

Rappelons que l'épidémie d'Ebola qui s'est déclenchée en décembre 2013 en Guinée a fait plus de 11 300 morts, essentiellement en Afrique de l'Ouest.

DETOX

Au menu, endurance et (un peu) de musculation

Après les fêtes, bougez pour éliminer ! Vous pouvez même commencer dès aujourd'hui, mais en douceur bien sûr. D'autant plus si vous vous remettez au sport. Au menu, de l'endurance et des exercices de renforcement musculaire.

Plaisir. Vous reprenez une activité physique ? Choisissez une discipline qui vous plaît. Dans une optique detox d'après-fêtes et/ou post-sédentarité, privilégiez l'endurance, ce qui ne signifie pas de se lancer d'emblée sur un 10 kilomètres...

Progression. Ayez bien à l'esprit que vos muscles et vos articulations n'ont pas été sollicités pendant longtemps. Le chemin de la forme est ponctué de paliers qu'il convient de passer de façon progressive. Vous souhaitez courir ? Commencez par de la marche, puis de la marche active avant de trotter, ne serait-ce que 30 minutes par jour au début.

Marche nordique, natation... La marche nordique représente également un excellent sport-detox. Au même titre que la natation. Ces deux disciplines vous épargneront en plus des microtraumatismes articulaires engendrés par la course à pied par exemple. Sans compter qu'avec la natation, vous travaillez à la fois vos capacités cardio-respiratoires et musculaires : épaules,



pectoraux, abdominaux, muscles profonds, membres inférieurs...

Musculation. À ce titre, une étude de 2014 a mis en évidence les bienfaits du cocktail endurance-musculation pour brûler les graisses. Les auteurs citaient l'exemple du vélo ou de la course associé à quelques exercices de renforcement, pour un effet très bénéfique sur le tour de taille. Au bout de plusieurs semaines bien sûr.

Accompagnement. L'idéal étant

toutefois de bénéficier de conseils. Vous en trouverez auprès d'un coach sportif dans une salle de sport. Ce qui peut au passage faciliter une reprise... À vous les cours collectifs ou les programmes de stepper, vélo elliptique et autre rameur, le tout entrecoupé de sessions d'abdos-gainage. N'hésitez pas à varier les plaisirs pour entretenir la motivation, laquelle viendra invariablement avec les progrès rapidement constatés.

DÉPRESSION

12% des pilotes aériens concernés ?

« PNC aux portes, armement des toboggans, vérification de la porte opposée... » Des médecins américains se sont penchés sur un tabou : la dépression parmi les pilotes aériens. Leurs résultats sont effarants : plus d'un sur dix (12%) serait concerné par cette maladie qui ne dit pas son nom.

Conduit par le Pr Joseph Allen et son équipe de la Harvard T.H. Chan School of Public Health de Boston (Massachusetts), ce travail a été entamé au lendemain du crash de l'Airbus A 320 de la Germanwings, dans les Alpes. C'était le 24 mars 2015 et 150 personnes avaient péri. L'enquête avait conclu que le pilote, souffrant de troubles dépressifs, avait délibérément provoqué la chute de l'avion.

« *Un voile de secret entoure tout ce qui se rapporte à la santé mentale au sein du cockpit* », explique l'auteur. Il pointe du doigt les autorités de l'aviation civile... « *Les pilotes ne sont pas incités à se confier sur ce sujet de peur d'être stigmatisés* ». Pour leur étude, les médecins ont donc misé sur l'anonymat des répondants.

Somnifères, harcèlement...

Le questionnaire mis en ligne mêlait différentes thématiques afin d'éviter les biais. Environ 3 500 pilotes y ont répondu dans 50 pays, dont 45% étant issus des États-Unis, 12,6% du Canada et 11% d'Australie. Sur cet ensemble, 1 848 ont rempli le questionnaire consacré à la santé mentale. Il en ressort que 12% présenteraient effectivement des critères de dépression. Sans compter que 4,1% ont eu des pensées suicidaires les deux semaines précédentes.

L'auteur a observé que les pilotes les plus à risque étaient celles et ceux qui « *consommaient des quantités importantes de somnifères* ». Mais aussi les professionnels qui étaient victimes de harcèlement moral ou sexuel. Des résultats suffisamment édifiants pour se pencher sur la question afin « *de mieux évaluer le problème et surtout de le prévenir* », conclut l'auteur principal.

Programme footballistique des 24, 25, 26 et 27 décembre

Retrouvez le calendrier des footballeurs congolais de la diaspora en Afrique et en Europe.

Par Camille Delourme

Angleterre, 2^e division, 23^e journée
Wolverhampton (Prince Oniangue) VS Bristol City, lundi à 16h

Belgique, 1^{re} division, 21^e journée
Zulte-Waregem (Marvin

En cette fin d'année, la plupart des Diables rouges et Congolais de la diaspora passeront Noël en famille. En effet, le championnat géorgien est terminé (Dila Gori/Romaric Etou et Arci Biassadila), tandis que les championnats albanais (Ndockyt et Nkounkou), allemand (Sembolo), bulgare (Kifoueti), chypriote (Moukanza), espagnol (N'Zonzi), français, grec (Samba et Maboulou), italien (Miangué), tchèque (Litsingi), roumain (Kololo), russe (Ndinga), slovaque (Pambou), suisse (Nganga et Moussilou) et ukrainien (Illoy-Ayyet) sont entrés en trêve hivernale.



Quatrième meilleur buteur du championnat tunisien avec 6 buts (aucun penalty tiré), Prince Viny Ibara tentera d'améliorer son bilan face à l'Etoile du Sahel, un grand du foot africain (droits réservés)

Angleterre, 4^e division, 22^e journée
Newport City VS Portsmouth (Amine Linganzi), lundi à 16h

Angleterre, 4^e division, 22^e journée
Eastbourne Borough VS Whitehawk (Chris Mboungou),

Baudry) VS Malines, lundi à 14h30
Westerlo (Sylver Ganvoula) VS Courtrai, lundi à 14h30
Charleroi (Francis N'Ganga) VS Anderlecht, lundi à 18h
Saint-Trond (Kévin Koumbemba) VS Standard de Liège, mardi à 20h30

Gabon, 6^e journée, 1^{re} division
Mangasport (Giovanni Ipamy) VS OM, samedi à 15h30

Israël, 1^{re} division, 15^e journée
Hapoel Ashkelon VS Hapoel Kfar Saba (Mavis Tchibota), samedi à 17h

Italie, 2^e division, 20^e journée
Brescia VS Pro Vercelli

(Dominique Malonga), samedi à 15h

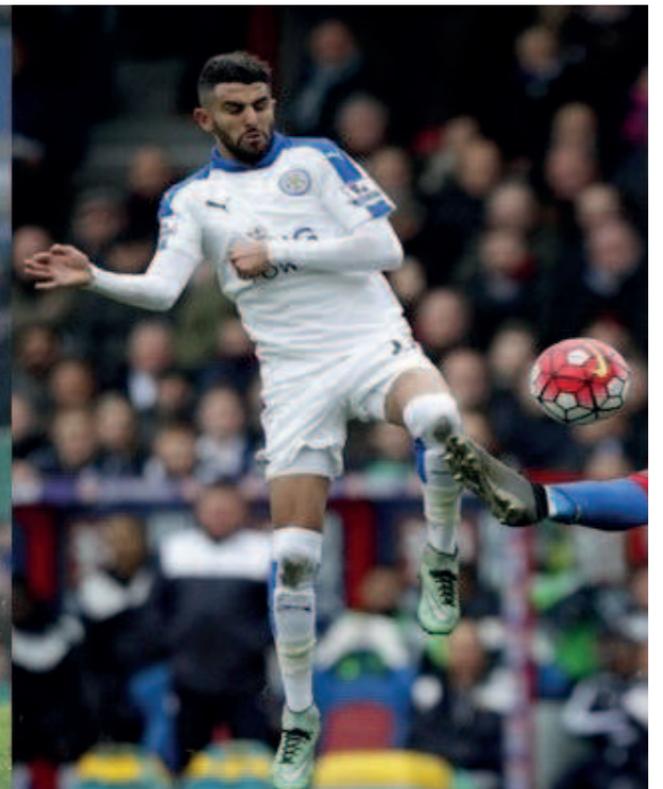
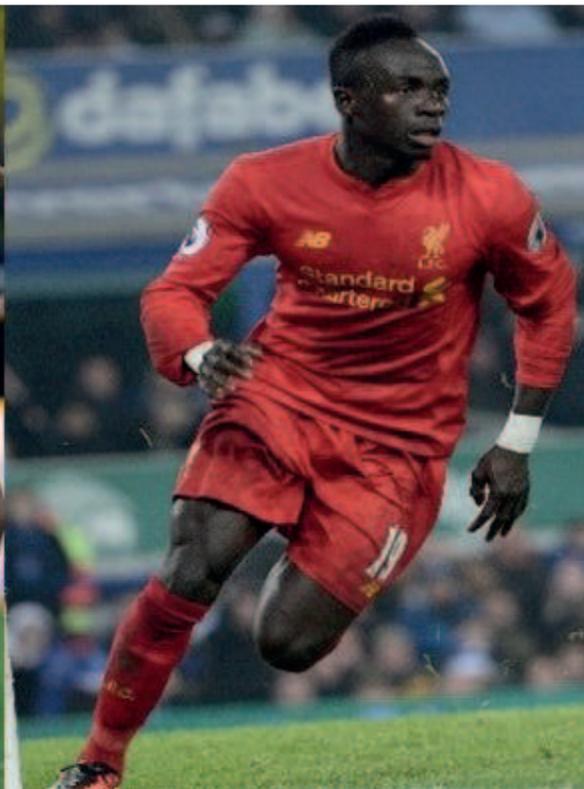
Maroc, 1^{re} division, 14^e journée
Chabab Atlas Khénifra VS KAC Kenitra (Varel Rozan), samedi à 16h
FUS Rabat (Saira Issambet) VS WAC (Fabrice Ondama) samedi à 16h

Kawkab Marrakech VS

Khouribga (Kader Bidimbou), dimanche à 17h

Turquie, 1^{re} division, 16^e journée
Rizespor VS Osmanlispor (Dzon Delarge), dimanche à 11h30

Turquie, 2^e division, 16^e journée
Sanliurfaspor VS Manisaspor (Chris Bakaki), dimanche à 11h



JOUEUR AFRICAIN DE L'ANNÉE

Aubameyang, Mahrez et Mané finalistes

Par C.D.

Les trois hommes sont arrivés en tête des votes des sélectionneurs ou directeurs techniques des associations affiliées à la CAF et de groupes d'experts du football et des médias. L'Égyptien Mohamed Salah (AS Rome) et l'Algérien Islam Slimani (Leicester) resteront donc au pied du podium. Le trophée sera remis le 5 janvier à Abuja au Nigeria. Aubameyang, qui a mis fin la saison précédente à

quatre ans d'hégémonie de l'Ivoirien Yaya Touré, pourrait se succéder à lui-même. Le joueur du Borussia Dortmund, âgé de 27 ans, a été sacré meilleur joueur de Bundesliga cet été. Mais la concurrence sera rude avec Riyad Mahrez. L'ailier algérien de 25 ans a réalisé une excellente saison l'an dernier avec Leicester, club promis à lutter pour son maintien en Premier League qui a finalement été sacré champion d'Angleterre. Fort de ses 17 buts

et 11 passes décisives, l'Algérien a été sacré meilleur joueur de Premier League, ce qu'aucun Africain n'avait réussi avant lui, et a été un artisan incontournable du sacre de Leicester. Le dernier finaliste Sadio Mané a, a priori, moins de chance. Agé de 24 ans, il s'est fait remarquer sous la direction de Jürgen Klopp à Liverpool qu'il a rejoint cet été en provenance de Southampton.

Plaisirs de la table

Bien qu'étonnant, la liqueur de sapin existe belle et bien. C'est une boisson alcoolisée préparée à base de bourgeons de sapins. 100% made in France, elle est produite dans le département du Doubs. Découvrons-la ensemble.

Décidément l'arbre de Noël le plus connu au monde, le sapin, n'est pas seulement utilisé pour orner les maisons et où l'on place à ses pieds les nombreux cadeaux que tous les enfants de la planète attendent avec impatience en cette période de l'année. À partir du beau sapin, l'on découvre que des parfums, des médicaments et même des boissons originales sont fabriqués !

Toutefois, la production de liqueur de sapin est toute récente, depuis 1902 seulement ! Un distillateur de renom habitant de Pontarlier est à l'origine de cette entreprise. Il s'était inspiré de l'idée de préparer une boisson alcoolisée à base de sapin parce que en cette même période, une autre boisson vit le jour toujours dans la région du Doubs, l'ab-

sinthe. Elle deviendra, à son tour, le spiritueux le plus consommé en France bien avant la liqueur de sapin. C'est donc tout naturellement que, dans cette région, l'on se tourne après vers d'autres types d'alcools.

Les distillateurs, devenus nombreux dans la fabrication de liqueur de sapin au fil des ans, se distinguent aussi dans la présentation de la liqueur tant convoitée. Ainsi la forme et la structure de la bouteille (conçue et bien travaillée pour imiter le bois) permettraient aux consommateurs de vite reconnaître le produit convoité.

De manière générale, elle se savoure de préférence fraîche et elle est suggérée en apéritif ou en fin de repas. Tout près en France, en Suisse cette fois, une boisson identique est réalisée. Il s'agit de la givrée ! Curieuse appellation mais tout autant sa consumma-

A LA DÉCOUVERTE DE LA LIQUEUR DE SAPIN



tion est particulière, cette liqueur voisine du sapin se boit gelée !

Les sapins

Moins répandues, les diffé-

rentes espèces de sapin existent à travers la planète. Ainsi, l'on retrouve le sapin magnifique, l'abies magnifica de son nom

latin, il y a également le sapin grandissime ou celui gracieux. Une autre espèce peut aussi attirer notre attention, c'est le sapin baumier plus utilisé comme herbe médicinale. Ceci n'est pas étonnant. Tout comme son nom l'indique, il fait référence à sa puissante odeur. Les scientifiques précisent que c'est surtout sa gomme-résine qui a connu son heure de gloire avec la désignation de baume du Canada. Pour revenir en France, une expression indique bien l'usage de ce que l'on peut aussi faire du beau sapin de Noël. Il s'agit de « sentir le sapin », ce qui signifie que l'on a plus longtemps à vivre. De même avoir une toux « qui sent le sapin » nous renvoie à des présages très sombres. L'arbre de Noël qui est présent certainement dans toutes les maisons du monde en cette période particulière est, en effet, souvent employé dans la fabrication des cercueils.

À bientôt pour d'autres découvertes sur ce que nous mangeons et joyeux Noël !

Samuelle Alba

Recette du Sénégal

INGRÉDIENTS POUR UN LITRE DE JUS :

- 60 g de gingembre
- 1 citron vert
- 100 g de sucre
- 1 L d'eau
- 2 gouttes d'extrait de vanille
- Feuilles de menthe

PRÉPARATION DE LA RECETTE

Épluchez le gingembre et pressez le citron. Mixez le gingembre avec le jus de citron. Dans une casserole, faites caraméliser le sucre à feu doux sans le faire brûler. Il doit avoir une couleur ambre doré. Ajoutez l'eau en filet et vous obtiendrez votre mélange gingembre-citron, l'extrait de vanille et la menthe. Laissez macérer au frais pendant 24 h. Passez le jus au chinois et mettez-le en bouteille. C'est prêt !

ASTUCE

Également appelé njinger, gnamakoudji, tangawis ou encore djinga, le jus de gingembre est très populaire sur le continent africain et principalement en Afrique de l'ouest.

Bonne dégustation !

S.A

JUS DE GINGEMBRE AU CITRON



COULEURS DE CHEZ NOUS

Avez-vous déjà assisté à un enterrement ? Assurément, vous êtes parmi les témoins du dernier spectacle que nous offrent nos défunts à l'heure de l'enterrement. Enfant, adulte, femme ou homme, les morts de chez nous ont mille façons d'« agrémenter » leurs ultimes moments sur terre.

Par Van Francis Ntaloubi

Caprices de mort ou manipulations

Une parade diversement interprétée et souvent en lien avec les conditions du décès. Pour les uns, il s'agit d'une opposition à aller au cimetière choisi ; pour les autres, il s'agit d'une revue de ceux qui lui étaient proches. Certains qualifient le phénomène de visite aux comploteurs, bref le fait n'est pas moins à la source des polémiques sur la tradition.

Laissons de côté les théories relatives à la mort : scientifiques, philosophiques, religieuses ou sociologiques. Constatons : dans nos villages, ailleurs aussi, le cercueil est porté par des hommes. Ils peuvent être quatre ou six. Et placés de part et d'autre du cercueil qu'ils supportent chacun sur l'épaule. En fonction de la distance à parcourir, ces « porteurs de cercueil » se relayent entre eux ou sont remplacés par d'autres parmi la foule des assistants.

Sauf que le spectacle commence dès que le

cercueil est posé sur leurs épaules. Brusque reculade, démarrage en trombe ou valse, tels sont les premiers actes. Suit : ce combat avec les porteurs en termes de direction à prendre. Si le cimetière est situé au nord, la dépouille prend la direction Sud en zigzaguant entre habitations. Retenez qu'au village nombre d'habitations n'ont pas de murs de clôture et que l'on peut débouler d'une parcelle à une autre ou d'une rue à une autre dans une espèce d'exercice d'acrobatie aussi comique que tragique.

Le cercueil s'arrête ici et là obligeant la famille à l'amadouer ou à lui éviter les problèmes ou à désigner son « assassin ». Même quand la personne a passé huit mois à l'hôpital, est morte par accident ou s'est suicidée (ce qui est rare chez les Congolais). « Untel ! On savait que ta mort était provoquée. Montre-nous cette personne ! » ; « Untel ! Va et évite-nous les querelles. Ici où tu nous a conduits vit un innocent qui n'a rien à voir avec ta mort.

Va rejoindre les tiens à notre cimetière. » Ce sont-là, entre autres, les phrases courantes et récurrentes en ces circonstances pourtant douloureuses. Il n'est pas surprenant de voir le cercueil se poser au sol.

Ce spectacle (le mot est peut-être de trop !), qui peut durer des heures, n'est pas sans laisser dubitatifs et incrédules certains observateurs. Leurs arguments : ce sont ces porteurs qui font le jeu, car dans les grandes villes, ce phénomène n'est pas évident et pour plusieurs raisons. Des arguments que balaient les défenseurs de la tradition et de la théorie des « morts ne sont pas morts. » Et que dire des Batékés, chez lesquels les rites de la mort peuvent nourrir plusieurs de nos couleurs ? Surtout s'abstenir d'aller dans le sens du doute cartésien dans une société où majoritairement l'irrationnel l'emporte sur le rationnel, car les sceptiques s'exposent souvent à la vindicte populaire (lynchage et autres sévices corporels).

Horoscope du 24 au 30 décembre 2016



Bélier
(21 mars-20 avril)

Tout vient à point à qui sait attendre. Aux Béliers qui ont fait preuve de patience, l'heure de la récompense pourrait bien avoir sonné : des propositions intéressantes vous seront adressées. Montrez-vous disponible et ouvert car le vent tourne.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vous vous montrez nerveux et angoissé, faites des exercices de respiration pour éviter de vous laisser envahir par le stress. Amour : les célibataires ont le vent en poupe, quelqu'un de votre entourage n'est pas insensible à vos charmes... ouvrez les yeux !



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Le Soleil entre dans votre signe, vous jouissez de moments familiaux et sentimentaux des plus sincères, dans un environnement sain et aimant. La chance est au rendez-vous et les occasions sont multiples. Soyez audacieux !



Taureau
(21 avril-21 mai)

Vous serez détendu et apaisé, c'est le moment pour régler des litiges délicats. Vous vous sentez confiant et jouirez d'un charisme tout particulier, faites preuve d'audace et vous pourrez envisager toute forme de prise de risque. Une activité physique plus régulière s'impose.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous serez particulièrement enclin à vous relever vite. Cette semaine, osez prendre des risques c'est le seul moyen pour avancer comme vous le souhaitez. Petite forme pour les Vierges du 2e décan, hydratez-vous et mangez équilibré, d'autant plus si vous n'avez pas le temps de pratiquer une activité physique.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Où sont passées votre assurance et votre confiance en vous ? Le moindre obstacle vous déstabilisera et vous vous sentirez parfois spectateur de ce qu'il vous arrive. Ce n'est pas que vous êtes moins bon qu'un autre, mais il vous faut de la reconnaissance pour avancer. Laissez-le savoir.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

L'entente est au beau fixe avec votre famille et la complicité au rendez-vous. Des projets ou un voyage seront mis en route en milieu de semaine. Tâchez de soigner votre apparence physique, vous pourriez être amené à faire des rencontres déterminantes.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous entrez dans une période stimulante, particulièrement dans votre vie professionnelle. C'est le moment pour vous faire remarquer et faire preuve d'audace. De belles propositions pourraient vous être adressées, faites d'ores et déjà de l'ordre dans votre vie.



Poisson
(19 février-20 mars)

Vous passez beaucoup de temps à vous soucier des autres. Les autres en font-ils autant pour vous ? Réfléchissez et concentrez-vous sur les problématiques qui en valent la peine ou vous vous sentirez usé. Profitez de l'instant pour le vivre à 100 %.



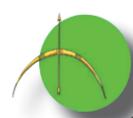
Cancer
(22 juin-22 juillet)

Déterminé et visionnaire, vous vous sentez capable de déplacer des montagnes. C'est la semaine idéale pour démarrer un projet qui vous tient à cœur, qu'il soit professionnel ou sentimental. La chance vous sourit, soyez audacieux et conceptualisez vos idées.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Il vous faudrait parfois fixer quelques exigences dans votre quotidien pour ne pas vous laisser aller à la facilité. Tâchez de vous donner des objectifs à hauteur de vos capacités et facultés intellectuelles. Amour : la chance vous sourit.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous avez parfois tendances à vous voiler la face, à rentrer la tête sous terre et justifier votre situation. Passez à l'action, même si vous devez vous mettre à l'épreuve et que cela aura une influence sur votre quotidien. L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt.



PHARMACIES DE GARDE DU DIMANCHE 25 DÉCEMBRE 2016 - BRAZZAVILLE -



MAKELEKELE

Centre sportif
Mazayu de Kinsoundi
La providence

BACONGO

Raph (arrêt CCF)
Saint-Michel
(gare routière)
Saint-Pierre

POTO-POTO

Divina
La Gare
Marché poto-poto
Renande et Maat
Clairon (camp clairon)

MOUNGALI

Avenue de la paix
Espérance (marché moukondo)
GIM
Pont du centenaire
ÎLE de santé

OUENZE

Croix sainte
Mampassi
Soberne
Ghalis

TALANGAI

Denise
Golees (pont mikalou)
Ciracide (face hôpital Talangai)

MFILOU

Galien
Hebron
Relys
Antony