

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

Congo - République démocratique du Congo - Angola - Burundi - Cameroun - Centrafrique - Gabon - Guinée équatoriale - Ouganda - Rwanda - Tchad - Sao Tomé-et-Principe

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

N° 100 - VENDREDI 11 AU JEUDI 17 DECEMBRE 2020

PRIX DÉCOUVERTES RFI 2020

Trente-six ans après, le Congo reprend le titre

Il aura fallu au Congo attendre plus de trente ans avant de voir un de ses artistes musiciens être couronné Prix Découvertes RFI. Dévoilé le 10 décembre, le lauréat de la 39^e édition de ce concours de musiques urbaines, Young Ace Wayé bénéficiera, à cet effet, de 10 000 euros, d'une tournée en Afrique et d'un concert à Paris.

PAGE 8



PORTRAIT

Cynthia Goma Nkoua désignée « ChangeMaker »



Récipiendaire de la bourse Mandela Washington Fellowship de l'initiative pour les jeunes leaders africains (YALI) du gouvernement américain en 2015, Cynthia Goma Nkoua a été désignée, par l'ambassade des Etats-Unis au Congo, profile #ChangeMaker (créateur de changement dans le monde) pour ses œuvres au front de la lutte contre la covid-19 et le VIH-sida en République du Congo.

PAGE 3

CINÉMA

« Numéro 10 » de Florence Bamba au festival Dakar court



Le court métrage de la jeune cinéaste congolaise fait partie des douze films en compétition officielle de la 3^e édition du Festival international Dakar court qui se tient jusqu'au 12 décembre 2020 dans la capitale sénégalaise. Le film raconte l'histoire d'Awa, étudiante en droit qui pratique le football dans son quartier avant de s'orienter vers une formation en sport.

PAGE 4

MUSCULATION

Un Congolais sur le podium de « Bodybuilding 2020 »

Dans la catégorie men's physique, le culturiste Merveylles Mylongo, étudiant en Russie, a surclassé trois de ses adversaires pour occuper la deuxième place de la compétition, le 29 novembre, à Koursk en Russie lors de la finale. Dans un commentaire publié le 3 décembre sur son compte Facebook, le champion a fait un clin d'oeil à son pays : « Malgré tout, on continue à faire honneur au 242 ».

PAGE 13



CYBERSÉCURITÉ

5G et cyberattaques, les entreprises s'inquiètent

PAGE 8

ÉDITORIAL

Week-end 100

PAGE 2

Éditorial

Week-end 100

Ce 11 décembre, le journal du Bassin du Congo, pour ne pas dire la version people des Dépêches de Brazzaville et du Courier de Kinshasa franchit une étape supplémentaire de son existence. Ce jour symbolise, en effet, l'impression et la diffusion du centième numéro de cet hebdomadaire lancé au mois de février 2013 jour pour jour.

Nous voulions, à travers cet instrument de dialogue avec nos lecteurs, nos annonceurs et nos abonnés à qui nous rendons hommage pour leur grande reconnaissance et leur fidélité à nos produits, créer une passerelle entre l'actualité la plus bruyante, peut-être la plus brûlante, et celle qui a le temps d'être digérée plus sereinement.

La première, soumise aux contraintes de l'instantanéité fait l'objet d'un traitement quotidien, la seconde résume la manière avec laquelle, en certaines circonstances, après avoir consommé ce qui est immédiat, on prolonge la relation avec l'information par le côté où elle distrait le plus. Par le côté où elle accompagne les attaches individuelles de chacun.

Le journal du Bassin du Congo que nous appelons aussi le journal du sixième jour, parce qu'il est notre/votre édition du week-end, est absolument dédié à la promotion de l'entrepreneuriat individuel. C'est aussi le journal de la culture, des petits métiers et de l'informel destiné à couvrir la vaste et prometteuse région du Bassin du Congo.

Ce centième numéro que vous avez sous la main renseigne que le chemin parcouru est édifiant, et que notre ambition d'aller de l'avant reste intacte. Souhaitons tous bon vent à la séquence suivante que devra inaugurer notre 101ème numéro à paraître le week-end prochain.

Les Dépêches de Brazzaville

LE CHIFFRE

182

C'est le montant en milliards FCFA de l'allègement de la dette accordé par le Club de Paris au Congo, relative à l'initiative de suspension du service de la dette (ISSD).

PROVERBE AFRICAIN

« Le vieux se chauffe avec le bois récolté dans sa jeunesse »

LE MOT UCHRONIE

□ *Du grec « chronos », « temps ». Le mot fut utilisé pour la 1ère fois par Charles Renouvrier, auteur du livre « Uchronie. Utopie dans l'histoire ». Ce mot désigne la reconstruction fictive de l'histoire, relatant les faits tels qu'ils auraient pu se reproduire.*

IDENTITÉ FRANCIS

Le prénom Francis vient du prénom latin « Franciscus » qui signifie « homme libre ». Sous leurs airs timides et peu communicatifs, les Francis sont des êtres intelligent et très observateurs. Sensible et romantique, ils savent se montrer attentionnés envers leurs proches et aimants envers leurs dulcinées.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Le colonialisme a imposé un système économique qui a asservi nos sœurs. C'est à nous, les hommes, qu'il revient dans l'étape actuelle de libérer économiquement nos couches fondamentales en général, et nos femmes en particulier ».

- Henri Lopes -



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 Ingamout

Secrétaire général des rédactions :

Gerry Gérard Mangondo
Secrétaire des rédactions : Clotilde Ibara
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembédi, François Ansi

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédacteur en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués : Roger Ngombé, Christian Brice Elion
Grand-reporter : Nestor N'Gampoula,
Service Société : Rominique Nerplat Makaya (chef de service) Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko
Service Politique : Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Jean Jacques Koumbemba, Firmin Oyé
Service Économie : Fiacre Kombo (chef de

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :
Rédacteur en chef délégué : Quentin Loubou Durlly Emilia Gankama (Cheffe de service)

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 : 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 ItagaliCoor-donnateur : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa,
Société : Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi
Culture : Nioni Masela
Sports : Martin Enyimo
Comptabilité et administration : Lukombo Caisse : Blandine Kapinga

Distribution et vente : Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port - Immeuble Forescom commune de Kinshasa Gombé/Kinshasa - RDC - /Tél. (+243) 015 166 200

MAQUETTE

Eudes Banzouzi (Chef de service)

PAO

Cyriaque Brice Zoba (Chef de service)
Mesmin Boussa, Stanislas Okassou, Jeff Tamaff, Toussaint Edgard Ibara.

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
Adjoint à la directrice : Abira Kiobi
Suivi des fournisseurs :
Comptabilisation des ventes, suivi des annonces : Wilson Gakosso
Personnel et paie :
Stocks : Arcade Bikondi
Caisse principale : Sorrelle Oba

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordinatrice, Relations publiques : Mildred Moukenga
Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré

Administration des ventes: Marina Zodialho, Sylvie Addhas

Commercial Brazzaville : Erhiade Gankama
Commercial Pointe-Noire : Méline Eta Anto
Chef de service diffusion de Brazzaville :
Guylin Ngossima
Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,
Irin Maouakani, Christian Nzoulani
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubélé Ngono /Tél. : (+242) 06 895 06 64

TRAVAUX ET PROJETS

Directeur : Gérard Ebami Sala

INTENDANCE

Coordonnateur général: Rachyd Badila
Coordonnateur adjoint chargé du suivi des services généraux: Jules César Olebi
Chef de section Electricité et froid: Siméon Ntsayouolo
Chef de section Transport: Jean Bruno Ndokagna

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
Gestion des stocks : Elvy Bombete
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville -

République du Congo
Tél. : (+242) 05 629 1317
eMail : imp-bc@adiac-congo.com

INFORMATIQUE

Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Darel Ongara, Myck Mienet Mehdi, Mbenguet Okandzé

LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

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

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi.
Astrid Balimba, Magloire Nzongi B.

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.: 06 700 09 00
Email : regie@lesdepêchesdebrazzaville.fr
Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Profile #ChangeMaker décembre 2020

Cynthia Goma Nkoua, une héroïne dans l'ombre

Récipiendaire de la bourse Mandela Washington Fellowship (MWF) de l'initiative pour les jeunes leaders africains (YALI) du gouvernement américain en 2015, Cynthia Goma Nkoua a été désignée, par l'ambassade des Etats-Unis au Congo, profile #ChangeMaker de décembre pour ses œuvres au front de la lutte contre la covid-19 et le VIH/Sida en République du Congo.

Cynthia Goma Nkoua est docteur en biologie. Son parcours assez diversifié et atypique lui vaut aujourd'hui la reconnaissance de change maker, signifiant créateur de changement dans le monde. Depuis plusieurs années, Cynthia Goma Nkoua a toujours su combiner ses connaissances et ressources à une bonne dose de détermination, afin de pousser ceux qui sont autour d'elle à la réalisation de leur rêve. Cette distinction est donc une manière d'encourager ses efforts fournis et les changements apportés dans le domaine qui est le sien, à savoir les sciences. Honorée, en tant qu'ancienne boursière du MWF, d'avoir été désignée profile change maker pour ce

mois de décembre, Cynthia Goma Nkoua espère, durant toute cette période, pouvoir inspirer d'autres jeunes et montrer que c'est possible de faire bouger les lignes, qu'importe le domaine dans lequel on évolue.

En 2015, elle a participé, pendant trois mois, au MWF à Florida International University et comme stagiaire au département de santé de la ville de Cincinnati Ohio, aux Etats-Unis. Cette expérience lui permis d'acquérir les compétences en gestion des institutions publiques et l'expertise d'analyse biologique qui ont contribué à son développement professionnel aux différentes fonctions qu'elle a pu assumer jusqu'à ce jour. Trois ans plus



tard, elle soutient sa thèse de doctorat, portant sur « *L'étude ethnobotanique et effets des extraits de Rauwolfia vomitoria Afzelius sur Plasmodium falciparum* » avec mention très honorable et félicitations du jury.

Nommée responsable du service d'épidémiologie moléculaire au Laboratoire national de santé publique (LNSP) en 2018, sa fonction consiste à piloter, entre autres, les activités liées à la quantification de la charge virale du VIH, à la numé-

ration des lymphocytes TCD4 des personnes vivant avec le VIH/Sida et à la détection des maladies infectieuses émergentes et ré-émergentes, telles que : Chikungunya, Dengue, Fièvre Jaune, Fièvre de la Vallée du Rift, maladie à virus Ebola.

Depuis son arrivée au LNSP il y a quelques années, sa passion pour les maladies infectieuses s'est approfondie suite à des collaborations avec diverses institutions aussi bien nationales qu'internationales. 2020 a été une année remarquable

pour cette passionnée de la biologie. En effet, elle a eu la charge de la supervision des activités liées à la recherche des cas suspects et du diagnostic de la covid-19 au LNSP. Elle a également supervisé l'initiation à la biosécurité ainsi qu'aux techniques de prélèvements, conservation, transport et analyse des échantillons de plusieurs structures du ministère en charge de la Santé et des structures partenaires telles que la FCRM.

Notons qu'en dehors du LNSP, le Dr. Cynthia Goma Nkoua a collaboré professionnellement avec d'autres institutions notamment à la représentation-Pays de l'OMS où elle a servi en qualité de consultante ; au département de biologie et de physiologie animales de la Faculté des sciences et techniques de l'Université Marien-Ngouabi où elle assure des travaux pratiques.

Merveille Jessica Atipo

Art visuel

Fanta Diarra, la photographe du bien-être universel

La jeune malienne est inspirée par les faits quotidiens liés à son environnement et au continent africain.

Artiste engagée sans frontière, Fanta Diarra milite pour un monde meilleur à travers ses toiles, en termes d'humanisme et de préservation de l'environnement. A la tête de « Diam art », une structure centrée sur la photographie et la mode, la photographe préside aussi l'association femmes fortes et arts du Mali qui réunit des femmes artistes peintres, photographes, danseuses et musiciennes. Cette artiste dont la qualité des œuvres laisse transparaître un savoir-faire original appréhende le monde à travers une vision qui caractérise le bien-être et l'intérêt commun. Dans sa démarche artistique, elle place l'homme et l'environnement au centre de

son art.

Par ailleurs, en août dernier avec son exposition « Garde-les », l'artiste se lança dans une quête d'équilibre mental. Une démarche psychanalytique qui invite à se souvenir des êtres chers. « *Ces images parlent de chacun de nous, car on a tous perdu un être qui nous est cher dans la vie. Donc l'existence de leur objet maintient le souvenir* », a-t-elle expliqué.

Ses œuvres réalisées s'inscrivent dans une démarche partant du mal ou ce qui fait mal pour exprimer le beau, la joie, afin d'amener la population africaine à prendre conscience.

Avec sa série de quinze



œuvres photographiques au format 30/45 de portraits de jeunes filles, intitulée « L'Afrique en mode yougou-yougou ou l'Afrique en mode friperie », exposée en 2019, Fanta Diarra dénonçait le phénomène d'importation de la friperie qui met en désarroi la

production textile africaine. « *A travers les images, je voulais attirer l'attention du public sur ce phénomène de friperie qui envahit nos marchés, rues et places publiques au détriment du développement local* », a-t-elle décrié.

Originaire de la ville du

La photographe Fanta Diarra

Ségou au Mali, Fanta Diarra n'est pas à son premier coup d'essai. Elle a déjà participé à plusieurs expositions collectives et individuelles. Ses œuvres sont exposées au Mali, au Burkina Faso, au Maroc, en France, au Liban...

Cissé Dimi

Cinéma

Un court métrage congolais en compétition au festival Dakar court

« Numéro 10 » de la réalisatrice Franco-congolaise, Florence Bamba, fait partie des 12 courts métrages en compétition officielle pour la 3e édition du Festival international Dakar court.

Le court métrage raconte l'histoire de Awa, étudiante en droit qui pratique le football dans son quartier, une vraie passion au point de vouloir changer d'orientation et de suivre une formation en sport. Mais son père ne voit pas les choses ainsi. A partir de ce qu'elle connaît, Florence Bamba voulait raconter une histoire universelle qui parle à tous, et tous les parents, qu'elles que soient leurs origines, qui sont inquiets quand ils voient leurs enfants s'orienter vers des carrières qu'ils ne connaissent pas. « J'ai voulu montrer l'amour entre père et fille,

mais aussi l'amour entre père et la mère, pour sortir des échecs. Ce sont des choses qu'on ne voit pas assez dans le cinéma », a expliqué Florence Bamba. Par ailleurs, si Florence Bamba a choisi de placer son histoire dans l'univers du football, c'est en partant de ses souvenirs d'enfance qui la lient à son propre père, avec qui elle regardait les matchs disputés. Née en 1996, elle a interprété en 2018 le rôle de jeune fille musulmane dans la série « skam » sur France 4, qui suit le quotidien des jeunes lycéens. Aussi, elle a été révélée en 2014 par le film



« bande de fille » de Céline Sciamma. Elle fait partie également du collectif de jeunes comédiens « I have a dream », qui permet aux jeunes marginalisés du fait de leurs origines ethniques et sociales de rêver de pouvoir faire du cinéma.

La 3ème édition de ce festival qui a débuté le 7 décembre se poursuivra jusqu'au 12 décembre 2020 et mettra en compétition

officielle 12 courts métrages issus de différents pays, à savoir le Sénégal, le Congo, la RD Congo, le Burkina Faso, le Mali, la France, le Brésil et l'île de la Réunion. Dakar court métrage est un festival de court métrage de créateurs africains conçu pour rassembler les acteurs de la scène cinématographique du Sénégal et de la sous-région. Il vise aussi,

au-delà de la valorisation de métiers du cinéma, à soutenir les collectifs et les acteurs œuvrant dans la formation et la structuration du paysage du court métrage au Sénégal et en Afrique. De même à faire naître une véritable politique du format en défendant la création, sa production, sa diffusion dans les chaînes de télévision, les salles de cinéma et les nouveaux médias. Depuis sa création en 2018, ce festival s'est inscrit une perspective d'offrir à des jeunes apprenants réalisateurs sénégalais et africains une opportunité de formation et de rencontre professionnelles dans le cadre du programme « Talents en court ».

Cissé Dimi

Littérature

Ayobami Adebayo, lauréate du prix littéraire les Afriques 2020

La 5^e édition du prix littéraire « Les Afriques » vient de récompenser l'écrivaine Nigérienne, Ayobami Adebayo, pour son roman « Reste avec moi », publié en France par les éditions Charleston. La récompense de La Cene littéraire salue une fiction qui « doit mettre en exergue une cause humaine, sociétale, idéologique, politique, culturelle, économique ou même historique du moment en rapport avec l'Afrique ou sa diaspora ».

L'œuvre récompensée cette année évoque principalement les thèmes suivants : le mariage, la famille, les mentalités et traditions patriarcales, la stérilité, le deuil ainsi que la solitude. Elle nous plonge dans l'univers intime des deux personnages principaux, Akin et Yedidje. Le récit se déroulant dans les années quatre-vingt au Nigéria, une double violence politique et sociale va mettre l'amour dans ce couple à rude épreuve. Née à Lagos en 1988 et passionnée par les contes depuis sa plus tendre enfance, Ayobami Adebayo écrit des nouvelles depuis l'âge de neuf ans, s'inspirant des contes de tradition orale si chers à la culture nigérienne. Elle a suivi des études en littérature anglaise à l'Université Obafemi Awolowo d'Ile - Ife au Nigéria. À 19 ans, elle participe à un atelier d'écriture organisé par Chimamanda Ngozi Adichie à Lagos. Celui-ci va avoir un énorme impact sur sa volonté d'écrire des fictions. Reste avec moi est son premier roman.

Créé en 2015 par l'association de lecteurs « La Cene Littéraire », « Cercle des amis des écrivains Noirs Engagés », le Prix « Les Afriques » est décerné une fois par an à un écrivain africain ou afro descendant auteur d'une fiction. Le prix inclut une dotation de 5300 euro, une œuvre d'art d'une valeur de 3500 euro, l'achat de 100 exemplaires du livre primé



L'écrivaine nigérienne Ayobami Adebayo

ou l'acquisition des droits du livre primé pour la zone géographique d'Afrique subsaharienne francophone. Le jury 2020, présidé par le professeur Ambroise Kom, réunissait Boubacar Boris Diop (romancier, professeur de littérature), Koulsy Lamko (romancier, professeur de littérature), Bourahima Ouattara (écrivain et professeur de littérature), Sada Kane (journaliste, critique littéraire, promoteur littéraire) et Hortense Sime (médecin, passionnée de littérature).

Ayobami Adebayo succède à Elnathan John, lauréat du « Prix Les Afriques 2019 », pour le livre, « Né un mardi » (traduit par Céline Schwaller, Métaillé).

Boris Khari Ebaka

www.lesdepechesdebrazzaville.fr

Musique

Avégozard dévoile « A linguinga » le 18 décembre

Chanteur, instrumentiste et professeur en musique, Gildas Avégozard Onina est sans doute l'un des artistes les plus originaux du Congo-Brazzaville. Naviguant sur plusieurs styles, il s'apprête à doter le marché du disque congolais d'un opus intitulé « A linguinga ».

Le single délivre un message centré sur l'amour incalculable de Dieu et ses bienfaits. « A linguinga » qui veut dire « Il m'aime » en français est une déduction liée au vécu de l'artiste. Il souhaite manifester sa reconnaissance face à l'amour inconditionnel et constant de Dieu envers les humains. « Quand je pense que le père a aimé le monde, il nous a donné son fils unique, quand je pense par amour christ est mort pour moi. Tous ces bienfaits montent dans mon cœur et me pousse à dire tout haut : à linguinga », déclare le chanteur.

« L'amour est plus fort que la mort, l'amour est plus fort que la haine. Il triomphe du jugement. Tout ce que fait Dieu, il le fait par amour car c'est lui le vrai amour. L'amour guérit, l'amour console et couvre une multitude de fautes, l'amour transforme », a-t-il poursuivi.

Sur l'artiste nous pouvons dire que la musique est un héritage familial. C'est dans le cadre culturel et familial qu'il baigne pour la première fois dans l'océan de la musique. Tout petit, en 1989, son père qui fut musicien-chanteur, auteur, compositeur et percussionniste, l'initie à la discipline.

À l'âge de 13 ans, il commence à jouer aux tambours et percussions, avant de conduire les chants dans une assemblée chrétienne de Dolisie. A cette époque déjà, le jeune homme avait appris par le biais de sa curiosité, que pour être un artiste complet, il ne suffisait pas seulement de chanter ou de jouer un instrument, mais aussi de pouvoir écrire des textes et lire des partitions musicales. C'est ainsi

qu'il commence à écrire des chants en 2002, avant de prendre son envol en 2005 et d'intégrer plus tard l'école nationale des beaux-arts de Brazzaville.

Il commence sa carrière professionnelle près de son frère aîné Roland Onina qui évolue actuellement en Europe. Ils réalisent leur pre-



mier album en 2002 intitulé « La foi ». Six ans plus tard, l'artiste revient sur scène avec un autre album sous label « L'appel au Seigneur ». En 2016, il met sur le marché du disque le maxi single « Divine Bonté », un opus riche en sonorités (slow, saccadé, funk, zouk, mutwashi, et plus spécialement le jazz).

En outre, plusieurs collaborations parsèment le parcours musical de l'artiste. Sa polyvalence lui a permis de collaborer avec d'autres artistes sur des projets d'albums et de productions scéniques. On compte parmi ces derniers, Pitchou Makaya, Delys Ntemo, Blaise Maka et Manassé Tuluka de la RD Congo, Ray Bomiano et bien d'autres.

Durly Emilia Gankama

Musique tradi-moderne

L'artiste Padolino plaide pour plus de visibilité

Après plusieurs années d'absence sur scène, Padolino et son groupe Kingoli authentique V estiment qu'il est temps de porter haut l'étendard de la musique tradi-moderne congolaise.

Il s'agit de mettre en valeur les musiques traditionnelles du pays, afin de construire une identité nationale et d'exploiter au mieux les rythmes et sonorités plus authentiques. « Nous appelons de tous nos vœux les producteurs, mécènes culturels et personnes de bonne volonté de nous venir en aide afin que nous puissions exporter notre musique, tourner des clips et organiser des spectacles dès que la crise sanitaire liée à la pandémie de coronavirus sera terminée », lance l'artiste Padolino.

Le souci de ce groupe est de trouver des mécènes chevronnés qui pourront les aider à promouvoir leur musique, afin de la faire connaître au Congo et à l'extérieur du pays.

Kingoli authentique V compte plusieurs albums sur le marché du disque. Le dernier en date est intitulé « Mbroutembe » en téké soit « force de frappe » en français. Disponible depuis août 2020, l'album est constitué de huit titres traitant de scènes de vie courante de la société congolaise.

Parmi les huit chansons de cet opus, on note « Noir et blanc », « Niama tola », « hommage à Auxence I », « Autonome », « Amour fou », « Okoundzambé abala », etc. L'amour, la reconnaissance et l'ingratitude sont les thématiques abordées dans cet opus. « Nous avons proposé aux mélomanes une musique de qualité avec des sonorités qui résonnent. Cet album que nous avons mis sur le marché est la résultante d'un travail de dur labeur », a-t-il indiqué.



Pochette du dernier album du groupe

« Mbroutembe » a connu la participation de plusieurs chanteurs du courant tradi-

di-moderne à l'instar de Guylain Olangue, Kabila Ekondza, 42 Le mego, Dany Bopassa, Zabalé Ramsès et Elverone Ndinga.

Bien avant cet opus, Kingoli authentique V avait lancé en 2011 l'album « Iko porô tsengue porô ».

Stanislas Okassou

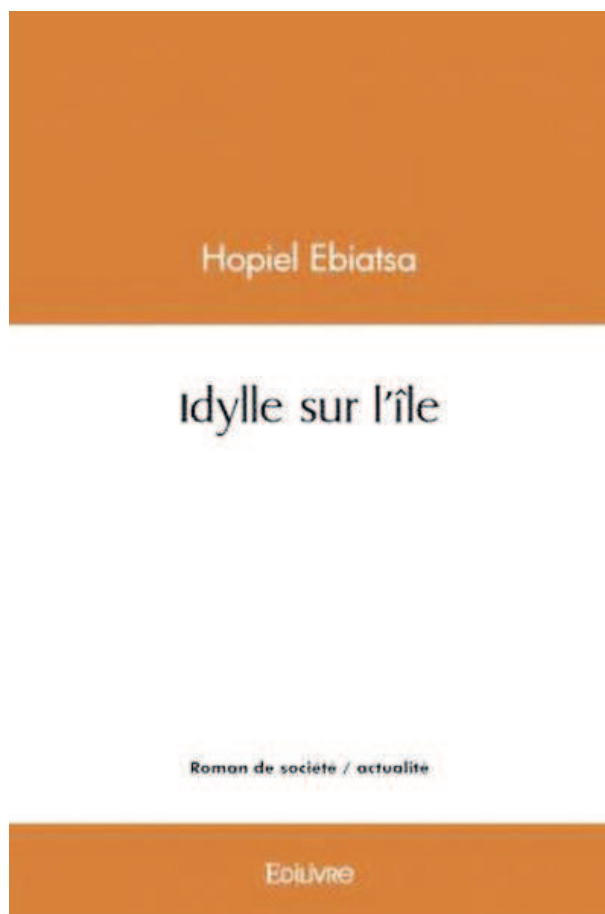
Vient de paraître

« Idylle sur l'île » de Hopiel Ebiatsa

Pour sa rentrée littéraire 2020, Hopiel Ebiatsa vient de publier, aux Éditions Edilivre, *Idylle sur l'île*, un roman inspiré d'une rencontre au cours d'un voyage.

Tout part du récit d'une jeune fille au visage ravagé par la douleur qu'un jeune homme rencontre sur le pont du bateau à bord duquel il embarque pour le nord du pays. Bouleversé par l'histoire, le jeune homme va se détourner de sa mission pour lui tenir compagnie sur l'île où elle est née et vit encore.

Ce qui, au départ, devait être une courte parenthèse va durer de longs mois, de très longs et difficiles mois au cours desquels il va l'aider à mener l'âpre combat que sa famille, des gens de peu dit-il, livre contre des apparatchiks pour préserver Faya, la terre ancestrale, cette terre-don qui n'est pas la terre-objet sur laquelle le travail, jadis rite sacré, est devenu depuis un acte écocide.



Hopiel Ebiatsa est né à Ingouana-Ossa, en pays de Djambala au Congo-Brazzaville. Docteur d'État et certifié d'histoire-géographie, il est l'auteur de nombreux articles parus dans plusieurs revues scientifiques et ouvrages collectifs.

Marie Alfred Ngoma

Périodique

« Le parlementaire » vient de meubler la fresque médiatique congolaise

Le Parlement congolais vient de mettre, sur le marché des périodiques, un magazine dénommé « Le parlementaire ».

La présentation officielle du magazine « Le parlementaire » a eu lieu le 10 décembre au Palais du parlement de Brazzaville en présence des ministres de la Communication et de la Promotion de la femme, Thierry Lezin Mougalla et Jacqueline Lydia Mikolo, du président du Conseil supérieur de la liberté de communication (CSLC), Philippe Mvouo, ainsi que des responsables des deux chambres du parlement.

A en croire la directrice de publication, Vanessa Obambi, son magazine, créé il y a deux ans, est un trimestriel dont l'ambition, a-t-elle indiqué, est de se transformer en un mensuel. Edité par Migly communication, « Le parlementaire » se veut être un trait d'union entre les élus du peuple et leurs mandants, et a bâti sa politique éditoriale sur la thématique : « Pour une institution au service des peuples ». Ce magazine de 66 pages en quadrichromie s'appuie sur une communication iconographique pour créer une corrélation cohérente entre les écrits et les images. De nombreux parlementaires présents à la cérémonie et abordés par la presse ont témoigné que « Le parlementaire » est une véritable vitrine de leurs activités. La directrice de publication a édifié le public sur toute la philosophie de son journal qui se résume à faire comprendre au public le travail réalisé par les parlementaires consistant aussi bien au vote et à l'élaboration des lois qu'au contrôle de l'action gouvernementale.



mentaires consistant aussi bien au vote et à l'élaboration des lois qu'au contrôle de l'action gouvernementale.

La ministre de la Promotion de la femme a salué le courage et la détermination de la directrice de publication. Elle lui a promis du soutien multiforme avant d'exhorter les autres femmes à s'engager dans ce genre d'initiatives chacune dans le domaine qui est le sien.

De son côté, le ministre de la Communication et des Médias s'est dit comblé de la naissance de ce journal qui va meubler la fresque médiatique congolaise. Il a invité la direction du magazine à réfléchir sur la possibilité de créer une version numérique pour s'arrimer aux exigences du 21e siècle et étendre l'audimat du magazine.

Le président du CSLC s'est dit être comblé par la parution de ce magazine dont il est parmi les géniteurs du fait d'avoir examiné presque en premier, en tant qu'autorité administrative à être sollicitée dès la création d'un média, les textes fondateurs.

Roger Ngombé

Musique

Johnny bokelo et ses éternels classiques

Auteur compositeur, chanteur guitariste, Johnny bokelo s'est rendu célèbre à travers plusieurs titres tels que « Mwambe », « Tambola na mokili », « Navanda ndumba » ; qui ont marqué les années 1960. Ce grand chanteur congolais n'a pas hésité, comme le faisait franco, à puiser dans le vaste répertoire des musiques du terroir pour personnaliser ses compositions.

Dans l'histoire de la musique congolaise on a rarement attribué le titre de classique à des chansons d'un musicien. L'une des figures et personnage central de la musique congolaise, Johnny Bokelo, a réalisé des exploits inédits dans l'univers musical en enregistrant des chansons qui, depuis plusieurs générations, sont inscrites dans les manifestes po-

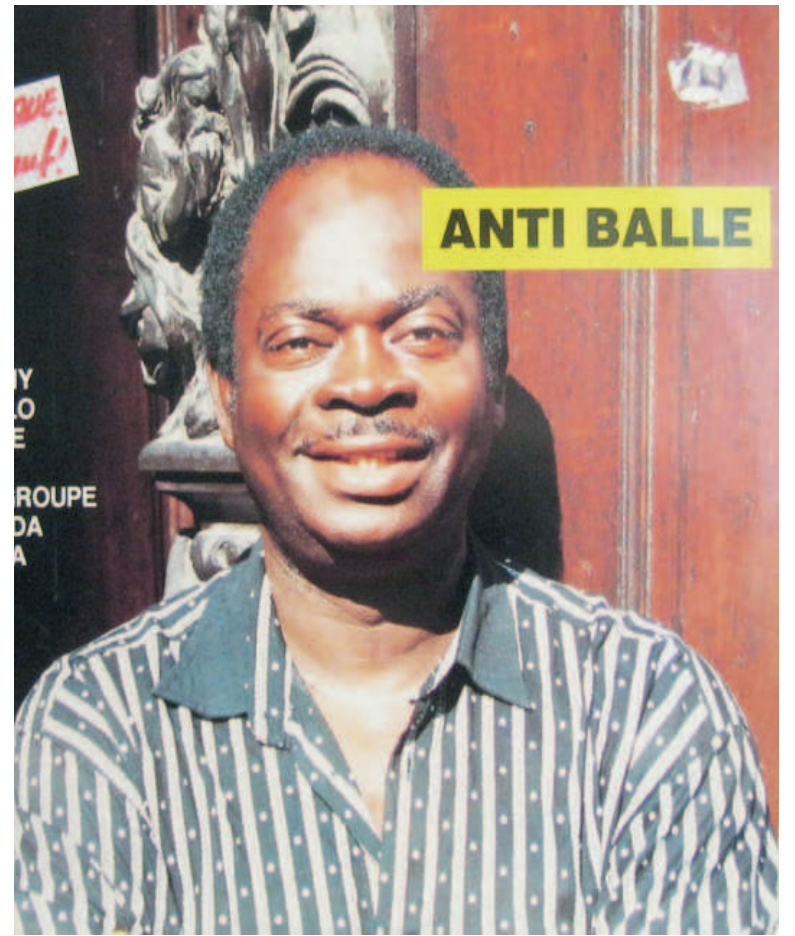
pulaires au Congo, en Afrique et partout d'ailleurs.

Johnny a fait ses débuts en musique en 1958 avec son frère Alberto Basaba, avant de s'installer à Léopoldville où il fonde en compagnie de ses frères l'orchestre « Conga jazz ».

Avec la fermeture des éditions « Esengo » dans les années 1960, le « Conga jazz » qui va céder sa place à « Conga

succès » va propulser la carrière musicale des frères Jean Bokelo, Jean José Lohata, et Johnny Bokole. Ce dernier était déjà accueilli aux éditions « Coningisa » avant d'enregistrer avec l'orchestre « Ok jazz ». Ses deux premières grandes chansons « Makanisi makondisi ngai » et « Elongi na yo ya bomwana » marquent les esprits.

Johnny Bokelo Isenge s'est imposé comme improvisateur et organisateur accompli en réalisant avec dévouement les grands titres tels que « Tambola na mokili » et « Mwambe ». Ses titres sont aujourd'hui



classés parmi les grands classiques de la musique congolaise. La ligne éditoriale de son orchestre « Conga 68 », créé en 1968, a été novatrice.

Cissé Dimi

Les immortelles chansons d'Afrique

« Constatation » de Djeinga-k

Espérant Kisangani, communément appelé Djeinga-k, est un auteur-compositeur fécond et chanteur de la rive gauche du fleuve Congo dont les chansons aux accents rumba se distinguent par leurs contenus moralisateurs. Il sort, en juin 1985, un maxi 45 tours, référencé NMI, dans lequel figure un morceau fracassant : « Constatation ».

Enregistré en Belgique au studio DES, ce disque est réalisé avec la participation de l'artiste Lita Bembo comme conseiller artistique. Ce maxi 45 tours sera autoproduit par Espérant sous le label « YE-MEI ». Pour la petite histoire, lorsque Djeinga-k eut fini avec le mixage de ce disque, il n'avait pas encore trouvé la dénomination de son label. C'est Lita Bembo qui lui suggéra le nom de « YE-MEI ». En effet, en Lingala, « YE-MEI » se traduit par « lui-même ». Ainsi, « YE-MEI Production » fait allusion à « lui-même à la production ».

« Constatation » est l'autopsie de la société zaïroise des années 80. L'observation faite par l'auteur reste toujours d'actualité. Dans cette mélodie, le chanteur s'intéresse à tous les aspects du monde où nous vivons. Il le contemple les yeux ouverts, et nous dit ce qu'il croit, ce qu'il voit et ce qu'il a vécu. « Passé ya moto ezali nostalgique, ezali histoire ekotikala, kasi l'avenir eyebana te. Liwa ya moto ezali surprise se lokola lisano bato babandi kolela. Réussite ya moto ezali surprise se lokola lisano bato babandi kokamua o mama. Pasi ya mokili eponi moto te, pasi ya mokili ezali ya moto



Pochette de l'album

nyonso. Na constaté lisusu boye, na moni lisusu boye, bato ya mokili maloba se koloba ozanga mbongo bato bakoseka, ozala na nzi-bu bato ba kokumisa ». « Le passé d'une personne est nostalgique, c'est une histoire qui reste, mais son avenir ne peut être connu. La mort de quelqu'un est une surprise, comme la blague, les gens se mettent à pleurer. La réus-

site d'une personne est une surprise, comme la blague, les gens commencent à s'étonner. La souffrance de ce monde ne choisit personne, la souffrance ici-bas appartient à tout le monde. J'ai encore constaté ceci, j'ai encore vu ceci, les gens de ce monde parlent n'importe comment. Quand tu n'as pas de sous ils se moquent de toi, quand tu as l'argent ils te louent ». Avec cette chanson, l'artiste fut au cœur d'un buzz retentissant dans la moitié de la décennie 80. Aujourd'hui encore, on écoute ce tube dans les veillées mortuaires. Il faut, cependant, signaler que l'artiste avait puisé son inspiration dans la bible, précisément dans le livre d'Ecclésiaste.

Né le 15 janvier 1953, à Aketi, en R.D.C, Djeinga Kisangani, prendra pour blaze Espérant et Djeinga-k, « k » comme Kisangani. Mais lui-même écrivait Djeinga-Ka. Son nom commence à se faire entendre dans le groupe Map's et sa renommée va poindre dans Tabu National en 1969 et Afrizam en 1974. Sa notoriété va exploser dans Viva la Musica, en 1977. Il est, en 1981, cofondateur de Langa Langa Stars. En 1983, il se rendra en Europe où il s'installera et signera quelques maxi 45 tours et albums, notamment son dernier, « Que viva la fiesta », sorti en 1993. Il mourra le 13 février 1995.

Frédéric Mafina

Lire ou relire

« Fragments sauvegardés » d'Omer Massoumou

D'un style rare et original, les « fragments sauvegardés » édités par L'Harmattan, sont ceux d'un universitaire, spécialiste de poésie contemporaine.

Moulé dans la littérature française, l'auteur de cette poésie emprunte dans l'histoire de sa patrie, le Congo-Brazzaville, les fresques qui inspirent sa plume alerte et majeure. Dans la charnière de la culture franco-congolaise, il crée une écriture hybride d'une poésie raffinée à travers la fluidité d'un langage fort imagé. Couleurs de mots qui disent la dualité existentielle et l'homogénéité des sentiments et attentes des fils et filles d'une même nation.

La nostalgie des anecdotes lugubres exhumes dans le silence de la solitude, ébats et idylle, la clameur des revendications proches des griots de la négritude font de ce texte atypique par rapport à la plupart des œuvres poétiques congolaises, un hymne d'amour

sans frontière ethnique, géographique et raciale. La thématique est certes populaire, mais la démarche est ici personnelle et mature.

Dans son élan patriotique, le poète s'insurge contre certains travers en vogue, comme le libertinage (p.36) et la profanation des morts (p.46). Il ne cache son désenchantement et son indignation face à l'intolérance et au repli identitaire, car généralement on ne trouve les boucs émissaires que dans le parti de l'autre, du côté du plus faible.

« Quand l'aube d'une vie s'efface si vite à l'instar de l'éclair non renouvelé de la modernité, nous cherchons toujours le coupable parmi les plus faibles du groupe, le souffre-douleur par excellence qu'on retrouve dans

l'ethnie de l'autre, dans le faible visage de l'étranger.

L'indigène était tué par le colon mais le Congolais est tué par le Congolais ! On meurt toujours de l'autre ! » (p.39).

La fonction humaniste de l'homme de lettres s'exprime ici, comme chez René Char, par de fragments de textes en prose poétisée, qui tirent du fait endogène le mal universel, et de l'universel le vice exotique. Et de cette dénonciation des vilénies sociétales, s'éveille la prise de conscience du bien commun, toujours à rechercher et à construire ensemble, dans l'altérité.

Le professeur Omer Massoumou est l'actuel doyen de la Faculté des lettres, des arts et des sciences humaines de l'université Marien Ngouabi. Il est auteur d'essais littéraires, de dictionnaires et de recueils de poésie.

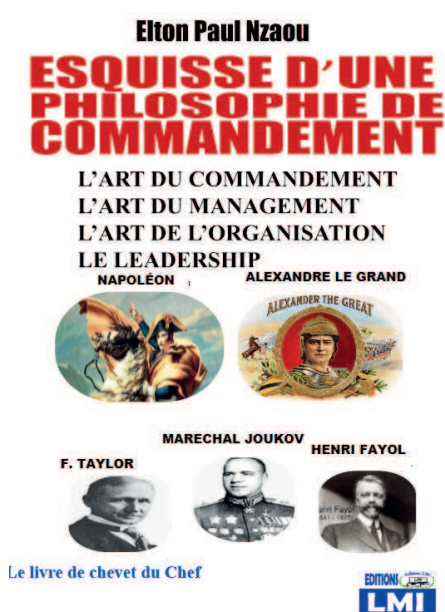
Aubin Banzouzi



Livres

« Esquisse d'une philosophie de commandement » de Elton Paul Nzaou

« L'art du commandement, l'art du management, l'art de l'organisation et le leadership » est le sous-titre d'un essai publié cette année aux éditions LMI (Pointe-Noire/Rép. du Congo). Il donne quelques astuces pour mieux exercer la vocation de chef ou de meneur d'hommes.



Aristote affirme que « le chef est celui qui dans une société détient le pouvoir et l'exerce avec compétence et justice en vue du bien commun ». La vision du leadership véhiculée dans ce livre s'inscrit dans celle même du philosophe grecque. Elton Paul Nzaou s'inspire en effet de sa propre expérience de commandement à l'armée, et de l'expérience de certains grands leaders historiques, pour élaborer une doctrine visant la promotion du bon management dans le cadre militaire et paramilitaire. Comme le maréchal Lyautey, le colonel Elton Paul Nzaou considère que « l'officier est l'éducateur de la nation », c'est-à-dire, l'officier doit incarner des valeurs qui révèlent ses qualités de meneurs de troupes et en même temps le disposent à une vie exemplaire en tant que soldat, citoyen et père (ou mère) de famille. L'auteur pose les normes universellement vérifiées de

la gestion efficace et performante de gestion de ressources humaines. Il distingue en effet les figures idéales aux médiocres, en tenant compte des contextes de la mission assignée et des mentalités sociales.

Cet essai est donc subdivisé en cinq parties. « La première partie parle de l'art du commandement. Dans la deuxième partie, il aborde l'art du management. Dans la troisième partie, il met en exergue le leadership. Dans la quatrième partie, il ressort les similitudes et les différences entre commandement, management et leadership. Et dans la cinquième partie il relève d'abord la différence entre leader et manager, ensuite entre le commandement et le management », peut-on lire à la quatrième de couverture. Le livre vient en tout cas à point nommé à une époque où les attentes des hommes et des femmes deviennent de plus en plus nombreuses et exigeantes, et par conséquent source d'insatisfaction et de tension. Devant l'évolution vertigineuse des sociétés, il faut dans ces contextes des administrateurs doués et assez exercés pour atteindre les progrès escomptés, à court, à moyen et à long terme. Elton Paul Nzaou est né le 9 août 1955 en République du Congo. Ancien enfant de troupes de l'Ecole militaire préparatoire Général Lercier, il poursuit ses études militaires et paramilitaires à Madagascar, en France, en Italie, en Russie, en Ethiopie, puis au Cameroun. En tant que chef des opérations de l'Etat-Major de la force africaine, le Colonel Elton Paul Nzaou a participé à plusieurs missions au Tchad, au Rwanda, aux Comores, au Soudan, au Darfour, en Somalie et en RDC. Il est récipiendaire de plusieurs décorations du Congo, de la France, de l'Union africaine et de l'Onu dans le cadre du maintien de la paix et de la sécurité.

Aubin Banzouzi

Voir ou revoir

« Avant le déluge » de Leonardo DiCaprio et Fisher Stevens

La Journée mondiale du climat, célébrée le 8 décembre, est l'occasion de marteler sur une problématique cruciale concernant le présent et l'avenir de l'humanité. « Avant le déluge » est un plaidoyer se situant dans le même axe.



S'il est évident qu'un film ne peut changer le monde, il est pourtant vrai qu'un film peut faire réfléchir les hommes et les emmener à être plus justes et raisonnables dans leurs actions. Il faut que l'homme libère en soi le pouvoir sain de l'innovation, de l'imagination et de la créativité qui sommeille en lui afin de ne pas faire sombrer l'environnement dans lequel il vit dans le chaos.

Récemment nommé en tant que messenger de la Paix sur les questions climatiques aux Nations unies, Leonardo DiCaprio se glisse dans un rôle important de son existence. Transitant entre les gaspillages du Groenland, le défrichement des forêts en flammes de Sumatra et les couloirs du Vatican, DiCaprio explore la façon bouleversante dont les changements climatiques impactent la planète. On y découvre l'homme et non l'acteur qui cherche à comprendre le pourquoi et le comment la terre souffre ainsi que l'impact sur les populations du monde entier. « A quel point a-t-on fait des dégâts et peut-on encore renverser la tendance ?... Pouvons-nous infléchir notre trajectoire à temps ? », s'interroge Leonardo DiCaprio

dans sa narration.

Film documentaire américain sorti en 2016 et réalisé par Fisher Stevens, « Avant le déluge » montre combien le développement des nations et tous les progrès scientifiques et technologiques réalisés ces dernières décennies ont fortement modifié le climat à cause d'une forte émission du dioxyde de carbone dans l'atmosphère. Certaines preuves visuelles de l'aggravation de la crise environnementale sont violentes mais bien réelles. Le but étant donc d'interpeller les dirigeants et les populations du monde entier à une prise de conscience immédiate et à un redoublement d'efforts pour ne plus continuer de massacrer la terre. Ce documentaire, d'environ 1h 40 min, plaie notamment à voir ou revoir à cause de son sens de pragmatisme. En effet, il ne fait pas de détour mais montre à la fois les pays et gouvernements responsables et parallèlement les victimes les plus touchées même si l'humanité tout entière l'est et le sera de plus en plus si la génération présente ne se responsabilise pas face à ses actions. Des conséquences horribles pour nous mais surtout pour les générations futures qui devront vivre de nos erreurs sans compter sur notre apport.

Au final, « Avant le déluge » partage de manière informative et captivante la façon dont la société peut empêcher la disparition des espèces en voie d'extinction, d'écosystèmes et de communautés à travers le monde.

Merveille Jessica Atipo

Prix Découvertes RFI 2020

36 ans après, un Congolais remporte le titre

Il aura fallu au Congo attendre plus de vingt ans avant de voir un de ses artistes musiciens être couronné Prix Découvertes RFI. Dévoilé le 10 décembre en tant que lauréat de la 39^e édition de ce concours de musiques urbaines, Young Ace Wayé bénéficiera, à cet effet, de 10 000 euros, d'une tournée en Afrique et d'un concert à Paris.

Suite à la victoire de trois artistes congolais à ce concours dans les années 1980, à savoir Casimir Zoba, dit Zao, Mav Cacharel et Nzongo Soul, le Congo n'a plus jamais remporté le Prix Découvertes RFI. Un espoir qui renaît, plus de trente ans après, grâce à la victoire Young Ace Wayé. « Je suis très honoré d'être le lauréat car moi-même je n'y croyais pas trop au regard du talent des neuf autres artistes, finalistes du Prix Découvertes RFI 2020. Je tiens à leur dire qu'ils n'ont pas démerité. D'ailleurs, ce serait un grand plaisir de collaborer avec l'un ou plusieurs d'entre-eux », a déclaré Young Ace Wayé lors du live Facebook organisé par l'Institut français du Congo

à l'occasion de la délibération des résultats de cette compétition.

Artiste rappeur/chanteur de nationalité congolaise, il s'intéresse d'abord au dessin puis au théâtre avant de se consacrer entièrement à la musique qu'il n'a plus lâché jusqu'à ce jour. Ses premiers pas, dans cet univers, se font au sein du groupe Bones Clique où il développe le sens de l'écriture musicale. En 2014, Young Ace sort la mixtape « The bone theory », puis un EP « Dear uncle Sam ». Révélation masculine au Beet street Awards en 2016 et Prix Beat Street Awards dans la catégorie Mixtape urbaine en 2017, Young Ace Wayé décide de se professionnaliser pour ces distinctions. Une année après,



L'artiste congolais Young Ace Wayé, lauréat du Prix Découvertes RFI 2020/DR

il sort le single « Mama » en collaboration avec Durhiel pour honorer la femme, avant de proposer au public le single « Rombo », fait en

featuring avec Jojo Fly. En novembre 2018, il enchaîne avec la sortie du titre « Le Bord là » et revient une année après avec l'EP « Al-

pha Charlie Echo », un projet riche en couleur qui convainc la sphère musicale nationale de l'étendue de son talent.

Son dernier single Mbok'Oyo sorti en décembre 2019, avec lequel il s'est inscrit au Prix Découvertes RFI, est sans doute l'un des titres ayant contribué à sa renommée. Extrait de son prochain EP, disponible très bientôt, Mbok'Oyo est une dénonciation de la mauvaise gestion des affaires publiques ainsi que de la dépravation des mœurs au sein de la société congolaise. Valeur sûre du rap congolais, Young Ace Wayé peut désormais espérer conquérir la scène internationale. Notons qu'à l'annonce des résultats par RFI, les internautes congolais ont enflammé la toile avec des milliers de partages et de félicitations à l'endroit de l'artiste primé.

Merveille Jessica Atipo

Cybersécurité

5G et cyberattaques, les entreprises s'inquiètent

Si la 5G offre une connexion plus rapide aux entreprises, elle élargit également le champ des possibilités pour les cyberattaques. L'intelligence artificielle et le machine learning pourraient répondre à cette problématique.



« La transmission plus rapide des données, la création de nouveaux types de données, et la possibilité de développer d'innombrables nouveaux dispositifs d'internet des objets (IoT) par le biais des réseaux 5G, vont bouleverser la plupart des industries. Mais, tout comme pour la perturbation d'une pandémie, des programmes de référence s'efforcent à maintenir la sécurité au premier plan de l'adoption de la 5G », soutient la responsable des risques et des conseils financiers sur la 5G de Deloitte & Touche LLP, Wendy Frank.

Une étude publiée le 7 décembre 2020 et réalisée par le cabinet de conseil Deloitte met en avant que 76,4% des entreprises utilisant déjà la 5G s'inquiètent des risques de cybermenaces liés à leur nouveau réseau. Ce chiffre grimpe à 80,7% pour les entreprises ayant un projet de migration 5G pour l'année à venir, notamment à travers des réseaux 5G privés. Pour sécuriser les infrastructures 5G, Deloitte compte miser sur l'exploitation de l'intelligence artificielle et le machine learning afin d'automatiser certaines configurations, comme celles de sécurité, de conformité, et de

détection de menaces et de vulnérabilités du réseau.

30,1% des entreprises ayant déjà adopté la 5G s'inquiètent principalement des compétences requises par cette infrastructure. En effet, un réseau 5G demande des experts en sécurité, aussi bien pour la mise en œuvre, que pour la maintenance et le fonctionnement général. « Pour les organisations utilisant la 5G, le cyber risque augmentera rapidement si les problèmes – comme le manque de chiffrement sophistiqué, la décentralisation des opérations, ou la surveillance de la sécurité au détriment des vitesses de performance – ne sont pas maîtrisés », estime Wendy Frank.

26,8% des entreprises, qui déploient actuellement des infrastructures 5G, sont avant tout préoccupées par la sécurisation des données. Pour cause, la 5G induit une augmentation du volume et de la diversité des données, notamment avec des projets d'IoT. Pour ces mêmes entreprises, 24,3% d'entre elles voient des risques liés à une mauvaise gestion des données.

La pandémie a perturbé le développement de la 5G. D'un côté, elle a entraîné un déploiement plus rapide pour 32,2% des entreprises. À l'inverse, pour 21,8% des organisations qui adopteront la 5G dans l'année à venir, la crise de la Covid-19 a retardé leurs projets.

L'étude a été réalisée sur un panel de 500 entreprises, interrogées le 29 octobre 2020. Les participants n'avaient pas l'obligation de répondre à toutes les questions, l'échantillon a donc varié.

Christ Boka et SiècleDigital

Musique

Nayo Groove voit la vie en rose !

La vie en rose repeinte en vert, jaune et rouge, aux couleurs du Congo, c'est ce que propose Nayo Groove à l'IFC de Pointe-Noire dans un « Tribute to Edith Piaf ». Un bel hommage à cette grande artiste française du Music Hall !



Quelques jours avant le 105^e anniversaire de la naissance d'Edith Giovanna Gassion, mondialement connue sous son pseudonyme d'artiste Edith Piaf, la formation ponténégrine Nayo Groove rendra hommage à cette grande dame de la chanson française surnommée à ses débuts « La Môme Piaf ». C'est après trois mois de résidence à l'Institut français de Pointe-Noire que Nayo Groove présentera donc ce vendredi 11 décembre un concert revisitant le répertoire de ce petit bout de femme qui enregistrera sa dernière chanson début 1963 avant de s'éteindre en octobre de cette même année, à l'âge de 43 ans. On se plaira à découvrir ou revivre les succès d'Edith Piaf dans une version colorée de rumba congolaise sur des arrangements signés Nayo Kibiadi. C'est ainsi que la voix teintée de gospel de Key Cloretha Douhaka, chanteuse du groupe, nous replongera

dans l'univers et la discographie de l'interprète de « La Vie en rose », une vie pas si rose en vérité et, à contrario, même plutôt sombre.

Délaissée par sa mère trop pauvre pour l'élever, Edith Piaf verra son enfance parisienne confiée à sa grand-mère maternelle alcoolique puis à sa grand-mère paternelle, patronne d'une maison close, la petite Edith ne recevant que l'amour des prostituées travaillant dans cette maison appelée « Le Grand 7 ». A l'âge de 7 ans, son père la reprendra pour l'exploiter et lui faire vivre une vie misérable de petits cirques itinérants et d'artiste de rue à la petite semaine. Par la suite, malgré tous les déboires d'une vie de débauche, son ascension portée par sa voix saisissante sera fulgurante. Petite par la taille, 1,47m seulement, elle deviendra la grande Edith Piaf que le monde du Music Hall s'arrache. Elle n'a que 21 ans quand elle enregistre son premier disque « Les mômes de la cloche », la suite ne sera que succès sur succès : « Non, je ne regrette rien », « La foule », « Hymne à l'amour »... L'amour ? C'est là encore tout un roman, noir la plupart du temps, et parmi ses nombreuses « Love stories », celle avec Marcel Cerdan, champion du monde de boxe, restera la plus passionnée et la plus tragique. Edith est à New York et attend Marcel Cerdan qui lui est à Paris, embarquant dans un avion pour venir la rejoindre outre-atlantique. Marcel Cerdan décèdera dans le crash de ce vol pour l'éternité. Le soir même, Edith Piaf monte sur scène et annonce « Je chante pour Marcel Cerdan », une chanson plus tard, Edith, livide comme jamais, s'écroule.

Le temps a fait son œuvre et d'Edith Piaf en garde son talent immense plus que sa vie trempée dans l'alcool et versée dans la drogue. La Môme Piaf est une légende et c'est un bonheur que le Congo, sous l'impulsion de Nayo Groove et de l'IFC de Pointe-Noire, lui rende ce vibrant hommage, illustrant que la musique n'a ni âge, ni frontière.

Philippe Edouard

Ciel de saison

La photographie mise en scène par Baudoin Mouanda

Les pieds dans l'eau, des personnages mis en situation entourés des meubles, lits, ustensiles de cuisine, appareils électroménagers, selon l'ambiance de la pièce, tels sont les ingrédients qu'utilise Baudoin Mouanda, photographe de renom qui nous entraîne d'un lieu à un autre, avec pour toile de fond les dommages causés par les pluies impétueuses. Des photos saisissantes et frappantes, qui en dépit de la tristesse qu'elles dégagent, redonnent un regain d'espoir grâce aux couleurs gaies et chatoyantes des différentes prises. Des portraits de famille originaux qui trouveront sans aucun doute une place dans nos cocons et bureaux.

« Lorsque la nuit le tonnerre agite le ciel, personne n'ose s'enfermer dans la maison, au contraire, tout le monde est dehors en train d'observer le ciel... Chacun essaye de deviner l'ampleur de la menace de pluie ; qu'elle soit grande ou petite, elle n'est pas la bienvenue dans certains quartiers de Brazzaville ». Des propos de Baudoin Mouanda qui témoignent clairement de la détresse de certaines familles à Brazzaville lorsqu'il pleut des cordes.

Baudoin met une fois de plus son grain de sel là où il faut ! Son objectif se ballade devant les victimes d'inondations causées par les pluies diluviennes à Brazzaville, spécialement dans le quartier de Mfilou. « Si vous dormez bien et n'êtes pas inquiétés pendant que les pluies s'abattent en cette saison, d'autres sont anxieux et attendent inexorablement que ces trombes s'arrêtent pour enfin se reposer », explique

Baudoin Mouanda qui dénonce tout aussi le laxisme de la population qui attend tout de l'Etat. « Nous avons une part de responsabilité en ce qui concerne la dégradation de nos voies. C'est à nous, population, de retrouver parfois les manches afin de préserver notre environnement vu que c'est nous qui vivons dans ces quartiers et c'est nous qui passons tous les jours dans ces routes », a-t-il souligné.

Un travail qu'il élabore en deux phases : la partie documentaire qui, selon Baudoin, permettra au public de comprendre sa démarche de sensibilisation et d'information sur ces inondations via des images prises au moment des pluies dans certains ménages ou il met en avant les réflexes et postures des victimes. Ensuite la partie purement artistique où le photographe crée une illusion du réel en donnant à ses personnages une direction.

Dans cette série, le travail de Baudoin s'apparente donc à ce-

lui d'un metteur en scène : mis en situation ou en scène des personnages, la constitution du décor composé de (meubles, de lits, d'ustensiles de cuisine, d'appareils électroménagers), la coloration des murs dans la mesure où, a indiqué Baudoin, « il s'agissait de reconstituer les faits tels qu'ils étaient. C'est pourquoi j'ai jonglé sur les couleurs chatoyantes et gaies pour redonner de la fraîcheur, de la vie à ces portraits ».

C'est via le sous-sol (de 160m² qui va abriter une galerie photo) d'une immense bâtisse en construction que le photographe nous fait voyager d'un lieu à un autre. Résultat, des univers déjantés, uniques et agréablement paradoxaux où l'on peut saisir l'horreur via l'ampleur des dégâts, et de l'autre une sublimation du réel via une mise en scène. Enfants et adultes posent dans l'eau entourés des meubles, appareils électroménagers, lits d'hôpitaux, etc. « J'ai demandé aux victimes s'il était possible qu'ils se déplacent avec leurs matelas, ustensiles de cuisine... Au départ ils étaient peu enthousiastes, ensuite ils se sont pris au jeu et j'ai pu reproduire l'atmosphère d'un cabinet médical, l'ambiance d'un marché, d'une salle de classe et de quelques ménages », a indiqué Baudoin.

Une approche délibérément picturale et émotionnelle qui a été



La collection Ciel de saison de Baudoin Mouanda

bien accueillie puisqu'une partie de la collection a été achetée. Ce qui rend évidemment Baudoin confiant car, dit-il, « ce sont ces fonds qui me permettent de financer les travaux de Class Pro culture, centre culturel qui sera opérationnel dans les prochains jours et permettra aux établissements scolaires aux alentours et même aux

riverains d'avoir accès à une bibliothèque, un espace pour conte et une salle de spectacle de 120 places assises », a expliqué Baudoin qui souhaite dès l'ouverture des lieux, initier un festival de photographie entre le Congo Brazzaville et la RDC nommé « Rencontre de la photographie du bassin du Congo ».

Berna Marty

Evocation

1884, de Chavannes implante Brazzaville

Au commencement était MFâ. C'était écrire l'inoubliable Roger Frey, architecte du livre consacré au centenaire de Brazzaville, « l'agglomération la plus importante de Ncouana-NTamo. Elle était formée de plusieurs villages, distants du fleuve d'une centaine de mètres ». Girard, le premier maire français de 1912 à 1915 de ce qui était devenue dès 1910, la capitale de l'Afrique équatoriale française s'interrogea dans un article paru en 1916 sur le nom téké du site qui hébergeait sa ville. Il recensa au moins cinq noms dont NTamou, Ncouana, Bouaboua, Djali, MFa etc., « diversement cités par les auteurs de quelques relations faites sur ce point précis d'histoire. » Il concluait que « Bouaboua Djali est peut-être le nom du petit village vendu à De Brazza et où s'élève le Brazzaville administratif actuel »

Le débat sur l'appellation indigène de Brazzaville faisait rage entre Européens au début du 20^{ème} siècle. Le flottement autour des appellations « Ntamou ou Ntamo et Ncouana » fut rapidement évacué. Le nom « Ntamou » fut reporté à une agglomération située sur la rive gauche du fleuve en territoire belge, à l'entrée des rapides. C'est l'actuel Kintambo, une des communes de Kinshasa. Le bâtisseur de l'église catholique du Congo, Mgr Prosper Augouard se mêla à la dispute sur l'appellation indigène du site de Brazzaville. Il écrira : « A propos de la capitale de l'AEF, Girard fait une confusion étrange... Nkouana veut dire « là-bas », rien de plus. Bouaboua Djali (qui signifie « cri de guerre de la rivière » est le nom d'un chef qui résidait sur le Djoué et MFâ, au bord de la MFoa est bien le lieu exact du futur Brazzaville. Le même Augouard notait l'attraction des commerçants sur les rives du lac formé par l'expansion

du fleuve. Il écrira : « Stanley-Pool est incontestablement le plus grand marché d'ivoire de la côte occidentale et il n'est point étonnant qu'il soit aujourd'hui le point de mire de tous les Européens. Le village Omfoa où j'étais établi est le village central où il se vend en moyenne 80 à 100 défenses par jour... » Est-ce un hasard si Stanley et Brazza choisirent d'établir leurs villages respectifs sur les bords du Pool aux rôniers ?

Il nous faut donc parler de MFa quand nous évoquons le village téké qui hébergeait comme tête de pont des Européens qui planteront le « village des Blancs », c'est-à-dire le futur Brazzaville. D'après Brazza, « Makoko tenait beaucoup à ce qu'on établisse près de sa résidence, à Mbé, le nouveau village des Blancs. Ce n'est pas sans regret qu'il accéda à ma demande de le fixer plus loin, à N'Couana, lors même que je lui eusse expliqué les raisons de mon choix, qui était d'ouvrir sur

ce point une route plus facile aux Blancs Fallas. La chronique installe la fondation de Brazzaville à la date du 3 octobre 1980. Dans les faits, cette date est celle de la prise du territoire par les Français, c'est-à-dire le lieu de l'implantation du nouveau village des Blancs comme sus-indiquée par Brazza lui-même. L'implantation de la ville sera le fait de Charles de Chavannes le 30 septembre 1884. Secrétaire de M. Pierre de Brazza, de Chavannes implanta la première maison européenne de la ville désignée Brazzaville par la société de géographie de France.

En séjour à MFâ, il repéra le promontoire qui héberge actuellement le Plateau-ville pour installer le village des Blancs, des allogènes par opposition aux indigènes tékés. De l'autre côté du fleuve, les Belges construisaient déjà le village des Blancs, Léopoldville, après avoir séjourné chez les indigènes tékés du village Nchassa, le futur Kinshasa. De Chavannes quittera MFâ pour émigrer vers Brazzaville.

Mais laissons parler de Chavannes lui-même : « 2 mai. Déménagement de MFâ. Installation provisoire dans les cases achetées sur le plateau ; ouverture de deux chemins pour aller au fleuve et au ruisseau qui coule à l'Ouest » (A suivre)

François-Ikkia Onday Akiera

Une gestion des déchets est nécessaire en Afrique

Un rapport de la Banque mondiale sur le traitement des ordures ménagères annonce que d'ici 2050 la production actuelle de déchets en Afrique subsaharienne, estimée à 174 millions de tonnes en 2016, devrait tripler dans les années à venir.

Alors que de nombreux pays africains peinent à gérer leurs déchets, ils en récupèrent aussi de l'étranger. Résultat : le continent est submergé de déchets. Des décharges sauvages apparaissent et plusieurs pays voient leurs décharges déborder d'ordures ménagères mais aussi de matériaux toxiques ou d'équipements électroniques, venus de pays développés. Or, selon la Convention de Bâle, entrée en vigueur en 1992, les pays ne peuvent pas exporter leurs déchets toxiques sans le consentement des destinataires. C'est pourquoi les pays exportant des déchets électroniques hors d'usage vers l'Afrique le font donc sous couvert d'un don « charitable » : les objets transportés sont considérés

comme des biens de seconde main, autrement dit comme des matériaux électroniques d'occasion, qui sont, eux-aussi, autorisés. En 2018, un autre rapport de la Banque mondiale estimait que l'Afrique devrait produire trois fois plus de déchets à l'horizon 2050. Toujours selon ce rapport de la Banque mondiale, en Afrique sub-saharienne, 69% des déchets sont déversés à ciel ouvert et souvent brûlés. 24% des déchets sont éliminés sous une forme quelconque et environ 7% d'entre eux sont recyclés ou récupérés. Par exemple, à Bamako, capitale du Mali, des déchets sont laissés dehors par les habitants, faute d'un ramassage et d'une gestion régulière, entraînant une pollution des sols et des



maladies pour les habitants contraints de vivre proche de ces quartiers. Une bonne gestion des déchets est donc indispensable pour endiguer les problèmes sanitaires sur le continent.

Des projets fleurissent un peu partout sur le continent pour faire face à cette problématique, comme Africompost qui propose de faire du compost à partir des déchets et de l'utiliser pour les cultures agricoles. Un pro-

jet piloté par une fondation française dénommée « Good planet ».

Si depuis peu certains pays, notamment dans le nord du continent, commencent déjà à constater les bienfaits du recyclage, d'autres n'arrivent pas à voir le bout du tunnel. De trop nombreux problèmes de gestion des budgets, des ressources humaines et techniques et de communication freinent le développement de cette

activité dans de multiples zones d'Afrique.

À l'heure où le traitement des ordures est devenu un business grandissant et pèse plusieurs milliards de dollars, la responsabilité sociale des gouvernements et entreprises doit être une priorité. Si cette condition n'est pas respectée, c'est la santé des Africains qui risquerait d'en payer le prix fort.

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Les nouveaux marchés de l'économie verte

La diversification de l'économie devient au fil des années une nécessité à laquelle les Etats africains ne peuvent plus échapper. Et celle-ci passe forcément en cette époque que nous vivons, par l'application des mesures qui doivent encourager les Africains à s'orienter vers le développement d'une économie verte.

Le concept d'économie verte se caractérise par l'utilisation rationnelle des ressources, un faible taux d'émissions de carbone et l'inclusion sociale. Ces caractéristiques, difficiles à évaluer, représentent un défi pour son développement quoique de réelles opportunités existent sur le continent africain pour l'éclosion d'une réelle économie verte.

En Afrique les activités économiques sont principalement fondées sur l'exploitation des ressources naturelles. Mais avec l'ampleur des problèmes liés au dérèglement climatique, la question de la pérennité de ces ressources se pose avec acuité. C'est pour essayer de trouver des réponses à cette problématique qu'il est important d'orienter les stratégies économiques vers le concept d'économie verte.

L'économie verte englobe des activités dans des domaines variés allant de l'agro-alimentaire aux énergies en passant par la gestion des déchets, l'eau, la santé et le tourisme. Pour répondre au triple objectif social, environnemental et de rentabilité économique, les activités vertes nécessitent de gros investissements ou engendrent des coûts de production significatifs. Les activités vertes créent de nouveaux marchés et permettent la création d'emplois. La transition vers une économie verte ne pourrait qu'améliorer la croissance économique des pays africains. Les besoins de financement de cette transition sont certes importants mais selon le Programme des Nations unies pour l'environnement, à l'échelle globale, investir 2% du PIB mondial d'ici à 2050 dans des secteurs cibles comme l'agriculture et l'énergie permettrait d'accélérer la croissance économique sur le continent. C'est ainsi que les dirigeants africains ont lié le financement de la lutte contre

le dérèglement climatique à celui de la transition verte.

Dans le cadre de la lutte contre le dérèglement climatique, plusieurs instruments économiques ont vu le jour, notamment le mécanisme de développement propre et le marché carbone découlant du protocole de Kyoto. Des institutions financières publiques, des fonds souverains et des banques de développement ont également commencé à orienter une partie de leurs investissements dans l'économie verte, favorisant son développement bien qu'il soit encore modeste. Cependant, les Etats africains n'ont pas encore réussi à capter la majorité de ces investissements. Pour l'heure, ils développent différentes stratégies pour accroître leur soutien à l'économie verte. Ils se sont engagés sur des objectifs chiffrés de réduction d'émissions de carbone. La réalisation de ces objectifs traduisant une économie sobre en carbone reste conditionnée en grande partie par des apports financiers extérieurs.

Or, on sait que les difficultés soulevées par les entrepreneurs de l'économie verte sont liées à l'accès aux financements ou à des pratiques de taux d'intérêt élevés à cause des réticences des investisseurs face à des risques élevés. Les politiques publiques rechignant encore à créer des cadres favorables de nature à atténuer ces risques. L'économie verte s'inscrit dans la logique des réflexions en cours sur les modèles d'économies durables qui se proposent de conjuguer à la fois croissance, développement et protection des ressources naturelles. En ce sens, elle est affichée comme une solution pertinente pour mobiliser le secteur privé dans l'atteinte des Objectifs de développement durable sur le continent africain.

Pour autant, le manque de financement pourrait être un

frein dans la mesure où il représente un véritable défi. C'est pourquoi les dirigeants africains en ont fait leur cheval de bataille. Des institutions financières publiques, des fonds souverains et des banques de développement ont commencé à orienter une partie de leurs investissements dans l'économie verte favorisant son développement.

Il faut le dire aussi, ces fonds en faveur de l'économie verte sont encore insuffisants pour entamer une véritable transition verte et s'adapter au changement climatique. Selon les chiffres publiés par l'ONU, les pays africains ont besoin de quarante-cinq milliards d'euros par an. Une facture qui pourrait être renforcée par le recours à des sources complémentaires de financements telles que des taxes sur le transport et les transactions financières dans les pays développés. Rien de plus naturel quand on sait que l'Afrique ne contribue qu'à 4% des émissions de gaz à effet de serre au niveau mondial.

En somme, il existe des opportunités pour un développement plus durable en Afrique qui viendrait pallier la dégradation de l'écosystème. Les efforts pour développer une économie verte portent autant sur les secteurs traditionnels que sur de nouveaux secteurs. Il s'agit, entre autres, des transports, de l'agriculture, du bâtiment, de l'assainissement et du tourisme, secteurs dans lesquels sont développées des activités destinées à créer les dommages environnementaux. La réelle prise de conscience de l'Afrique sur l'environnement est la mise en œuvre effective de projets transversaux qui adressent les questions environnementales les plus pressantes dans chaque pays. Les pays africains doivent prendre les devants lors des négociations, de la conception et du financement de la stratégie sur l'économie verte afin d'assurer la pérennité des ressources et le bien-être de la population.

Boris Karl Ebaka

Le saviez-vous ?

Pourquoi dit-on que les bébés naissent dans les choux

Les images ne manquent pas pour évoquer la façon dont naissent les bébés, d'ailleurs, on raconte souvent que les enfants étaient livrés par des cigognes ou encore qu'ils naissent dans les choux. Il y a certainement de fortes chances mais, une fois cette imposture démasquée, l'on est en droit de se demander comment cette expression est née et qui en est l'auteur.

Pourquoi ce légume : nombreux sont les explications qui affirment que le chou est une aide précieuse à la fertilité, notion à laquelle il est souvent associé. En effet, il est réputé depuis des siècles pour accroître la fécondité. C'est d'ailleurs de là que vient la tradition de servir une soupe aux choux à des jeunes mariés. Il aiderait au développement du fœtus de par sa teneur en acide folique. D'autre part, il fait partie des aliments qui permettent d'augmenter la qualité d'hormones masculins. Inventée au 19^{ème} siècle, cette expression est parfois utilisée par des proches pour expliquer aux enfants comment ils ont été créés. De quoi leur faire se poser une foule de questions incongrues. Quoi qu'il en soit, il convient de préciser que ce petit mensonge découle en vérité de deux autres affirmations qui ne sont pas moins connues. Celle que « les gar-



çons naissent dans les choux et les filles dans les roses ».

La mythologie grecque ne finissant pas de nous inspirer pour ce qui est des expressions, celle dont nous parlons aujourd'hui ne fait pas exception. Ce sont précisément Agamemnon et Clytemnestre, le roi et la reine de Mycènes, qui en sont des auteurs. En effet, l'histoire nous raconte que les deux eurent des quadruplés (2 filles et 2 garçons). N'ayant pas de quoi emmailoter les nouveau-nés, la reine Clytemnestre a utilisé ce qu'elle avait sous la main, sur la table du roi. En l'occurrence, elle avait des pétales de rose qu'elle avait utilisés pour les filles. Ces fleurs constituaient un des principaux symboles de féminité dans l'antiquité. Mais le fait que ces attributs étaient jugés trop féminins, la reine avait opté pour les feuilles de choux pour les garçons, alors que ces légumes étaient censés être au menu du jour. Dès lors, la légende qui veut que « les bébés naissent dans les choux ou les roses s'est répandue »

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourses d'études à l'université de Swansea au Royaume-Uni

Déposez votre candidature pour les bourses d'études à l'université de Swansea au Royaume-Uni. Le nom de la bourse est « la bourse MBA de la School of Management Swansea University 2021 ». Vous pouvez postuler à cette bourse ici. Sa valeur est un financement partiel de 5 000 GBP et elle est ouverte à tous les ressortissants.

Date limite : 21 décembre 2020

Niveau d'études : Premier cycle

Opportunités : Bourse d'étude

Pays hôte : Royaume-Uni

Région : Europe centrale et orientale

Pays éligible : Cette opportunité est destinée à tous les pays

Modalités et conditions de la bourse MBA :

Doit être entièrement autofinancé par vos études. Doit s'inscrire au programme MBA à plein temps de l'université de Swansea en janvier 2021. Doit avoir reçu une offre pour étudier un programme MBA à plein temps

à l'université de Swansea en janvier 2021. Les étudiants qui s'inscrivent à un autre programme de l'université de Swansea ne pourront pas bénéficier de cette bourse. Les étudiants qui préparent un certificat de troisième cycle, un diplôme de troisième cycle ou un master par la recherche ne pourront pas bénéficier de cette bourse. La bourse sera appliquée comme une réduction des frais de scolarité pour la première année d'études uniquement. Les bénéficiaires de cette bourse peuvent être éligibles pour d'autres prix de l'université de Swansea, tels que des bourses d'études, ou le parrainage de leur pays d'origine. Cependant, les bénéficiaires de la bourse MBA sont responsables de s'assurer que la bourse n'enfreint pas les conditions d'une autre bourse d'études ou d'un autre fonds financier. On peut raisonnablement s'attendre à ce que les boursiers coopèrent aux activités de recrutement et

de marketing de l'université de Swansea et acceptent automatiquement que leur nom et leurs coordonnées soient communiqués par l'équipe de marketing, de recrutement et de développement international de l'université à des fins de marketing. S'il est jugé nécessaire pour le boursier de suspendre ses études, la bourse sera conservée sur le compte de l'université et reportée à l'année de reprise des études et le candidat devra payer sa contribution personnelle au prorata.

L'École de gestion se réserve le droit de prendre, de modifier, de retirer, de suspendre ou d'annuler sans préavis le présent règlement et tout autre règlement en vigueur, et ces décisions sont définitives.

Comment postuler ? :

Pour postuler, vous devez télécharger et remplir le formulaire de demande de bourse MBA et le renvoyer par e-mail somscholarships@swansea.ac.uk

Téléchargez le formulaire de demande de bourse MBA.

Lien : <https://www.swansea.ac>.

Par Concoursn

Syndrome prémenstruel

5 conseils pour moins souffrir

Dès l'ovulation ou quelques jours avant les règles, il peut s'inviter dans votre quotidien et considérablement le bouleverser. Il, c'est le syndrome prémenstruel ou SPM. Comment en atténuer les signes ? Comment vivre plus sereinement ces quelques jours parfois difficiles ? Voici quelques astuces pour passer le cap.

Mais d'abord, de quoi parle-t-on ? Si le SPM n'est pas systématique (chez certaines femmes, l'arrivée des règles passe totalement inaperçue), il n'est pas non plus uniforme. Des douleurs aux seins aux maux de tête, en passant par la rétention d'eau, les ballonnements et l'irritabilité, plus d'une centaine de symptômes du SPM ont été recensés. Ils peuvent être différents d'un cycle à l'autre ou coexister, de la puberté à la ménopause. A l'origine de ce syndrome qui provoque donc troubles physiques et psychologiques, des causes qui restent floues. Il est néanmoins probable que les changements hormonaux jouent un rôle dans le déclenchement du SPM. Il toucherait plus de la moitié des femmes en âge de procréer. Alors, comment le soulager ?

Le stress, ennemi n°1

C'est le Collège national des gynécologues et obstétriciens français (CNGOF) qui le dit : « sensibles à l'environnement, les

troubles prémenstruels peuvent être déclenchés ou majorés par toutes les formes de stress ou de conflits ». Il convient donc de limiter au maximum ces sources de stress : « supprimer les sorties, les déplacements non indispensables, les tâches ménagères fatigantes, les démarches difficiles ». Dans la même veine, oubliez café, thé, alcool et cigarettes : de nombreuses femmes témoignent de la diminution de leurs symptômes à l'abandon de ces excitants. En plus, vous dormirez mieux et ce n'est pas du luxe. L'insomnie fait partie des symptômes les plus handicapants du SPM.

Manger, bouger

Vous l'aurez compris, il est désormais largement admis que la diminution du trouble prémenstruel passe par des changements de mode de vie. L'activité physique douce et relaxante (yoga, natation...) en fait partie. L'alimentation aussi : si vous avez tendance à

gonfler, arrêtez le sel ; si vous êtes ballonnée, préférez fractionner les repas ; si vous êtes sujette aux fringales, abandonnez le sucre. Dans les tous cas, privilégiez les légumes, les céréales complètes, les oléagineux... Pourquoi sont-ils intéressants ? Parce qu'ils contiennent du magnésium et que vous en manquez très probablement.

Des vitamines et des plantes

C'est encore le CNGOF qui l'affirme : « la vitamine B6 (50mg une ou deux fois par jour) peut soulager les symptômes sans faire courir de risques ». Associée au magnésium (présent dans l'alimentation ou en supplémentation), elle est encore plus efficace. Dans la catégorie « amies des femmes », on retrouve aussi des plantes telles que le gattilier et l'onagre. Reconnu par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) pour soulager le syndrome prémenstruel, le gattilier imite la progestérone et favorise le rééquilibrage hormonal. De son côté, l'onagre agit principalement sur les tensions mammaires, mais aussi sur les ballonnements.



La chaleur avant l'antidouleur

La plupart de ces mesures hygiéno-diététiques ne produiront leurs effets qu'au bout de plusieurs cycles. Et puis parfois, on n'a pas le choix : SPM ou pas, ce rendez-vous ne peut pas être décalé. Il faut donc agir, et vite. En première intention et avant d'ouvrir la moindre boîte de médicaments, essayez de calmer la douleur provoquée par les contractions de l'utérus avec des patchs chauffants ou une bouillotte posée sur le ventre, voire les lombaires si elle irradie jusque dans le dos. Si cela ne suffit pas, place aux classiques : antalgiques et antispasmodiques, la combinaison peut apaiser les douleurs pelviennes et abdominales. Elle est sans risque si vous veillez bien à espacer les prises d'antalgiques (6 heures entre chaque comprimé d'ibupro-

fène, 4 heures pour le paracétamol).

La pilule en dernier recours

Quand rien ne vient à bout des douleurs, il est fréquent que les médecins proposent de régler le déséquilibre hormonal avec la pilule. Le CNGOF précise que « certaines pilules oestroprogestatives, en « lissant » les fluctuations hormonales au cours du cycle spontané vont diminuer l'intensité et la fréquence de ces troubles chez un grand nombre d'utilisatrices ».

A noter : la douleur peut aussi être le signe d'une endométriose. Si elle est invalidante et entraîne une incapacité totale ou partielle pendant quelques jours, n'hésitez pas à en parler à votre médecin.

Destination Santé

Grossesse et alcool

Même de faibles quantités impactent le fœtus

En cours de grossesse, les conséquences d'une petite consommation d'alcool sont parfois minimisées. Pourtant, selon des chercheurs australiens, même à faibles doses, elle impacte le développement cérébral de l'enfant.

« Un petit verre ne peut pas faire de mal ». L'impact d'une faible consommation d'alcool pendant la grossesse sur le développement de l'enfant reste encore mal documenté. C'est une des raisons pour lesquelles le message du « zéro verre » est souvent perçu comme un simple principe de précaution. Pourtant, si l'on en croit des chercheurs de l'Université de Sydney, même de faibles doses résonnent sur la santé de l'enfant.

Petite consommation, grands impacts

Sur un échantillon de plus de 9 700 enfants âgés de 9 à 10 ans, les auteurs ont voulu savoir s'il existait des différences psychologiques, cognitives ou comportementales selon que la mère avait bu (ou non) en cours de grossesse. Il est à noter qu'une faible consommation était définie ainsi : un à deux verres par occasion sans dépasser six verres par semaine.

Premier résultat : un enfant sur 4 avait été exposé à l'alcool in utero (60% à une faible consommation et 40% à une consommation plus élevée.)



Autre constat : les enfants qui ont été exposés à de faibles niveaux d'alcool à n'importe quel moment de la grossesse présentaient davantage de problèmes psychologiques ou émotionnels (anxiété, dépression, repli sur soi) et de problèmes comportementaux (difficultés d'attention et impulsivité) que les enfants non exposés.

Et les résultats se sont fait sentir même chez ceux dont la maman n'avait bu « que » 16 verres durant les 7 premières semaines.

Révélateur, sans trop de surprises que « plus un enfant est exposé, plus les résultats sont graves », les auteurs rappellent que « l'option la plus sûre pendant la grossesse est de s'abstenir de boire ».

D.S

Grippe ou Covid-19

Comment faire la différence ?

L'épidémie de Covid-19 continue de se propager et, avec l'hiver, la grippe risque de très prochainement faire son retour. Si les deux maladies sont provoquées par des virus différents, elles sont très proches sur le plan symptomatique. Alors comment les différencier ?

Commençons par les points communs. Le virus de la Covid-19 et celui de la grippe donnent un tableau clinique similaire, marqué par des manifestations respiratoires. Et pour compléter ce tableau, l'on trouve également une fièvre, des courbatures, une fatigue généralisée, une toux, un essoufflement... Bien entendu, et c'est ce qui rend le diagnostic parfois compliqué, là où certains patients vont présenter une grande quantité de symptômes, d'autres développeront l'une de ces maladies sans même s'en rendre compte. Par exemple, la littérature internationale suggère qu'entre 20 et 50% des patients Covid-19 sont asymptomatiques.

Le mode de transmission est également le même. Que ce soit pour la Covid-19 ou pour la grippe, elle se fait soit par contact direct avec la personne infectée ou une surface qu'elle a contaminée, soit de façon aéroportée via des gouttelettes (postillons...).

Des symptômes atypiques

Mais certaines manifestations peuvent laisser penser au SARS-CoV-2. Une congestion nasale peut survenir. Ainsi que des symptômes gastroentérologiques : nausées, diarrhées, vomis-



sements. La survenue brutale d'une perte de goût (agueusie) ou d'odorat (anosmie) en l'absence de rhinite est aussi un signe évocateur. Sur le plan dermatologique, certaines personnes développent un érythème (rougeur) ou une éruption, et plus rarement des pseudo-engelures notamment au niveau des orteils.

Enfin, comme le précise l'Inserm, « en particulier chez les personnes âgées et lorsqu'aucune autre cause n'est identifiable, certains signes apparus brutalement peuvent être des signes atypiques de la maladie, comme des malaises, des chutes à répétition ou un état confusionnel. »

En cas de doute, seul un test de dépistage Covid peut trancher. N'hésitez pas à en parler avec votre médecin.

D.S

Compétition internationale de musculation

Merveylles Mylongo s'empare de la médaille d'argent

Étudiant congolais, Merveylles Kheen Mylongo a dignement occupé la deuxième place, le 29 novembre, à Koursk en Russie lors de la finale de Bodybuilding 2020 dans la catégorie men's physique.

Dans un commentaire publié le 3 décembre sur son compte Facebook, le champion Kheen a fait un clin d'oeil à son pays en postant le drapeau tricolore de la République du Congo avant de déclarer : « *Malgré tout, on continue à faire honneur au 242* ».

Dynamique et déterminé à réaliser ses rêves, Merveylles Kheen Mylongo a pu s'en sortir parmi les trois adversaires de sa catégorie qui n'étaient pas les moindres. Sa motivation commence sans nul doute à produire les fruits, car il vient ainsi d'être hissé sur le podium mondial des bodybuilders, dès sa première participation à une compétition de bodybuilding, un sport qui date de 1903. Cette compétition à caractère international est organisée par International Federation of Bodybuilding and Fitness. L'athlète congolais évolue, pour sa part, au sein du Russian Federation of Bodybuilding and Fitness.

Avant et après l'université, ce polyglotte qui parle les langues anglaise, française et russe fait régulièrement la musculation, un sport qu'il définit comme une activité physique permettant aux pratiquants à devenir plus musclés ou plus forts. Selon lui, le mot anglais bodybuilding est très intéressant, puisqu'on parle de « construction du corps ». « *C'est exactement le but de la musculation : construire son corps* », nous a-t-il expliqué.

Il estime que la musculation est un sport particulier et bénéfique pour la santé lorsqu'elle est pratiquée de façon saine, sans dopage ni excès. « *Le Bodybuilding est un sport à part. Les pratiquants sont peu nombreux, car ce sport est exigeant, aussi bien à la salle de musculation que dans la vie. Quand on pense bodybuilding, la première image qui vient à l'esprit est celle des grands champions, ces hommes très*



Merveylles Kheen Mylongo lors de la compétition

secs, veineux et avec une masse musculaire énorme qui paradent sur scène. Pourtant, le bodybuilding ne leur est pas réservé, tout le monde peut être bodybildeur », a signifié le jeune Congolais lors d'un

entretien qu'il nous a accordé.

La catégorie men's physique ou « Beach Bodybuilding » est une nomination pour les culturistes introduite par la Fédération internationale de culturisme en 2012. Ce

domaine de la musculation a été distingué dans une catégorie particulière. Les bodybuilders ne s'efforcent pas de développer d'énormes volumes musculaires, mais ont un corps développé esthétiquement beau avec des muscles en relief modérés. Cette catégorie a ses propres règles et procédures pour la conduite des compétitions.

Notons que Merveylles Kheen Mylongo est un athlète de Bodybuilding en catégorie Men's Physique qui s'est lancé en compétition de bodybuilding en 2020. Ce natif de Pointe-Noire pratique la musculation depuis plusieurs années comme amateur. Il est également un véritable adepte du sport. Il pratique aussi le football ainsi que les arts martiaux, notamment la lutte gréco-romaine, le judo, le « Jiu jitsu » et la self-défense. Du haut de ses 1,79 m, l'étudiant en 4e année de mécanique et modélisation mathématique à l'Université d'État de Voronej en Russie est une vraie mine d'or du sport et son parcours mérite d'être suivi.

Rude Ngoma

Paris sportifs

Pronostics du week-end par notre expert

Cette semaine nous vous proposons de miser sur les grands championnats européens de football.

Les paris sûrs : Pour ce week-end, en France, misez sur les victoires du PSG face à Lyon, de Lille devant Bordeaux et de Nantes face à Dijon. En Italie, Inter Milan bat Cagliari, Atalanta bat Fiorentina et Juventus bat Genoa. En Espagne, Grenade bat Eliche, Séville bat Getafe et Real Madrid bat Atletico Madrid. En Angleterre, Arsenal bat Burnley, Tottenham bat Crystal Palace et Liverpool bat Fulham.

Les bonnes cotes du week-end : Tentez cette combinaison, elle pourrait rapporter un petit pactole : Southampton bat Sheffield United ; Dortmund bat Stuttgart ; Strasbourg bat Metz ; Milan AC s'impose devant Parme ; Leicester s'impose devant Brighton. Cette combinaison de 5 matchs (côte de 18.4) vous rapporterait 90.000 Frs Cfa, sur une mise de 5000. Tentez votre chance !

La preuve par 5 : Nous vous proposons cinq pronostics sécurisés qui pourraient vous apporter un bon gain pour une petite mise. Notre pronostic: Milan AC, Barcelone, PSG, Bayern Munich et Tottenham, tous remportent leur match respectif.

LDBC



Plaisirs de la table

Le riz

La première céréale mondialement connue est surtout cultivée dans les zones tropicales mais également dans les régions subtropicales et tempérées. Découvrons ensemble.

L'aliment de base de la majorité des pays d'Asie, le riz a l'avantage d'être peu calorique lorsqu'il est cuisiné simplement. En Afrique de l'Ouest, sa consommation est aussi importante grâce aux plats comme le tiep bou dien et bien d'autres.

Si en Asie, le riz cantonnais et le riz lok lak n'ont pas fini d'émerveiller les convives à table, en Europe avec le risotto d'Italie ou la paella d'Espagne le riz est bien l'ingrédient des grandes et des petites occasions.

Au petit-déjeuner avec l'incontournable riz au lait ou au moment du goûter avec du riz cette fois soufflé, l'ingrédient de cette semaine s'invite simplement à tous les instants. Il est également présent en pâtisserie avec le gâteau au riz ou encore dans la préparation des boules de coco.

Mais les recettes à base de riz sont nombreuses d'un continent à un autre. Au Congo, les principales formules suggèrent que l'on associe le riz simplement avec un peu d'huile ou avec de la tomate concentrée. Mais de plus en plus, le riz enrichi, préparé avec de la patate douce, aux différents légumes (chou, carottes, aubergines violettes) et de la viande ou du poisson, le tiep bou dien est bien présent aux nombreux festins conviviaux.

Toujours en matière de riz, de nombreuses variétés inondent depuis des années les grandes surfaces mais également les petits commerces dans les quartiers périphériques. Partant du riz complet au riz parfumé, les riz sont proposés pour tous les goûts et pour toutes les bourses.

De la famille botanique des poaceae, le riz se subdivise sous plusieurs types selon le parfum qu'il renferme, selon la présentation du grain: long, allongé ou plutôt large. Se-



lon aussi la coloration, et là on retrouve des riz bien entendu pour la majorité blancs mais aussi des riz bruns et jaunes.

Mais ce qui est encore étonnant, c'est le fait que même parmi les variétés les plus connus se regroupent encore d'autres subdivisions de riz traditionnels. C'est le cas par exemple du riz basmati qui inclut encore d'autres genres

de riz.

Pour rappel, le riz basmati fait partie des riz à grain long, originaire du Pakistan et de l'Inde où son appellation en langue locale hindi signifie la reine de tous les parfums.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Poêlée de légumes de maman Mireille Malonga

INGRÉDIENTS

- 300 g de petits pois
- 4 grosses pommes de terre
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 1 cuillère à soupe d'huile végétale
- 1/2 cuillère à café de piment sec (facultatif)
- 1 cuillère à soupe de cumin (facultatif)
- 2 oignons rouges
- 2 gousses d'ail Sel, poivre

PRÉPARATION

Commencer par chauffer l'huile dans une poêle, puis ajouter les épices et les gousses d'ail écrasées. Laisser revenir.

Peler, laver et couper les pommes de terre en gros cubes.

Ajouter-les dans la poêle ainsi que les petits pois.

Diluer le concentré de tomate dans un peu d'eau et verser sur les légumes. Saler, poivrer et laisser cuire 30 mn sur feux doux.

Dans une autre poêle, faites frire les oignons rouges émincés, puis ajouter-les aux légumes en fin de cuisson.

Bon appétit !

S.A.



Couleurs de chez nous Klaxons

Quand des comportements choquants sont souvent répétés sans être interpellés ou châtiés, ils finissent par s'ériger en normes. Tel est le cas de nombreuses déviances soulignées dans cette chronique, depuis environ deux ans, qui sont désormais inscrites comme des couleurs de chez nous. Donc, une marque de notre société. Les klaxons font partie de ce tableau noir.

En effet, parmi les facteurs ajoutant au vacarme et, pour bien dire, à la nuisance sonore, figurent ces klaxons intempestifs et sans raison. Dans les écoles de conduite automobile tout comme le code de la route, il est clairement défini les conditions pour klaxonner. Il en va des horaires des lieux.

Or, à Brazzaville et ailleurs dans le pays, klaxonner est sorti de son contexte. On le fait pour interpellier les passants ou les usagers de la route. On le fait pour rappeler à l'ordre d'autres automobilistes. On le fait pour alerter sur le danger. Mais, désormais, on le fait pour nuire.

Chez les jeunes, le klaxon permet d'attirer l'attention du public sur la moto ou la voiture qu'ils conduisent. On klaxonne pour faire sortir un ami ou une amie de

sa maison afin de l'embarquer. Rien d'anormal car on le voit aussi ailleurs. L'erreur ici repose sur le fait de klaxonner en milieu non autorisé.

Cette pratique est si répandue que les citoyens deviennent « sourds » aux klaxons avec pour conséquence : les accidents constatés. En d'autres termes, certains accidents de route sont le résultat de la banalisation du klaxon. Parce que le klaxon a perdu tout son sens d'alerte au danger. Les jeunes ont pris l'habitude d'en faire un jeu si bien que les passants deviennent indifférents à tout klaxon.

Il en va du klaxon comme des sonneries. Certains particuliers n'osent plus bouger quand leur sonnerie retentit. Pourquoi ? Parce que des enfants se donnent le loisir d'aller appuyer continuellement sur ces instruments jusqu'à lasser les vigiles ou les résidents.

Faute de supprimer ces sonneries, certaines personnes restent fixes dans leurs maisons alors que parfois la personne qui sonne n'a rien en commun avec les badauds du quartier. Pour éviter de renvoyer leurs visiteurs, certains individus avancent vers le portail et se renseignent à haute voix sur l'identité du visiteur. Cette délinquance urbaine prend corps faute de sanction ou d'éducation. La vie en société est soumise aux règles et à ses exigences. Le fait de tolérer certains faits mineurs peut faire courir de grands risques aux citoyens. Car la grande délinquance tire sa substance de la petite. Nous évoquons ici l'usage des gyrophares et des sirènes par des particuliers alors qu'il s'agit d'une pratique réservée à une catégorie de véhicules. Sans en dire davantage, le constat dressé ici est une alerte sur certaines pratiques qui nourrissent l'insécurité en milieu urbain.

A suivre...

Van Francis Ntaloubi

HOROSCOPE



Bélier
(21 mars - 20 avril)

Vous voilà dans une phase de réalisations importante pour votre bien être et pour l'idée que vous vous faites de votre vie future. L'amour vous donne confiance et vous inspire, des discussions enflammées et des projets agissent comme un moteur.



Lion
(23 juillet-23 août)

Un travail personnel est plus nécessaire que jamais, particulièrement si vous vous engagez dans de nouvelles relations humaines, qu'elles soient amoureuses ou sentimentales. L'échange et le dialogue seront de mise.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous vous impliquerez corps et âme dans un projet qui vous tient à cœur. Vous avez besoin de savoir pourquoi vous êtes là et ce que y gagnez. La performance et la certitude seront les moteurs essentiels de vos prochaines prises d'initiatives.



Taureau
(21 avril-21 mai)

Cette semaine sera placée sous le signe de la nouveauté. Des opportunités seront à saisir, vos ambitions vous portent loin. Vous profitez de cette dynamique pour vous impliquer et vous projeter dans des perspectives excitantes.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Qui sème le vent, récolte la tempête. Vous ne gagnez pas que des amis, votre manque de tact pourrait vous porter préjudice. Vous aurez à réfléchir à deux fois avant de vous embarquer dans une nouvelle aventure.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous n'aurez que faire des rumeurs et des avis des autres. Cette semaine, vous ne vous concentrez que sur l'essentiel et vous irez droit au but. Vous pourrez compter plus que jamais sur votre partenaire, la complicité est au rendez-vous.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous évacuez les tensions pour vous concentrer sur l'essentiel. Les nouvelles fusent et bouleversent parfois vos plans, attention à ne pas vous sentir déstabilisé par le moindre changement de plan. Vous pourrez vous confier à des proches bienveillants.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

L'amour vous donne des ailes. Vous aurez envie de construire à deux et de vous projeter plus loin. Un mariage ou un bébé pourrait être au goût du jour... La complicité est plus que jamais au rendez-vous !



Poisson
(19 février-20 mars)

Vous vous impliquez plus que jamais dans une nouvelle mission qui vous a été confiée. Vous ne voulez pas perdre une miette de ce qui se passe, rien ne vous échappe. Vous pouvez compter sur le soutien de votre famille et de votre partenaire.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

Vos humeurs inconstantes vous jouent des tours, vous avez parfois du mal à garder le même fil d'idée. Un peu de sport ou de méditation pourrait vous soulager l'esprit.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Les doutes et les questions ne semblent pas vouloir vous lâcher et vous devrez vous débrouiller avec une situation que vous avez entièrement créée. Vous n'aurez pas d'autre choix que de faire un point, surtout si c'est quelque chose que vous avez soigneusement évité ces derniers mois.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vos passions vous portent et vous amènent à vous dépasser. Vous entrez dans une grande période d'accomplissement et de nouvelles perspectives. Cette dynamique réalisatrice vous va à merveille. L'amour vous rend la vie plus belle.



PHARMACIES DE GARDE

**DIMANCHE
13 décembre 2020**

Retrouvez, pour ce dimanche, la liste des pharmacies de garde de la capitale.

MAKÉLÉKÉLÉ

Bienvenu
Olivier
Mayanga

BACONGO

Bonick
Matsoua
Poto-Poto
Brant Jynes (gare PV)
Duo
FII
Foch
Joseph

MOUNGALI

Pharmapolis
Plateau des 15 ans
Reconfort
Metta
La Clémence
Lena'l'O

OUENZÉ

Jehovah Nissi
Jane Viale
Texaco

TALANGAÏ

Mikalou
Mpila
Père Jacques

MFILOU

Teven
Djiri
La Florale
Bass