



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° 155 - VENDREDI 28 JANVIER AU JEUDI 3 FÉVRIER 2022

HUMOUR

Agalawal attendu à Brazzaville

Dans le cadre d'une tournée africaine prévue de février à mars, l'humoriste ivoirien Agalawal se produira en one-man-show le 18 février au Palais des congrès, dans la capitale congolaise. « Ambassadeur Agalawal », de son vrai nom Kra Kobenan Kouman Ignace, est un humoriste ivoirien qui a su s'imposer sur la scène africaine et même internationale depuis quelques années. **PAGE 4**



ART VISUEL

Rachel Malaïka sublime la femme africaine

La photographe congolaise Rachel Malaïka transcende une autre réalité de la femme africaine à travers l'exposition « Femme africaine, porteuse de vie et d'espoir » qui se tient à Londres, en Angleterre. Elle propose un travail sans cesse à la croisée des chemins, avec un focus uniquement fondé sur la femme africaine, et se livre constamment au jeu des autoportraits inédits.

PAGE 3



E-MARKETING

Les six tendances du e-commerce en 2022

À l'ère du tout numérique, les e-commerçants mesurent de plus en plus l'importance d'utiliser les technologies plus dynamiques pour inciter les clients à parcourir leur site. Voici les six tendances e-commerce qui transformeront l'expérience d'achat en ligne cette année, selon plusieurs sources d'experts. **PAGE 8**



MÉDIAS EN LIGNE

Un concours dédié aux journalistes africains



Le projet Digital for development (D4D) Hub Union africaine-Union européenne organise le premier concours de journalisme D4D au profit des journalistes numériques africains. La date limite de dépôt de candidatures est fixée au 28 février prochain. **PAGE 5**



PAGE 13

CAN 2021

Le stade d'Olembé menacé de fermeture

Éditorial

Tendances

A lors que le numérique va encore nous gaver des dernières technologies cette année, les tendances vont bon train secteur par secteur. C'est, en effet, l'heure de dévoiler ce que va être 2022 sous le prisme du numérique et, surtout, comment les utilisateurs, au centre de ces exploits novateurs, vont expérimenter de nouvelles expériences digitales.

Parmi ces tendances qui amplifient déjà des appétits et renforcent des plans de e-marketing des entreprises, l'e-commerce semble le secteur le plus convoité tant nos habitudes de consommation ont complètement changé. Que ce soient les technologies mobiles et web en passant par les applications utilisant l'intelligence artificielle, les consommateurs en ligne sont de plus en plus exigeants et ont le luxe de pouvoir choisir les boutiques auprès desquelles ils souhaitent commander.

Cependant, l'acte d'achat n'est plus simplement influencé par le produit ou le prix, mais d'autres enjeux comme les valeurs d'une marque vont être pris en considération par le client. Dans ce numéro, nous ne pourrions pas passer à côté d'un sujet qui n'est plus l'affaire des seuls geeks et professionnels du numérique. Parce que l'e-commerce est devenu un sujet au cœur du développement, nous portons dans cette édition quelques tendances à bien maîtriser cette année.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 2 »

C'est le nombre de milliards retenu par la Commission de validation des plans d'affaires du Projet d'appui au développement de l'agriculture commerciale pour le développement agricole de cinquante-deux groupements locaux.

PROVERBE AFRICAIN

« Le succès, c'est vous aimer vous-mêmes, c'est aimer ce que vous faites, et c'est aimer comment vous le faites ».

LE MOT

« ABONNIR »

□ *Du XII^e siècle, le mot Abonnir est le dérivé de « bon ». il renvoie au fait de rendre bonne ou meilleure une chose antérieurement mauvaise. Il s'agit, en effet, d'améliorer, de bonifier, de mettre en meilleur état, de rendre plus performant, plus apte, transformer en mieux quelqu'un ou quelque chose.*

IDENTITÉ

« LOÛISA »

Prénom d'origine germanique qui signifie « illustre au combat ». Louisa est un prénom qui évoque une personnalité émotive. En dépit du fait que Louisa puisse se montrer aimante avec ses proches, elle peut être un peu susceptible. Elle aime se mettre au défi et atteindre tous les objectifs qu'elle se fixe. Aimant environnement positif, Louisa possède un caractère bienveillant et empathique.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Le choix est un professeur divin, car lorsque nous choisissons nous apprenons que rien n'est jamais mis sur notre chemin sans raison. »

- Iyanla Vanzant -



LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

Les Dépêches de Brazzaville sont une publication de l'Agence d'Information d'Afrique centrale (ADIAC)
Site Internet : www.brazzaville-adiac.com

DIRECTION

Directeur de la publication : Jean-Paul Pigasse
Secrétariat : Raïssa Angombo

RÉDACTIONS

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

Secrétaire général des rédactions :

Gerry Gérard Mangondo
Secrétaire des rédactions : Clotilde Ibara
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, 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 Koubemba, Firmin Oyé
Service Économie : Fiacre Kombo (chef de

service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

Service Afrique/Monde : Yvette Reine Nzaba (cheffe de service), Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys

Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :
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

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 préresse : 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, Epiphany 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

Art visuel

La femme au cœur de la création artistique de Rachel Malaïka

« Femme africaine, porteuse de vie et d'espoir », l'utilisation du corps, mise en scène recherchée, jeu de couleurs et de lumière, sensibilité, la photographe congolaise Rachel Malaïka propose un travail sans cesse à la croisée des chemins. Avec un focus uniquement fondé sur la femme africaine, elle se livre constamment au jeu des autoportraits inédits.

Par sa nouvelle série de photos exposées la semaine dernière à taxaf bilembo ainsi qu'à Demif galerie à Londres, la jeune photographe met à l'honneur la femme africaine. Rachel Malaïka est dans la transgression et le questionnement, car dit-elle, l'histoire écrite par les hommes, quelle que soit leur couleur de peau, n'est toujours pas exacte et immuable. Ses œuvres réalisées évoquent des grandes figures historiques, en grande majorité des femmes. Selon elle, les Africaines sont souvent oubliées et peu considérées, alors qu'elles sont porteuses de vie et d'espoir, se battent au quotidien, tant pour leur famille que pour la société.

En effet, l'Africaine est dans les campagnes, les villes et travaille durement, mais par contre la société ne la connaît pas dans sa juste valeur. En tant qu'artiste, Rachel Malaïka mène ce combat pour porter haut la femme africaine. « *Ce sont là les raisons qui m'ont orientée vers ce type d'art. Je me questionne quotidiennement sur l'identité de l'Africaine, j'évoque et je questionne les inédits, les coutumes, les préjugés qui entourent la femme africaine* », affirme l'artiste.

Dans sa série « Femme et Christ », l'artiste met en scène la relation de la femme et Jésus-Christ. Ses photographies intriguent l'admiration par leur sens d'audace et d'insolite qui se présente comme une provocation arrogante, en frisant le manque de respect du sacré et du rituel. L'insolite est la présence remarquable de la femme dans le lieu-dit « sacré » posant dans les postures différentes et provocantes en dehors de la cérémonie eucharistique. Une présence qui brise les restrictions religieuses et doctrinales catholiques qui se témoignent par la présence dans les lieux des cultes où seuls les prêtres sont

considérés cotoyés l'autel. Pour la jeune photographe, l'œuvre fait un clin d'œil à une œuvre littéraire, un roman de fiction à polémique de Dan Brown, dans laquelle une analogie entre la femme Marie Madeleine et le Saint Graal est établie.

Ainsi, ses différentes œuvres photographiques traduisent une certaine intimité et familiarité de la femme et le divin, la femme et le sacré. L'œuvre de Rachel Malaïka est une auto présentation car, en tant qu'artiste, elle connaît le pouvoir et la magie de l'image, raison pour laquelle jouant sur cette magie et l'image, elle se photographie elle-même, faisant de ses œuvres des autoportraits atypiques. Ces portraits qui saisissent des instants évocateurs, événementiels et personnels se présentent comme une revendication de la place de la femme prêtre dans l'église.

A travers cette série des œuvres audacieuses et insolites, l'artiste fait réfléchir au sujet de la véritable place de la femme dans l'église tout en évoquant par ses images la simplicité existant entre la femme et Dieu, la femme et l'église. A en croire Rachel, si l'église est comparée à la femme, alors pourquoi ne pas valoriser celle-ci à sa juste valeur ? « *La place de la femme dans une église institutionnelle devrait être celle qu'on accorde à la vierge Marie sans hypocrisie. La vierge est vénérée, elle est placée au cœur de la croyance du culte dans l'Eglise catholique. Cela devrait être aussi le cas dans la réalité et la vie de l'église. La femme croyante, même celle qui se consacre à la vie ecclésiastique et celle de l'église est reléguée au second rang au profit de l'homme qui occupe une position supérieure à celle-ci* », Rachel Malaïka.

Cisse Dimi



Rachel Malaïka/DR

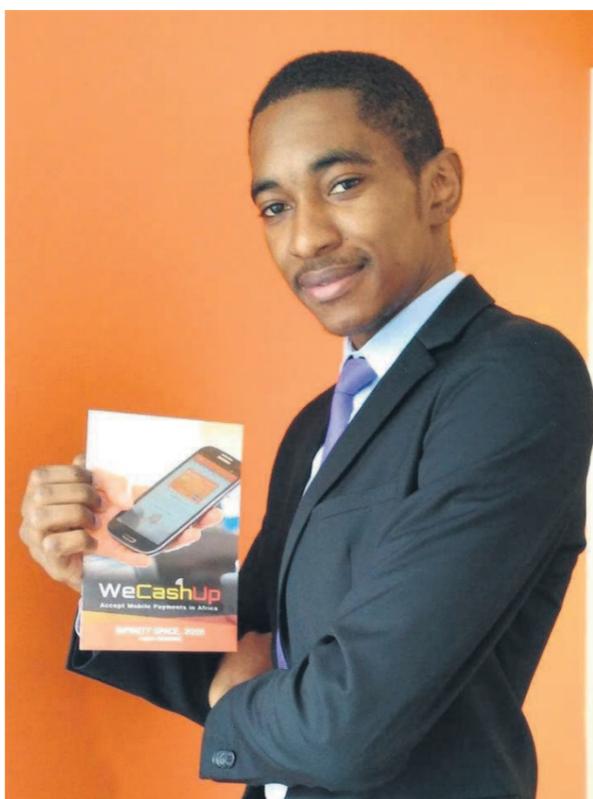
Start-up

Cédric Atangana entend révolutionner le monde du Mobile Money

Le co-fondateur de We Cash Up, Cédric Atangana, a été sélectionné en 2021, à l'issue d'un concours, parmi les cinq jeunes et brillants entrepreneurs de la zone francophone d'Afrique. Comme les autres, il est passionné du continent et invente des solutions pour résoudre les problèmes quotidiens de la population. Zoom sur cette brillante application.

Choisi parmi les jeunes africains entrepreneurs les plus prometteurs, Cédric Atangana est un Camerounais qui entend révolutionner le monde du Mobile Money (paiement par téléphone mobile) en Afrique. Avec son application We Cash Up, il a co-créé un outil qui regroupe et gère toutes les opérations Mobile Money sans connexion internet.

Concrètement, l'application permet notamment à tous les vendeurs de traiter les paiements en espèces, argent mobile et cartes bancaires avec une seule application. « *Avec We Cash Up, vous pouvez faire vos achats en ligne ou hors ligne et payer avec votre mobile de manière fiable, sécurisée et à moindre coût sans avoir une carte ou*



un compte bancaire », indique Cédric Atangana. L'entreprise a été fondée en 2015 par Cédric Atangana et son équipe alors qu'il était étudiant à Marseille. Le jeune Camerounais y poursuivait ses études d'ingénieur génie industriel et informatique à Polytech Marseille. L'entreprise a démarré avec peu de moyens. Mais elle a très vite réussi à glaner de nombreux prix. En 2017, We Cash Up a été élue meilleure solution fintech (innovation technologique dans les domaines financiers et bancaires) à l'AfricArena à Cape Town, en Afrique du Sud. Elle a aussi remporté en 2017 et 2018 la Viva Tech, un rendez-vous annuel consacré à l'innovation technologique et aux start-up à Paris. En 2021, dans son pays, le volume d'activité cumulé traité par l'appli We Cash Up en mois de juin s'élève à 1,3 milliard FCFA. Autant dire que les potentialités de ce marché sont gigantesques. Dans les prochaines années, We Cash UP entend devenir le fleuron de la fintech africaine. Vu le talent des fondateurs, elle inspirera sans doute toute une génération de jeunes entrepreneurs africains.

Lopelle Mboussa Gassia

Concours de journalisme D4D

Les professionnels des médias en ligne invités à postuler

Le projet Digital for development (D4D) Hub Union africaine-Union européenne (UA-UE) organise le premier concours de journalisme D4D au profit des journalistes numériques africains. La date limite de candidature est fixée au 28 février prochain.

Le concours est ouvert à tous les journalistes africains qui utilisent les médias en ligne pour enquêter sur l'impact des technologies numériques sur la vie de la population à travers le continent africain, et sur les politiques nécessaires pour tirer parti des avantages à des fins de développement durable et inclusif.

Pour y participer, les candidats sont invités à envoyer un article détaillé ou un reportage sur l'un des sujets suivants : connectivité, compétences numériques, entrepreneuriat numérique, e-gouvernance, e-commerce, cyber-sécurité, vie privée et protection des

données. « Les articles ou reportages proposés devront avoir déjà été publiés dans un média en ligne. Nous recherchons des histoires de qualité et détaillées qui contribuent à sensibiliser à l'importance de construire une économie et une société numérique qui ne laissent personne de côté », indique le communiqué de presse.

La contribution gagnante sera choisie par un jury composé de représentants des partenaires de mise en œuvre du D4D hub UA-UE, selon les critères ci-après : l'objectivité, la pertinence, la clarté et les principes (attesté

d'un engagement en faveur d'une transformation numérique centrée sur l'humain, qui contribue au développement durable et inclusif

de l'Afrique.) Le ou la gagnante sera invité (e) à rejoindre la délégation du D4D Hub UA-UE qui se rendra en Estonie (Europe du

nord), pour assister à une conférence sur l'e-gouvernance, qui se tiendra du 10 au 12 mai 2022.

Lopelle Mboussa Gassia

Comité international olympique

Un film met en exergue les relations entre athlètes et supporters

Le Comité international olympique (CIO) a réalisé un film dans lequel il relate les rapports entre les athlètes et leurs fans ainsi que la puissance de cohésion.



À quelques jours du coup d'envoi des Jeux Olympiques d'hiver de Beijing 2022, qui débutent le 4 février, le CIO a lancé, le 25 janvier, un court-métrage mettant en avant le pouvoir de la solidarité, qui se reflète également dans la nouvelle devise olympique : « Plus vite, plus haut, ensemble ». S'inscrivant dans la campagne «Stronger together» ou «plus forts ensemble» en français, ce film expose la relation unique entre les olympiens et leurs supporters, où qu'ils se trouvent. « Dans le monde entier, les spectateurs répètent les gestes des athlètes, preuve de l'impact de cette connexion humaine. Cette démonstration d'unité et la confiance que nous témoignent les autres nous poussent à croire en nous-mêmes, à franchir ce mur, à tenter ce saut et, in fine, à réaliser l'impensable. Chaque prouesse, chaque chute, chaque victoire, nous les vivons ensemble », explique le CIO. Ce film signé Salomon Ligthelm, cinéaste autodidacte maintes fois récompensé à travers le monde pour son travail, est produit par le CIO en partenariat avec Uncommon Creative Studio. Plusieurs grands sportifs paraissent dans le film. Les Jeux Olympiques sont l'un des plus puissants symboles d'unité dans le monde. Tous les deux ans, ils rassemblent des athlètes de toutes les nationalités dans une compétition pacifique qui se déroule sous les yeux de la planète entière.

Notons que le CIO est une organisation internationale non gouvernementale, civile et à but non lucratif, composée de volontaires, qui s'engage à bâtir un monde meilleur par le sport. Il redistribue plus de 90 % de ses revenus au mouvement sportif au sens large, soit chaque jour l'équivalent de 3,4 millions de dollars américains pour aider les athlètes et les organisations sportives à tous les niveaux dans le monde.

Rude Ngoma

www.lesdepechesdebrazzaville.fr

9^{es} Jeux de la francophonie

La RDC passe en mode « speed »

Prévus du 18 au 28 août 2022 à Kinshasa, capitale de la République démocratique du Congo (RDC), les 9^{es} Jeux de la francophonie passent à la vitesse grand V dans leur préparation.

Les membres du comité d'organisation des 9^{es} Jeux de la francophonie en RDC mettent les bouchées doubles pour l'accélération des travaux sur le terrain, à sept mois de la date butoir de leur tenue.

Le 20 janvier, s'est tenue une réunion présidée par le Premier ministre, Sama Lukonde, pour faire un état des lieux de la situation afin d'activer le mode « speed » pour que ces 9^{es} Jeux donnent un résultat escompté, tel que souhaité

tous les projets. Nous avons aussi suivi le rapport du directeur national des Jeux ainsi que le rapport qui a été préparé par la mission qui était venue en visite ici », a indiqué le ministre de l'Intégration régionale, Didier Mazenga.

« Le Premier ministre, non seulement a été satisfait, mais a aussi donné des instructions claires du fait que le chef de l'État est déterminé à organiser ces 9^{es} Jeux de la francophonie. En tant que gouvernement, nous avons l'obligation de matérialiser sa vision. Il nous a donné clairement des instructions de continuer à travailler. Et que chaque fois, il va nous inviter à faire l'évaluation et donner le rapport sur l'état d'avancement des



par le chef de l'Etat, Félix-Antoine Tshisekedi. « Le chef du gouvernement nous a invités à échanger sur l'organisation de ces 9^{es} Jeux de la francophonie. Nous devons adopter un chronogramme, voir comment évaluer l'avancement des travaux à chaque étape pour faire le rapport au gouvernement et au chef de l'État. C'est dans ce cadre que nous nous sommes retrouvés ici. Nous avons tenu la réunion en passant en revue

travaux », a-t-il renchéri, conscient du plus grand défi qui reste, le temps. Ce comité est composé d'un représentant de la présidence de la République, de la primature, du ministère de la Culture, de quelques responsables des services, du directeur national et aussi du délégué général à la Francophonie, hormis la coordination du chef du gouvernement et du ministre de l'Intégration régionale.

Karim Yunduka

Education

L'Unesco entend valoriser le nouveau contrat social dès 2022

L'Organisation des Nations unies pour l'éducation, la science et la culture (Unesco) a recommandé, le 24 janvier, la mise en place d'un nouveau contrat social pour l'éducation afin que les nations parviennent à travailler ensemble pour un avenir plus durable et stable, selon le site des Nations unies.

L'annonce a été faite à l'oc- A en croire ces derniers, plu- l'éducation », préparé par une doivent mutualiser leurs ef-

soin de la nature, par le biais de l'éducation au développement durable. », indique ledit rapport. Et enfin, les humains doivent apprendre à faire un usage équitable de la technologie. Car, la technologie doit être redéfinie afin qu'elle bénéficie à tous et soit au service de tous, à commencer par les plus marginalisés.

Pour sa part, António Guterres, secrétaire général des Nations unies, estime que ce rapport est un jalon important pour une vision de l'éducation qui garantirait la justice, le droit de la personne et la possibilité permettant de mieux répondre aux défis émergents et aux intérêts des futures générations. Créée en novembre 1945, l'Unesco est une institution spécialisée internationale de l'Organisation des Nations unies qui contribue au maintien de la paix et de la sécurité en resserrant, par l'éducation, la science et la culture, la collaboration entre nations.

Chris Louzany



Des élèves en plein cours/DR

casation de la célébration de la 4e Journée internationale de l'éducation placée sur le thème « Changer de cap, transformer l'éducation ». Selon les Nations unies, l'éducation n'a pas rempli ses missions vis-à-vis des millions d'enfants, de jeunes et adultes. Ces différentes personnes ont davantage été exposées à la pauvreté, à la violence et à l'exploitation.

sieurs facteurs sont à l'origine de cette contreperformance parmi lesquels le déclenchement de la crise sanitaire à coronavirus covid-19, l'utilisation disproportionnée de la technologie et enfin le manque de soutien et de financement des enseignants.

En effet, le rapport « Repenser nos futurs ensemble : un nouveau contrat social pour

commission internationale et publié par l'Unesco en 2021, a démontré que la redynamisation du système éducatif est une affaire de tous. Ainsi, au moins trois éléments doivent être mis en musique pour l'atteindre. Il s'agit de faire en sorte que les citoyens de chaque pays, continent et du monde redéfinissent la nature de leur relation. Pour cela, ils

forts en vue de lutter contre la désinformation et la division qui gangrènent toutes les sociétés.

Aussi, ces mêmes personnes feraient mieux de revoir leur relation avec la nature ou leur environnement. « L'apprentissage doit inculquer aux élèves les mentalités et les compétences nécessaires pour apprendre à prendre

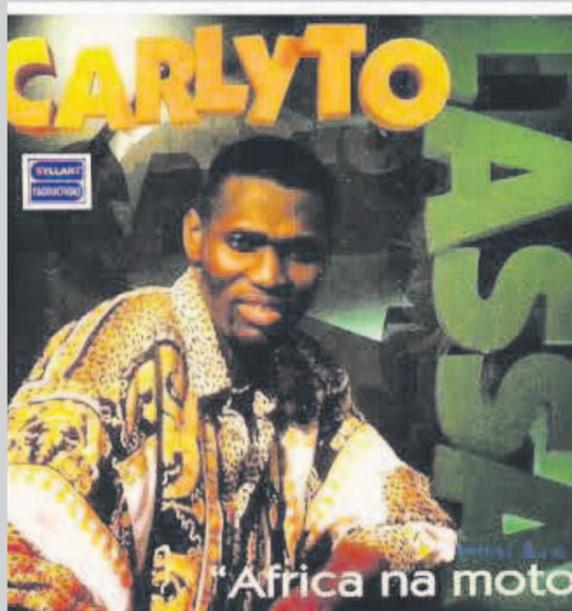
Les immortelles chansons d'Afrique

« Makolo ya Masiya » de Carlyto Lassa

Avec une voix à la fois séduisante et mélancolique, Carlyto Lassa a brillé comme un astre au firmament de la musique africaine. Son album solo « Africa na moto », référencé 312008, recèle un titre incontournable : « Makolo ya Masiya ».

« Makolo ya Masiya » est le dernier titre de la musique profane que Carlyto Lassa, chanté avant sa conversion dans le christianisme. A travers ce titre que l'on peut traduire en français par « Les pieds du Messie », l'auteur raconte sur fond de rumba l'histoire d'une femme déçue par un homme nommé Kinsala, qui l'a préférée à une autre vivant dans l'opulence. Pour cette femme lésée, cette déception est assimilable à la souffrance de Jésus sur la croix. Dans ce morceau, Carlyto et soutenu par Abby Surya.

« Ngai naweyi bolingo esilaki te na motema, nawanze, babotoli ngai yo pona mbongo Kinsala, natikala awa ba pasi, lokola makolo ya Yesu Masiya babaka na sete, na ko senga na Nzambe mikolo minso na losambo résurrection na ngai ». En français: « Je suis morte, l'amour dans mon cœur n'était pas encore fini, je suis perdue, on t'a ravi pour de l'argent Kinsala. Je suis restée dans la souffrance à l'instar des pieds de Jésus qu'on a percés, je demande tous les jours à Dieu ma résurrection ».



Si la femme attend sa résurrection, elle craint néanmoins que le sort de celui qu'elle aime soit celui de Judas Iscariote. Une manière de dire que les hommes ou les femmes qui abandonnent leurs partenaires pour les sommes d'argent finissent toujours par le regretter.

Arrangé et autoproduit, cet album paru en

1996 a connu la participation de Guy Sangue et Nguma Lokito à la basse; Caen, Dally, Dizzi; Lokassa et Popolipo à la guitare solo; Djou Djou music, Ernest Nvouama et Maika Munan à la programmation batterie; Abby, Andy, Carlito, Eric, Linda, Luciana, Nono, Passy, Sims Zowa au chant; Mavungu à la tumba; Ernest Nvouama, Jean Mukazi, Maika Munan à la programmation et 3615 code Niamu à l'animation.

Lassa Ndombasi Charles, alias Carlyto, chanteur guitariste et auteur compositeur, est né le 15 janvier 1961. Son talent fut décelé par Gérard Madiata. C'est grâce à la chanson « Maya » de Lutumba qu'il s'est révélé au grand public. En 1984, il chante avec Pépé kalé dans l'album « Liki ya Bilima » de Lutumba qui contient la deuxième version de « Maya » et « Bon samaritain » de Papa Noël. En 1986, Avec Choc Stars, sa voix a apporté une autre couleur. Après sa conversion au christianisme, il a signé en 2001 l'album « La reconnaissance ». Carlyto a embelli les chansons de plusieurs artistes. Aujourd'hui encore, il inspire ceux de la nouvelle génération.

Frédéric Mafina

Livres

Gaëtan Ngoua publie « Chants pour toi enfant du pays »

Publié aux éditions Berkiab au Québec (Canada), le treizième recueil du poète se présente comme un testament de cent huit pages dédié aux filles et fils du Congo.

Gaëtan Ngoua est l'un des chantres qui veut sauvegarder l'essentiel des valeurs endogènes malgré le vacarme, les dérives et la superficialité du monde actuel. Avec un langage inspiré par l'oralité caractéristique de la culture congolaise, l'auteur du livre compose sous forme testamentaire quelques poèmes en vers libres qui encouragent la conquête de vraies libertés. Celles du refus de la passivité et des courants d'aliénation. Il appelle, en effet, par son verbe éveillé, et d'une sagesse profonde, la jeune génération montante à l'action, la responsabilité et la créativité.

C'est un message humaniste qu'il livre pour conjurer les démons de la division et de la vaine destruction. Discours pacifiste qui nous

fait voyager dans l'univers merveilleux de l'enfance du poète. Un univers de candeur et de fraternité chaleureuse dans un paysage verdoyant arrosé de fleuve et préservé par des us favorables à l'écologie.

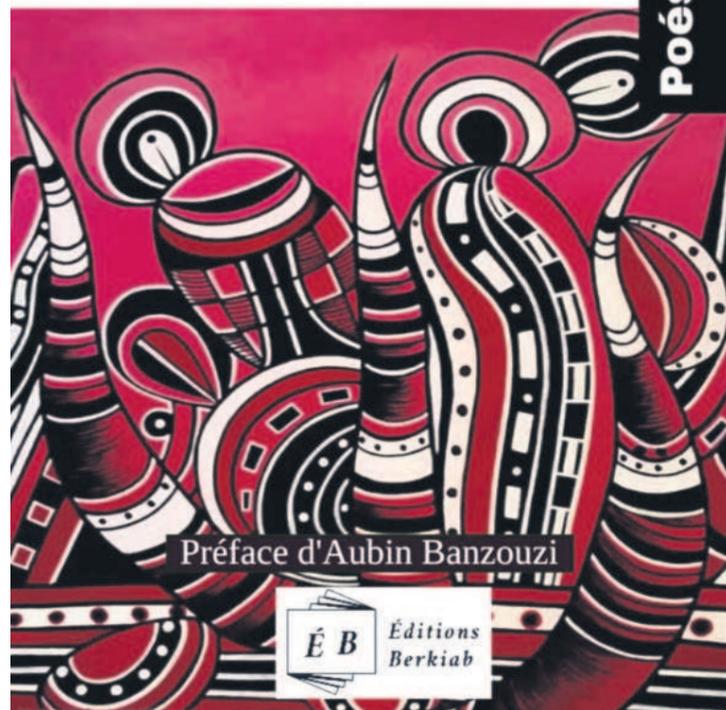
La toponymie décrite est celle du Congo-Brazzaville, la patrie de l'auteur. Des terres mémorables de son enfance aux mille lieux de ce pays traversé par un bassin régulateur de l'écologie mondiale, le poète exalte indistinctement la nostalgie de son appartenance nationale et enjoint tout enfant de ce pays à faire de même. « *Que nous construïrions nos propres tours à Matour; à Massengo, à Mengo, à Bara à Bouansa, à Sibiti, à Bomassa, à Mossaka* », écrit-il.

Tout le texte est centré à l'image du style « snopractique » de l'écrivain innovateur, Benoît Moundélé-Ngollo. Comme ce dernier, Gaëtan Ngoua s'assigne à travers la plume la mission d'éveilleur de consciences. Le substrat de sa philosophie réside dans l'humilité, le respect de la vie et de la dignité humaine, l'amour du travail et de la patrie. La centralité de son verbe poétique laisse percevoir la neutralité et l'universalité du poète. Ainsi tout enfant du Congo, du continent africain et d'un quelconque pays ou continent, partagerait au nom du bon sens les mêmes idéaux, pour l'émancipation à titre personnel et communautaire.

Aubin Banzouzi

Gaëtan Ngoua

Chants pour toi enfant du pays



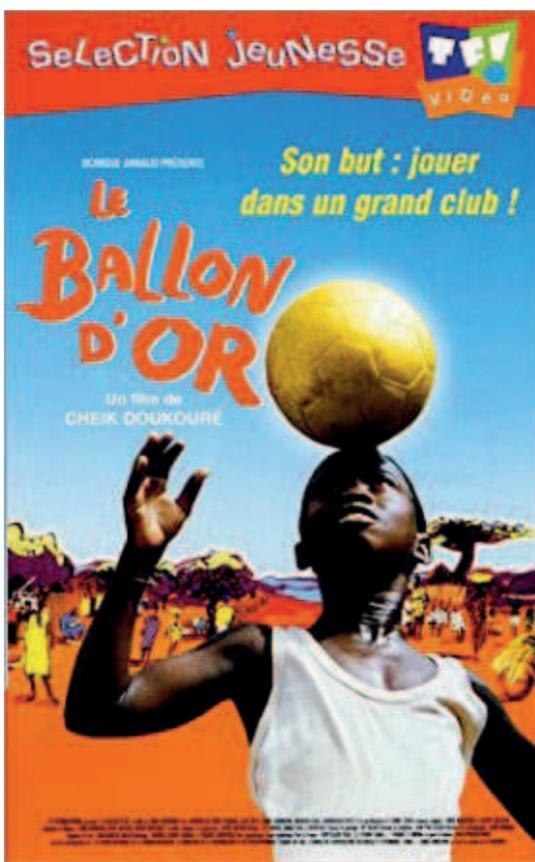
Voir ou revoir

« Le ballon d'or » de Cheik Doukouré

Long métrage franco-guinéen d'environ 1h 30 mn sorti en 1994 et réalisé par Cheik Doukouré, «Le ballon d'or» embarque le spectateur dans l'aventure d'un jeune garçon passionné de football, avec un talent inné qui le propulsera au sommet de cette discipline sportive.

L'œuvre cinématographique s'inspire de la vie du Malien Salif Keita, premier ballon d'or africain en 1970 et encore une légende pour le football du continent. Dans le film, Salif Keita est représenté par Bandian, interprété par Aboubacar Sidiki Sumah. Le petit garçon habite le village guinéen de Makono, perdu au fond de la forêt. Il n'a pas 13 ans, pourtant, il est évident, à le voir évoluer sur un terrain de football, si sommaire soit-il, qu'il a l'allure d'un grand joueur. Mme Aspirine, une jeune doctoresse occidentale qui s'est prise d'affection pour lui, lui offre un ballon en cuir. Bandian a beau être ravi, il en fait un si mauvais usage qu'il est contraint de fuir son village. Diverses péripéties l'amènent à participer à un match avec des joueurs plus âgés, qu'il surclasse aisément, et attire l'attention de Béchir Bithar, un homme fortuné qui flairera aussitôt la bonne affaire qui propulsera le jeune adolescent au plan international.

Raconté à la manière d'un conte, ce film s'ancre totalement dans la réalité du continent à l'époque des années 1990. Avec une belle prise de



vue le mettant en avant tripotant le ballon dans toutes les positions possibles, Bandian évoque le rêve d'une jeunesse talentueuse qui ne cherche qu'à s'exprimer. Pour le cas de ce petit garçon, ce sont des étrangers qui ont contribué à son ascension. Pourtant, cette façon de faire perdure jusqu'à présent, combien même les autorités africaines devraient se servir de ce genre d'opportunités pour valoriser leurs talents. Avec un peu de recul, il est

déplorable de constater que les brillants talents locaux sont considérablement valorisés dans leurs pays que lorsqu'ils ont fait la preuve à l'international dans des clubs et championnats. Ce qui ne devrait pourtant pas être toujours le cas. Aujourd'hui, l'Afrique peut se féliciter d'avoir fait du chemin en matière de football. Mais rien n'est gagné, du fait qu'elle demeure sous-représentée pour ne pas dire quasi invisible lors de la Coupe du monde. A cela s'ajoute la problématique de la gestion du secteur en Afrique qui fait face à de sérieux problèmes comme l'installation et l'entretien des équipements, la mobilisation et la gestion des fonds, le sérieux et la rigueur dans la formation des joueurs, etc.

Près de vingt-huit ans après sa sortie, «Le ballon d'or» reste une belle oeuvre à regarder. Ce, grâce à un grand travail d'équipe dirigé par Cheik Doukouré à la réalisation et à la scénarisation en compagnie de David Carayon et Marum Brossolet ; Monique Annaud à la production ; Alain Choquart à la photographie ; Michèle Robert-Lauliac au montage ; Loy Ehrlich et Ismaël Isaac à la musique et chansons.

Merveille Jessica Atipo

www.lesdepêchesdebrazzaville.fr

Lire ou relire

« Les îlots cannibales du Congo » de Lheyet Gaboka

Le recueil publié à titre posthume aux éditions la Bruyère à Paris, en 1987, montre l'élan patriotique et panafricaniste de l'écrivain congolais, Lheyet Gaboka, qui de son vivant n'a pas eu la chance de publier ses divers manuscrits.

Sur 128 pages, Lheyet Gaboka se fait le chantre des valeurs universelles qui ont marqué le pédagogue sérieux et illustre qu'il fut, l'un des pionniers de cette profession de Montaigne au Congo-Brazzaville. L'éducation au respect de la vie, à la fraternité et au progrès par l'effort est l'idéal que le

poète avec un ton marxiste dans son premier texte « En avant ! » (Page 12).

Dans les poèmes suivants, « Homme sans cœur », « Le tam-tam », « Nkoua », « Dipenda », « Mes yeux cherchent le Seigneur », « Unité », « Hommage à ma première école », « Gloire à la Vierge Marie », « Hymne à un mort », etc., l'auteur peint avec lyrisme et mélancolie ses convictions, ses peines et espoirs. Il se révèle très proche, d'intimité et de vie, du sort de ses compatriotes et de la jeunesse surtout. Pour eux, il balise des sentiers d'éternité à travers un discours



Les pages d'un des livres de Maurice Lheyet Gaboka/ DR

poète a voulu transmettre aux différentes générations qui liront son oeuvre. « *C'est un effort commun de notre tâche, que la terre d'Afrique finira l'ironie. C'est par un quotidien et constant labeur que ce sol changera la face du vieux monde. C'est par la conscience et le courage au labeur, qu'il occupera une noble place dans le monde. Que tous, Africains, dans l'univers entier, qui que vous soyez, quel que soit votre métier, travaillez la main dans la main pour édifier l'Afrique de demain* », clame le

rythmé, sensé et d'une poésie majeure, qui fit dire à Antoine Letembet Ambily, à la postface : « *Tous ceux qui consacrent leur existence au service de l'écriture jouiront de l'immortalité quand bien même le fil de leur vie viendrait à être coupé par les ciseaux fatidiques des parques. Cher confrère Maurice Lheyet Gaboka, reçois ce jour, demain et pour jamais de nos mains frémissantes d'émotion, la couronne de ton immortalité d'homme de lettres* » (Page 128).

A.B.

E-commerce

Six tendances qui façonneront le secteur en 2022

L'e-commerce se transforme au fil des évolutions des marchés et des attentes des consommateurs. Pour poursuivre correctement leur croissance, les marques doivent anticiper ces changements en prenant connaissance des dernières dynamiques du secteur.

À l'ère du tout numérique, les e-commerçants mesurent de plus en plus l'importance d'utiliser les technologies pour inciter les clients à parcourir leur site. En effet, trois consommateurs sur quatre utilisent régulièrement des sites d'e-commerce. Bien avant la pandémie à coronavirus (Covid-19), le réflexe d'achat en ligne était déjà bien présent chez les consommateurs. Aujourd'hui, ces derniers sont définitivement ancrés dans leurs habitudes de consommation. Cependant, l'e-commerce s'accompagne de changements venant des consommateurs, notamment de nouvelles attentes, nouvelles préférences, nouvelles priorités... Face à ces nouveaux challenges, les marques doivent s'adapter afin de mieux répondre aux nouvelles demandes des clients. Voici les six grandes tendances qui constitueront l'e-commerce en 2022.

Se lancer grâce aux marchés de niche

Lorsqu'on crée son affaire en ligne, il peut être difficile de se démarquer de la concurrence. C'est particulièrement le cas lorsqu'on se lance sur un marché qui a déjà été exploré par de nombreux acteurs, qui sont, parfois, très importants, comme Amazon ou Cdiscount. En se spécialisant dans un domaine niche, les leviers utilisés pour se faire connaître, comme le référencement naturel (SEO), seront moins concurrents. Il est donc plus judicieux



Une cliente effectuant un éventuel achat/ DR

de se tourner vers des marchés niches en choisissant un secteur en pleine expansion où la concurrence est encore faible.

Le shopping sur mobile poursuit sa croissance

Selon une étude de Dynamic Yield, trois consommateurs sur quatre effectuent désormais leurs achats sur téléphone pour des questions de praticité et de rapidité. Face aux opportunités qu'il réserve, le mobile n'est pas à négliger. Il est primordial d'optimiser son site internet pour ce type de transactions, qui sont de plus

en plus nombreuses. Il est donc essentiel d'intégrer le mobile dans sa stratégie de croissance.

L'e-commerce se met au vert

Si la crise sanitaire a poussé les consommateurs à acheter plus régulièrement en ligne, elle a aussi accentué la prise de conscience écologique dans leurs nouvelles habitudes d'achats. Cela pousse logiquement les e-commerçants à accélérer les démarches RSE. Expédition plus écologique, supprimer les emballages plastiques, proposer des emballages réutilisables... Nombreuses sont les so-

lutions concrètes déjà existantes.

Les réseaux sociaux

influencent plus amplement les cyberacheteurs

La croissance des réseaux sociaux et de la culture d'influence transforme les réseaux sociaux en un élément essentiel du parcours d'achat des consommateurs. Ils se tournent vers ces plateformes pour recueillir un avis direct de la part d'autres clients avant de passer à l'acte d'achat. Les marques ont donc tout intérêt à utiliser ces plateformes et à se tourner vers des créateurs de contenus qui promouvoir leurs produits auprès d'une communauté solide.

Le Direct-To-Consumer répond aux besoins de transparence

Parce que les consommateurs veulent établir une relation de confiance avec leurs marques préférées, les entreprises adoptent de plus en plus le Direct-To-Consumer (D2C). Cette nouvelle manière de vendre rend plus transparent le cadre habituellement imposé dans le processus de distribution. Cela permet aux entreprises de transformer l'expérience de commercialisation, mais aussi l'expérience d'achat qu'il propose. Les marques mettent en confiance leurs clients et peuvent communiquer simplement avec eux sur leurs préférences ou récolter leurs avis sur des articles.

Les Marketplace, canal de distribution stratégique

Deuxième canal de découverte après le bouche-à-oreille (37 %), la popularité des Marketplace peut s'expliquer par la facilité d'achat qui est offerte et la satisfaction d'avoir son produit livré en un temps réduit, avec des retours souvent gratuits. Elles apportent une certaine valeur à l'expérience d'achat du consommateur et sont de véritables portes d'entrée pour les marques qui se lancent en ligne. Les Marketplace sont un canal de distribution à ne pas négliger pour accroître ses ventes et gagner en visibilité. Elles peuvent notamment être utiles pour gagner des clients en ligne, et ensuite les fidéliser sur un site e-commerce.

Gloria Lossele et Siècle digital

Africa Tech Summit

Nairobi va abriter la quatrième édition

Principal événement technologique africain, « Africa Tech Summit » va se dérouler les 23 et 24 février à Nairobi, au Kenya. La rencontre réunira des leaders africains du numérique et acteurs internationaux.



Le rendez-vous des acteurs du secteur technologique leur permettra d'explorer les opportunités et les défis au sein de l'écosystème, tout en présentant les opportunités d'investissement. En effet, Africa Tech Summit Nairobi reliera

les leaders technologiques de l'écosystème dans l'objectif d'encourager la collaboration, de favoriser le développement de l'écosystème dynamique de l'entrepreneuriat et de l'innovation en Afrique, tout en connectant les investisseurs,

les entreprises technologiques, les fintechs et les start-up, les opérateurs de téléphonie mobile, les régulateurs.

Pour cette édition l'on compte trois volets : le Money and Defi Summit, l'Africa Start-up Summit et l'Africa Mobile Summit,

qui favorisent l'interaction et une ligne de mire future dans un éventail de secteurs. Avec la croissance exponentielle de la fintech et l'utilisation des cryptomonnaies à travers le continent, le Money and DeFi Summit soutenu par Celo et VerifyMe mettra en vedette des leaders, des plateformes et des leaders d'opinion africains de la fintech. « Nous sommes ravis d'accueillir à nouveau les start-up africaines au Pitch Live sur scène à l'Africa Tech Summit. Alors que les deux dernières années ont été très difficiles à l'échelle mondiale, de nombreuses entreprises technologiques à travers le continent ont prospéré. Soutenir l'écosystème et créer une plateforme permettant à ces start-up de se connecter

avec des investisseurs et des entreprises est l'objectif de l'Africa Startup Summit, un rendez-vous de l'innovation et de la Tech africaine, qui met en avant les talents des jeunes africains aux yeux du monde », a indiqué Andrew Fassnidge, fondateur d'Africa Tech Summit.

Durant deux jours, l'événement qui rassemblera des leaders technologiques, des entreprises, des start-up, des investisseurs, des entrepreneurs, des gouvernements, des organismes commerciaux et des médias présentera l'écosystème de start-up et le talent entrepreneurial de l'Afrique. Au total, dix start-up seront sélectionnées pour présenter leurs produits

G.L.

Festim Brazza Awards

Florian Koulimaya, lauréat du prix « meilleur catalyseur de la jeunesse congolaise »

Le président de l'association Les jeunes cadres, Florian Koulimaya, a été récompensé le 21 janvier à l'hôtel Olympic Palace, en compagnie de soixante-trois autres jeunes qui se sont distingués dans leurs domaines d'activités respectifs en 2021.

La deuxième édition du Festival d'images (Festim Brazza) a vécu. Selon son promoteur, Claudio Sama Kengué, Florian Koulimaya fait partie des jeunes congolais qui se sont illustrés dans les actions socio-culturelles ces dernières années, dans le cadre de la relance des activités éducatives. Le président de l'association Les jeunes cadres a apporté, a-t-il dit, des projets pour encourager des élèves en République du Congo. « En tant que jeune leader en matière de l'éducation, nous vous avons sélectionné parmi les nominés et votre nomination a rencontré l'assentiment du public, dans le cadre du vote sur les réseaux sociaux. Par rapport aux critères définis par notre organisation, vous avez été lauréat du prix de meilleur catalyseur de la jeunesse congolaise dans le domaine de l'éducation », a annoncé Claudio Sama Kengué.

Une distinction qui vient booster le travail que Florian Koulimaya mène depuis 2015 au sein de son association. « Je considère cette récompense comme étant un stimulant qui pourra me rappeler sans cesse que je dois décupler d'efforts pour jouer ma partition dans cette quête



Florian Koulimaya (à droite) recevant son trophée/DR

perpétuelle du développement inclusif, endogène et durable de notre pays. Je rends un vibrant hommage à tous les membres de l'association Les jeunes cadres et les appelle à poursuivre notre chemin, à

agir pour le bien de la société et à répondre toujours aux besoins sociaux, car si nous avons pu avoir l'assentiment du jury, c'est parce qu'il a constaté la pertinence des actions », a-t-il déclaré.

Il a également rappelé que l'association Les jeunes cadres œuvre depuis 2015 en République du Congo en particulier et en Afrique en général par le biais de certaines antennes. Il s'agit d'une association à caractère so-

cial, éducatif et sportif menant des actions caritatives à l'endroit des jeunes telles que des orientations et des séances de développement personnel. « Nous visons l'épanouissement de la jeunesse. Nous incitons les jeunes à être des acteurs et non des spectateurs dans la quête perpétuelle de développement dans notre pays. Nous intéressons aussi les jeunes au volontariat car c'est une issue de l'insertion socioprofessionnelle pour lutter contre l'oisiveté. Il nous faut retrousser les manches et travailler sans cesse pour notre communauté. Il faut donc servir et non pas penser à se servir », a conclu Florian Koulimaya.

Notons que la deuxième édition du Festim Brazza Awards Congo est la dernière car le festival s'appellera désormais Festim Afrique. La première édition se tiendra en République démocratique du Congo. « Festim Afrique est un instrument diplomatique et culturel de la République du Congo mais qui, dorénavant, prendra le relais dans le cadre continental. C'est une initiative qui fait la promotion du tourisme culturel à travers la diplomatie », a indiqué Claudio Sama Kengué.

Parfait Wilfried Douniama

Evocation

« On roule en mbeba, on dort en yoga » (suite et fin)

Dans la capitale, en lingala et, bien avant la guerre du 5 juin 1997, le mot mbeba avait pour synonyme "likama" qu'on traduit par le malheur, la catastrophe. Réinterprété sous ce nouvel éclairage, le concept «mbebisme» décrierait un complexe d'actions et d'idées catastrophiques qui caractériseraient le gouvernement issu de la guerre et le «mbebiste», un nuisible, un malfaiteur.

Tout ceci avait conduit à supposer sans trop forcer que les rédacteurs de la « Rue Meurt » plaçaient le gouvernement post-guerre pour lequel le mot fut forgé sous le signe de la catastrophe, d'un malheur national.

Au demeurant, l'expression « On roule en mbeba » n'était que la première composante d'une phrase dont l'intelligibilité est rendue par sa condition suffisante à travers le « On dort en yoga ». A l'origine donc, l'expression usitée pendant la guerre par les Cobras est « On roule en mbeba, on dort en yoga ».

Le yoga est un exercice physique et spirituel hindou au terme duquel le moi, l'ego, par des techniques appropriées, se détache de son enveloppe

existentielle pour parvenir à la contemplation absolue, à la béatitude.

Vraisemblablement, on serait tenté d'interpréter le « On dort en yoga » par « On dort profondément, on dort jusqu'à l'oubli, on dort comme un loir ». Dans ces conditions, «On roule en mbeba, on dort en yoga» s'entendait comme «On roule à toute allure, en catastrophe, on dort jusqu'à l'oubli de soi», ou encore «On roule casse-cou, on crève sans soucis». A l'évidence, il y avait dans cette combinaison un sens tragique de la vie dictée par la guerre. Rouler en catastrophe, à tombeau ouvert, et, dormir profondément décrit une condition de vie désespérée et sa conséquence dramatique : la mort. A partir de ce moment, l'expression «On roule en mbeba, on dort en yoga» se replace dans le contexte historique qui l'avait créé, à savoir la précarité de la vie des combattants Cobras pendant la guerre. Ces derniers, confrontés à la mort quotidienne, avaient «philosophé» à leur façon pour traduire la vie à risques et périls qui était la leur : lorsque le malheur surgissait sous forme de décès, il fallait l'assumer dans une totale insouciance comme dans

un exercice de yoga. Cette précarité, la vie et la mort, les deux faces de Janus, les combattants Cobras l'assumaient dans une totale insouciance d'où leur célèbre expression «On roule en mbeba, on dort en yoga».

Comme on le voit, il n'y avait pas à l'origine de cette expression la moindre trace de mouvement des éternels «On part, on part», les chauffards et les nervis de tous bords, roulant à tombeau ouvert et qui avaient traumatisé la population à la fin de la guerre du 5 juin 1997. Le «mbeba», nous l'avons montré, décrivait les conditions dramatiques de la vie pendant la guerre et, le «yoga» sa conséquence tragique. On roule en mbeba, on dort en yoga, on roule à tombeau ouvert, on meurt sans-soucis. Au moment où le grand musicien Papa Wemba reprenait cette expression dans l'une de ses chansons, la guerre n'était plus qu'un mauvais souvenir dans les rues de Brazzaville. Toutefois, «rouler en mbeba, dormir en yoga», expression plutôt géniale qui résumait cette période trouble de la vie à Brazzaville, continuait toujours de résonner comme un avertissement venu d'outre-tombe.

Ikkia Ondai Akiera

Valoriser le métier de garde forestier pour contribuer au développement du tourisme

De nombreux pays africains comptent, en ces temps de crise, sur le développement du tourisme pour générer des ressources importantes au budget des Etats. Or, l'un des pans les plus importants du tourisme dans les pays africains est celui lié au tourisme de la nature. Chaque année, les parcs naturels accueillent des millions de touristes venus du monde entier pour admirer les animaux sauvages à l'instar du gorille des montagnes au Rwanda, des Okapis en RDC ou des éléphants de la Cuvette ouest au Congo. Mais pour que ces animaux puissent vivre en paix dans leur milieu naturel sans risquer de se faire abattre par des braconniers, il y a un corps de métier qui en a le mérite ; c'est celui de gardes forestiers.

Saviez-vous que grâce à la protection efficace de leurs habitats par les gardes forestiers, le nombre de gorilles de montagne a été multiplié par deux ces 30 dernières années ? Saviez-vous aussi que les gardes forestiers contribuent également à la consolidation de la paix environnementale ?

Selon Johannes Refisch, coordinateur du Partenariat pour la survie des grands singes au Programme des Nations unies pour l'environnement, « L'importance du travail effectué par les gardes forestiers et les éco-gardes est visible de plusieurs façons. Les gorilles de montagne en sont un exemple fantastique : pas un seul gorille de montagne n'a été tué au cours des 10 dernières années », relève-t-elle.

En novembre 2019, l'Union internationale pour la conserva-



tion de la nature a déclaré que le gorille de montagne n'était plus « menacé d'extinction ». L'espèce a été reclassée « en danger » grâce aux efforts de conservation. « Néanmoins, il ne faut pas

oublier l'important travail des gardes forestiers dans les « parcs en proie aux conflits » de la République démocratique du Congo, tels que ceux des Garama, Virunga, Maiko

et Kahuzi-Biega », rappelle Johannes Refisch. « 200 gardes forestiers ont été tués dans le seul parc national des Virunga ces 20 dernières années », conclut-elle. Il existe un certain nombre d'exemples en Afrique où la gestion communautaire des

ressources naturelles, associée à une protection efficace par des éco-gardes, a permis de réduire les conflits entre l'homme et la faune sauvage.

Les communautés sont en pre-

mière ligne de la conservation de la faune et doivent prendre la place qui leur revient dans l'économie de la faune. Ce point a été souligné lors d'un sommet sur l'économie de la faune sauvage africaine, qui s'est récemment tenu au Zimbabwe. « Le commerce illégal d'espèces sauvages profite à un nombre très restreint d'individus, mais nuit à beaucoup d'autres », se désole Doreen Robinson, responsable des questions liées à la vie sauvage à l'ONU Environnement. Mais lorsque les communautés et les gardes forestiers œuvrent de concert, avec le soutien des gouvernements et des organisations internationales, on peut protéger la faune et faire en sorte que les personnes qui ont la responsabilité de vivre aux côtés de la faune puissent en tirer le maximum d'avantages. C'est fort de tous ces atouts et ayant pris conscience de l'importance de l'industrie touristique, que les gouvernements africains intensifient leurs activités de lutte contre le braconnage et ont récemment enregistré plusieurs succès.

Boris Kharl EBAKA

Chronique

Réduire la déforestation pour sauver la planète

Dans le combat engagé pour la protection de la planète contre la pollution et ses effets néfastes, la réduction de la déforestation et la plantation d'arbres est l'une des solutions proposées pour lutter contre le taux croissant d'émissions de dioxyde de carbone (CO2) et contre le réchauffement climatique.

Depuis longtemps, l'homme est persuadé que les arbres ralentissent le réchauffement climatique en stockant le CO2 émis dans l'atmosphère. Même si de plus en plus de travaux scientifiques suggèrent que les choses pourraient ne pas être aussi simples. Les forêts de la planète absorbent chaque année environ le quart des émissions mondiales de carbone provenant des combustibles fossiles. Planter des arbres n'est donc pas seulement une action symbolique, c'est un geste salvateur. Les arbres fabriquent de l'oxygène, favorisent la biodiversité et offrent un habitat pour de nombreuses espèces. Ils sont une source de vie indéniable sur terre. Mais ils ont également le pouvoir de stocker du dioxyde de carbone et donc de limiter le réchauffement climatique.

Pour limiter le réchauffement climatique, il faut réduire nos émissions de CO2. Le défi est de taille car, malgré la menace, nos sociétés peinent à revoir leurs modes de consommation. Alors, certains imaginent des solutions qui reposent

sur la capture du CO2 atmosphérique, notamment en plantant un grand nombre d'arbres. Des arbres destinés à absorber le dioxyde de carbone, puisqu'ils en ont besoin pour vivre. Par photosynthèse, les arbres transforment le CO2 en énergie. Mais ils l'utilisent aussi pour fabriquer du bois et des racines, une manière donc de stocker le dioxyde de carbone atmosphérique pendant plusieurs décennies. D'autant qu'une étude de 2011 affirme que les arbres absorbent plus de carbone qu'ils n'en émettent par respiration et par décomposition.

Pour la première fois en 2015, l'accord de Paris sur le climat prévoyait ainsi que les pays devaient s'efforcer de compenser leurs émissions de carbone, non seulement en protégeant leurs forêts existantes, mais aussi en plantant de nouvelles forêts. En 2017, une étude estimait que les forêts du monde pourraient participer pour plus d'un tiers à la réduction des émissions nécessaire à maintenir le réchauffement en dessous de 2 degrés Celsius d'ici 2030.

Néanmoins, quelques scientifiques appellent à la prudence. Selon eux, les forêts ont des impacts sur le climat qui demeurent incertains. Depuis longtemps, les chercheurs savent ainsi que les feuilles des arbres absorbent plus la lumière du soleil que les champs ou les sols nus. Les forêts renvoient donc moins d'énergie solaire vers l'espace, ce qui entraîne un réchauffement. Un phénomène qui s'observe essentiellement aux hautes latitudes et dans les régions montagneuses ou sèches. Par ailleurs, il semble aujourd'hui acquis que les arbres échangent en permanence avec l'atmosphère. Et ils émettent un ensemble de produits chimiques dont certains pourraient participer au réchauffement de la planète. Des campagnes de collecte des données devraient permettre de faire la lumière sur le sujet.

Pour l'heure, ce que l'on sait c'est que 7 millions de personnes meurent dans le monde chaque année à cause des particules fines contenues dans l'air pollué. Participer au développement de la biodiversité dans un espace urbain toujours plus dense, planter des arbres est un acte permettant de lutter contre les îlots de chaleur urbains et améliorer la qualité de l'air.

Boris Kharl EbaKa

Le saviez-vous ?

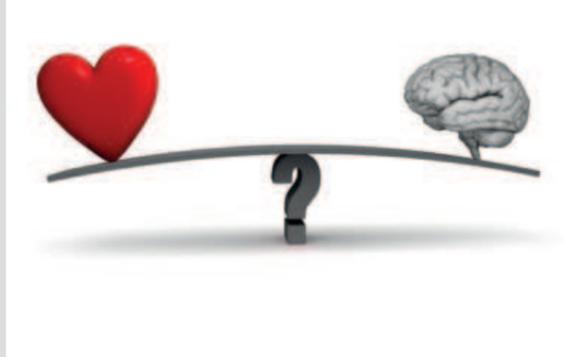
Faut-il agir en écoutant le cœur ou la raison ?

On a tous été confronté, à un moment de notre vie, à un choix qui nous amène à nous demander s'il vaut mieux écouter la voix du cœur ou de la raison. Bien que le chemin du cœur soit pour certains le plus facile à emprunter, pour d'autres, la raison est une voie beaucoup plus sûre. De ce fait, nos agissements sont-ils le résultat des mouvements de notre cœur ou de ceux de la raison ? Explication.

Tout d'abord, la raison explique, décorative, démontre les causes rationnelles des phénomènes, cherchant à établir des vérités incontestables et universelles s'appliquant à tous. Elle ne connaît que des vérités démontrables. Pourtant, le travail de la raison est fondé sur des principes hypothétiques qui ne sont pas démontrables rationnellement. Dans certains cas, la raison reste impuissante car elle ne peut rien prouver.

Ensuite, certaines choses se situent au-delà de la raison, qu'elles soient de l'ordre de l'intuition, comme une impulsion immédiate. Effectivement, le cœur, c'est cette petite voix au fond de nous que l'on choisit de négliger ou au contraire de prendre en compte. Parce que plutôt que de nous fier à notre instinct, on préfère souvent écouter son cerveau, même si ce dernier est parfois dans le déni. Notre vision des choses peut être altérée par plusieurs éléments, ce qui nous déstabilise face à des choix difficiles.

Par ailleurs, la voix de la raison semble plus difficile à écouter, tandis que celle du cœur est périlleuse à suivre. Emprunter la voix des sentiments et écouter seulement ses émotions semble le chemin le plus direct vers le bonheur sur le moment. Lorsque celui-ci est impossible, écouter son cœur permet au moins d'être en co-



hérence avec soi-même et d'assumer ses émotions.

Mais il faut également reconnaître que le cœur peut conduire au désespoir, voire à l'autodestruction. Il abrite toutes les composantes irrationnelles de notre personnalité : nos souvenirs, nos traumatismes, notre manque d'amour, le manque de confiance en soi, notre passé, nos peurs. Choisir le cœur, c'est un peu faire le choix de l'enfant qui est en nous. Un choix émotionnel, non calculé. C'est un choix de liberté qui apporte de la fraîcheur et parfois, un peu de folie dans notre vie. Seulement, ce choix peut également nous emmener dans de sombres endroits, alors que nous sommes aveuglés par des émotions extrêmes.

Lorsque la raison ne peut plus rien pour nous, même en étant conscients du côté rationnel de la situation, parfois, c'est plus fort que nous, que tout.

Ne pas avoir à choisir

Les décisions fondées sur le cœur sont émotionnelles, ce sont donc des décisions fondées sur le court terme. Vos émotions ne stagnent pas, elles mutent. Et vous le savez, on ne bâtit pas une relation de long terme sur des décisions de court terme. Nous cherchons avant tout la stabilité. Et ce sont les choix ayant pour base la raison qui nous permettent cette stabilité. Seulement, faire des choix uniquement fondés sur la raison conduit à mener une vie trop réfléchie. Parfois on ne peut qu'écouter la voix du cœur qui paraît incontrôlable.

La solution consiste alors à choisir une voie médiane entre ces deux extrêmes. Il convient d'équilibrer nos choix de vie entre les deux axes. Il ne faut jamais rechercher un extrême ou un autre. Tout dépend du contexte de chaque histoire. On ne peut savoir à l'avance quel sera le meilleur choix pour nous, pour notre équilibre et pour notre vie personnelle dans une optique de long terme.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourse en soins infirmiers pour Africains en Turquie 2022

Cette bourse d'études est destinée aux étudiants étrangers et Africains pour étudier en Turquie.

1. DONNÉES SUR LA BOURSE

Année de la bourse : 2022

Pays : Turquie

Organisme : Koç Üniversitesi

Niveau d'études : master, doctorat

Spécialité de la bourse : soins infirmiers

Montant de la bourse : 125.000 TL

Date limite pour postuler : 21 février 2022

2. ORGANISME D'ACCUEIL

Nom de la bourse : Türkiye Bursları

Organisme : Koç Üniversitesi

3. DESCRIPTION DE LA BOURSE

Le programme de bourses turques (Türkiye Bursları) de l'Université de Koç est un pro-

gramme de bourses internationales financé par le gouvernement turc. Il fournit un soutien financier aux étudiants internationaux dans le cadre de leur programme d'études prévu dans certaines universités turques publiques et fondations.

En effet, le programme de Türkiye Bursları offre un soutien aux étudiants de tous les pays qui souhaitent poursuivre des études de premier cycle, de master ou de doctorat. Il aide également les universitaires et les chercheurs post-doctoraux à collaborer avec des chercheurs turcs. L'Université de Koç propose des bourses conjointes avec des bourses turques depuis 2019 pour les étudiants internationaux. Le programme de bourses turques à l'Université de Koç propose : 100% de bourses d'études,

l'hébergement en dortoir (selon le soutien mensuel offert par les bourses turques), l'allocation mensuelle (selon le soutien mensuel offert par les bourses turques) ...

Groupe cible : pour tous les groupes.

Comment postuler à la bourse : vous pouvez postuler pour le programme du 1^{er}, 2^e (Master) et 3^e cycle (Doctorat) : Remplissez et soumettez le formulaire de demande de bourses turques en ligne, soumettre le formulaire avant leur date limite annuelle en février, soumettez le formulaire de candidature pour les étudiants internationaux de l'Université de Koç avec tous les documents et informations requis avant la date limite annuelle...

Lien : <https://international.ku.edu.tr/scholarships/turkish-scholarships-program-at-koc-university/>

Par Bourses africaines



Le visage d'une femme illuminé par un rire/ DR

Humeur

Contre le stress, riez !

Savoir se faire plaisir, pratiquer une activité physique régulière, manger équilibré, bien dormir, se relaxer... Au quotidien, la lutte contre le stress passe par une multitude de conseils très simples, auxquels vous pouvez également ajouter... le rire.

Le stress exerce une « action négative sur les maladies cardio-vasculaires, aujourd'hui clairement démontrée. Il peut aller jusqu'à entraîner un infarctus du myocarde », souligne la Fédération Française de cardiologie (FFC). D'où l'enjeu de le prévenir, sinon de le gérer, grâce notamment au rire.

Ses bienfaits ont été maintes fois démontrés. Illustration à travers cette étude réalisée auprès de cinquante-trois étudiants de l'Université de Bâle (Suisse) publiée en 2020 : d'après ses auteurs, « l'association entre les événements stressants et les symptômes de stress ultérieurs était modérée par la fréquence des rires ressentis au moment de l'événement stressant ».

Diminue la pression, démine-les tenions

Et pour cause, comme le rappelle la FFC, le rire tend à « stabiliser le rythme cardiaque et à diminuer la pression artérielle ». Sans compter qu'il « réduit la production de cortisol, l'hormone principale du stress, procurant immédiatement un sentiment de bien-être ». Au-delà, le rire représente un formidable trait d'union vers l'autre : il « facilite les rapports humains, diminue l'agressivité, dédramatise les situations », complète la FFC.

Alors au quotidien, ne ratez surtout pas une occasion de rire. « Pratiquer l'autodérision, s'amuser des travers de la vie est donc une excellente façon de lutter contre le stress, améliorer sa santé cardio-vasculaire et ainsi vivre mieux dans son environnement social », conclut la FFC. Inutile toutefois de forcer le trait : à en croire l'étude suisse, si la fréquence du rire a bien des effets sur le stress, son intensité, elle, n'exerce aucun.

Destination santé

Bien-être

S'évader grâce aux activités manuelles

Loisirs créatifs, jardinage, bricolage... Ne négligeons pas les bienfaits «santé» des activités manuelles. Celles-ci constituent un formidable moyen de couper le rythme du quotidien et de s'évader par la pensée, de se détendre en somme. Illustration.

Vous aimez la peinture, le dessin, le collage, le tricotage, la poterie, le jardinage, le bricolage, le tatouage, la couture, la broderie, la peinture de coloriage de mandalas, de peinture ou de dessin, ces activités créatives



Le tricotage / DR

ou la poterie ? Bonne pioche ! D'après une étude américaine, ces activités se caractérisent, en effet, par leurs vertus apaisantes. Elles contribuent à baisser les taux de cortisol, l'hormone du stress. Et pour cause, les auteurs ont constaté auprès des trente-neuf participants de leur étude que ces loisirs artistiques leur permettaient de « découvrir de nouveaux aspects de soi » et de « se libérer des contraintes » du quotidien.

Même constat pour le tricot, à travers cette étude réalisée auprès de soixante-cinq amatrices et amateurs, interrogés sur leur passion. Les résultats montrent combien cette occupation « est importante pour leur bien-être » comme le souligne l'auteur. Les raisons ? Bien souvent, il s'agit de la satisfaction personnelle de créer mais aussi l'état de relaxation et d'apaisement induit, en réalisant les points de tricot.

Fait-maison

De la même façon et à l'image d'une ac-

tivité de coloriage de mandalas, de peinture ou de dessin, ces activités créatives peuvent aussi être l'occasion de partager un moment agréable et d'échanger avec votre jeune enfant ou pourquoi pas votre ado. Au même titre bien sûr que le fait de cuisiner des p'tits plats. Avec une fois encore, la satisfaction et la fierté de manger du fait-maison.

Et si vous préférez l'air extérieur, direction le jardin ou le balcon pour s'occuper des plantes et autres fleurs. A en croire la Fédération nationale des jardins familiaux et collectifs, « la majorité des jardiniers oublient leurs tracas, la fatigue de leur journée de travail ou le stress de la vie quotidienne ». Sans compter, qu'au même titre que le bricolage, le jardinage constitue une excellente façon de bouger et de pratiquer une activité physique : de faible intensité, comme le fait de ramasser des fruits ou des légumes. Ou à un rythme plus modéré lorsque vous taillez une haie ou ramassez des feuilles. Prêt pour l'évasion ?

D.S.

Alimentation

Le pop-corn, simple amuse-bouche ou bon pour la santé ?

Les bienfaits de la consommation de pop-corn sont seulement efficaces si cet aliment est ingéré seul. Autrement dit, sans ajout de sel, de sucre, de beurre ou d'un quelconque autre ingrédient.

Le pop-corn contient du polyphénol en grande quantité, c'est un antioxydant particulièrement efficace pour lutter contre l'obésité, les cancers et maladies cardiovasculaires. La coque, la petite partie dure que tout le monde déteste dans ce dernier, serait même la partie qui contiendrait le plus de polyphénol. C'est lors du 243e meeting de la Société américaine de chimie que l'équipe du Pr Vinson, de l'Université de Phoenix, a mis en avant cette propriété liée aux graines de maïs soufflé.

Les propriétés du pop-corn

Le pop-corn peut être un ingrédient santé, mais évidemment il n'est pas question de le noyer sous le beurre et le sel, et idéalement mieux vaut le préparer dans une machine à air soufflé. Dans tous les cas, le pop-corn maison se passe des emballages contenant des produits chimiques. Un pop-corn préparé dans de bonnes conditions aurait une qualité nutritionnelle intéressante. Également, il contient de l'endosperme permettant de réguler le taux de cholestérol, ce qui favorise ainsi une bonne santé cardio-vasculaire. Même si beaucoup de personnes ne le savent pas, le pop-corn est un aliment à grains entiers qui peut apporter de véritables bienfaits pour l'organisme. En effet, des études démontrent que la consommation de grains entiers diminue l'inflammation et le risque de souffrir d'une maladie cardiaque. Le pop-corn est un grain entier, donc sa haute teneur en fibres permet de réguler le transit intestinal. Une portion de 100 grammes fournit jusqu'à 15 grammes de fibres. Selon le World journal of gastroenterology, les fibres favorisent

une bonne santé digestive et complètent le traitement de certains problèmes digestifs tels que la constipation.

A en croire les données recueillies dans Self nutrition data, le pop-corn est un ali-



ment complet qui fournit une concentration intéressante de nutriments essentiels. Plus concrètement, cet aliment contient la vitamine B1 (thiamine), B3 (niacine), et B6 (pyridoxine), fer, magnésium, phosphore, potassium, zinc, cuivre et manganèse.

Quelques mises en garde

Le pop-corn en sachet contient de la perfluorooctanoïque (Pfoa), connu pour être cancérigène et possible perturbateur endocrinien. Une étude danoise de 2009 démontre que ceci aurait un effet négatif sur la production de spermatozoïdes chez les hommes, et impacterait également la fécondité des femmes. Pour les variétés à passer au micro-ondes, la question des huiles hydrogénées se pose, c'est-à-dire des huiles végétales transformées. En quantité trop importante, ces huiles peuvent boucher les artères et provoquer des maladies cardio-vasculaires.

Le pop-corn (ou maïs soufflé) nous vient des Indiens d'Amérique qui auraient été les premiers à le préparer au XVIIe siècle! Depuis, il s'est imposé comme ingrédient star des séances de cinéma. Il s'avère que celui-ci peut être bénéfique pour la santé sous certaines conditions.

Chris Louzany

CAN 2021

Le stade d'Olembé menacé de fermeture

Suite à l'incident qui s'est produit au stade d'Olembé lors du match des 8^{es} de finale entre le Cameroun et les Comores, le président de la Confédération africaine de football (CAF) a demandé qu'une enquête approfondie soit menée, au risque d'exclure ce joyau des listes des installations qui abritent les matches de la Coupe d'Afrique des nations (CAN).

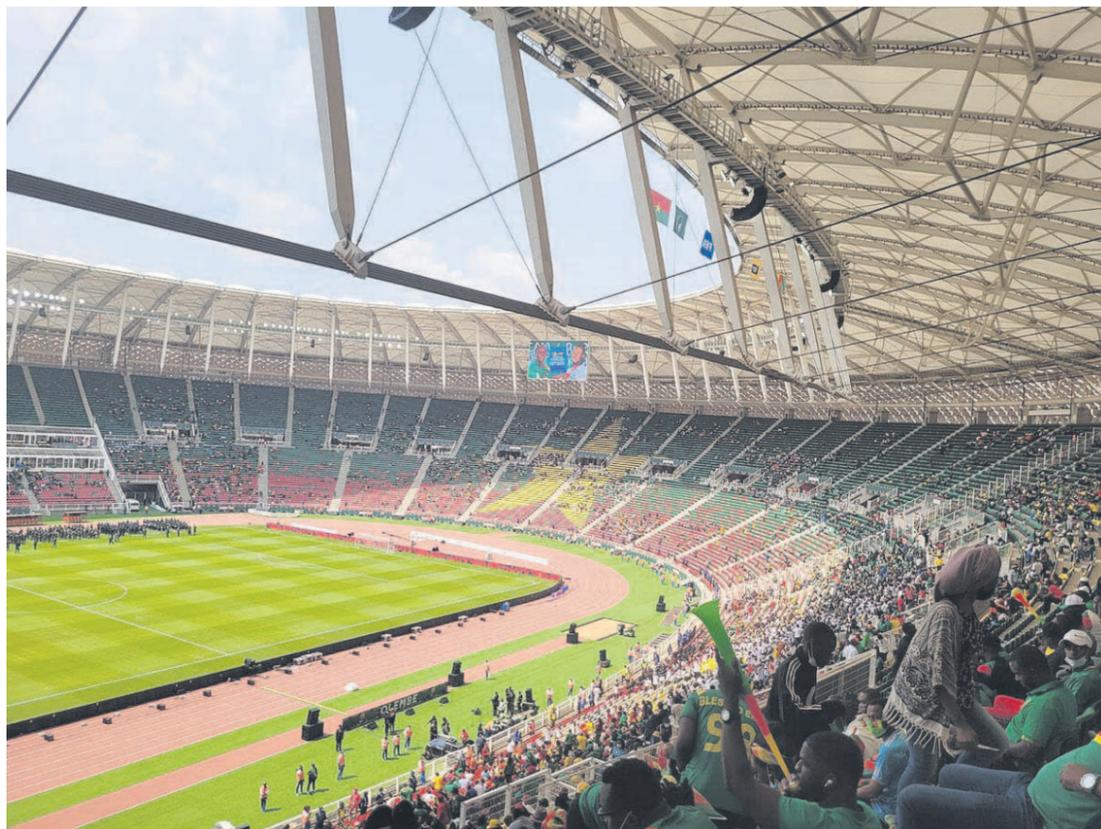
Selon le Sud-Africain Patrice Motsepe, le prochain match supposé se jouer à Olembé se disputera au stade Ahmadou-Ahidjo de Yaoundé. Le président de la CAF a annoncé, en conférence de presse, une décision forte concernant ce stade, où un drame a eu lieu le 24 janvier. Cette décision fait suite aux événements tragiques survenus à ce grand joyau de 60 000 places.

« Le stade Olembé n'abritera pas le match de ce dimanche si les circonstances et les responsabilités de ce drame ne sont pas établies avant. On jouera au stade omnisports Ahmadou-Ahidjo. J'ai convoqué une réunion demain qui va impliquer le comité d'organisation de la CAN. Nous devons comprendre ce qui s'est réellement passé. Des mesures urgentes doivent être prises », a-t-il déclaré sans plus de détails.

Suite à une bousculade meurtrière survenue le 24 janvier dans la soirée au stade Olembé, lors du match mettant aux prises le Cameroun aux Comores, le premier respon-

sable de la CAF est allé apporter son soutien aux blessés le lendemain. Patrice Motsepe était accompagné par certains membres de l'instance faîtière du football africain.

A en croire plusieurs sources concordantes, ce drame aurait coûté la vie à plus d'une dizaine de personnes. Les blessés ont été pris en charge dans quatre hôpitaux de Yaoundé, a annoncé le gouvernement camerounais. En effet, peu de temps avant le match des 8^{es} de finale Cameroun-Comores, des incidents ont été enregistrés aux accès du stade d'Olembé à cause d'une forte affluence. Selon l'agence Associated press, de nombreux supporters se sont massés pour passer les contrôles de test covid-19, puis de billets. Beaucoup n'en avaient pas, pensant qu'on les laisserait entrer gratuitement, comme lors des matches du premier tour. A en croire des témoins, devant la pression, la



Une vue du stade d'Olembé/DR

police, dépassée, aurait alors décidé d'ouvrir les grilles. Et c'est ce qui aurait provoqué le mouvement de foule et la bousculade meurtrière.

Surnommée Paul-Biya, en référence au président du pays, cette enceinte, la plus grande du Cameroun, a été livrée avec trois années de

retard, juste avant le début de la compétition, tandis que ses alentours n'étaient pas terminés.

Rude Ngoma

Covid-19, premier adversaire des sélections africaines

Depuis son coup d'envoi, le 9 janvier dernier au Cameroun, la Coupe d'Afrique des nations (CAN) connaît plusieurs moments forts mais la pandémie à coronavirus tente de jouer le trouble-fête, bouleversant ainsi les calculs de certaines équipes qui en ont payé cash.

Outre les spectacles, le beau jeu, le fair-play ainsi que le professionnalisme qui caractérise la 33^e édition de la CAN, le coronavirus aussi impacte fortement le déroulement de cette compétition dont le coup de sifflet final retentira le 6 février. A l'exception du pays hôte, le Cameroun qui jusqu'à présent ne subit pas encore de manière sévère la puissance de la pandémie à coronavirus, plusieurs autres nations participant à la compétition sont impactées par les effets de cette maladie.

Selon la charte de cette CAN qui se joue au Cameroun, toute équipe disposant de onze joueurs négatifs est obligée de jouer son match, même avec un joueur de champ dans les cages. Telle est la règle imposée par la Confédération africaine de football (CAF), sous peine de sanctionner un match raté par une défaite 2-0 sur tapis vert. Plusieurs nations font ainsi les frais.

Jusqu'à présent, le pays qui a dramatiquement subi la colère

de la pandémie à coronavirus est les Comores. Qualifiés pour la première fois de leur histoire aux 8^{es} de finale de la CAN, les Coelacanthes ont été décimés avant d'affronter, le 24 janvier, le Cameroun. Douze membres de la délégation dont les gardiens, les joueurs phares ainsi que les membres du staff ont été testés positifs. Parmi eux, le sélectionneur Amir Abdou, mais surtout les deux seuls gardiens, à savoir Moyadh Ousseini et Ali Ahamada, Salim Ben Boina étant blessé. Au terme du match, les Comores qui ont joué avec un joueur de champ au poteau ont été battues 1-2 par le Cameroun.

Depuis le début de la compétition, toutes les équipes ont déclaré des cas de covid-19 sauf le Cameroun. Une situation qui suscite l'interrogation, forcément. Le sélectionneur des Comores, Amir Abdou, s'est posé des questions sur la multiplication des cas dans son staff et sur l'absence de cas côté camerou-



Le joueur des Comores, Chaker Alhadhur, transformé en gardien contre le Cameroun/AFP

nais. « Franchement, ont-ils besoin de ça contre nous ? Ce qui est marrant, c'est qu'en faisant les tests, il prenait aussi des photos et avec un petit sourire, ce sourire qui te dit : il se passe quelque chose. Je l'ai déjà vécu. Le PCR peut devenir une arme supplémentaire pour un pays ou un club », a-t-il confié lors de la conférence d'après match.

En réponse à plusieurs critiques qui fusent sur la presse concernant le manque des cas de covid du côté de la sélection camerounaise depuis le début de la compétition, le président de la fédération, Samuel Eto'o, a tenté d'éclaircir les choses, le 25 janvier lors d'une conférence de presse. « Il est judicieux de rappeler à l'opinion publique que les tests covid des équipes

prenant part à la CAN sont réalisés par un cabinet indépendant choisi par la Confédération africaine de football, le pays organisateur n'est pas impliqué dans la réalisation desdits tests, et n'est en rien concerné par les contaminations détectées et comptabilisées au sein des équipes participantes », a-t-il indiqué.

R.Ng.

Plaisirs de la table

À la découverte du macis

Originaire d'Indonésie, l'épice de la semaine a tout pour plaire. Proche de la noix muscade par le goût, le condiment est commercialisé sous la forme moulue et entière. Très apprécié en Asie-Est, le macis est réputé, en effet, pour sa finesse et son utilisation ne peut nous réserver que d'innombrables surprises. Découvrons-le ensemble.

Ce qui est à relever dans ces épices du monde dans leur ensemble, c'est justement le parfum parfois très prononcé, fin ou doux de ces saveurs toutes particulières des unes des autres. Appelé aussi « fleur de muscade », cette désignation est due au fait qu'il est obtenu à partir de l'écorce renfermant la noix muscade fraîche, pas étonnant alors de retrouver cette approche subtile mais plus poivrée que la noix muscade ordinaire. Sa coloration orangée est une autre invitation à l'utiliser absolument dans la cuisine de tous les jours. Toutefois, cette couleur vive est le résultat du séchage, sa couleur naturelle étant le rouge lorsqu'il est frais.

Son utilisation en cuisine n'est pas différente d'autres épices et pas loin surtout de la noix muscade avec une pointe de raffinement en plus. Il parfume les poissons et viandes blanches, apporte une touche suave à la sauce béchamel, surprend agréablement le palais dans un dessert au chocolat ou bien une poêlée de fruits (pomme, pêche, ananas, melon). Mieux vaut éviter de l'associer à d'autres épices qui prendraient le dessus sur sa saveur délicate.

Moulue ou râpée, l'épice aromatique est le plus souvent saupoudrée dans le lait de poule, mais pas seulement dans du thé épicé ou du vin chaud. Elle rehausse la saveur des viandes comme le porc, le bœuf et la volaille. Dans le commerce, on s'en sert pour assaisonner certains produits de

charcuterie. Sans vouloir exagérer sur cette épice, de nombreux chefs cuisiniers en ajoutent une touche aux quiches, aux plats à base de pâtes au fromage. Cerise sur le gâteau, le macis serait indiqué dans l'assaisonnement de délicieuses boulettes de viande.

Incorporez un quart de cuillère à café dans deux tasses de pâte à crêpes, à gaufres, à muffins ou dans les gâteaux au café et au chocolat pour ajouter une note exotique

Grâce à son parfum à la fois de noix de muscade, un peu citronné, avec des senteurs subtiles de cannelle et également de poivre, le macis résulte à la fin légèrement amer, ce côté fascine bien les inconditionnels de cette épice. On l'associe bien volontiers dans des recettes de poissons fins tels que le sandre ou la perche, mais aussi avec les viandes blanches ou encore avec le rôti de porc. En dessert, il se marie très bien avec les fruits poêlés ou avec le chocolat. D'autres utilisations culinaires sont à rechercher dans la préparation de mélanges d'épices pour la conservation de cornichons ou tout simplement de vinaigre épicé mais ce n'est pas tout même pour la conservation de légumes surgelés.

Plus raffiné que la noix de muscade, on l'utilise en cuisine dans les plats salés, sucrés-salés, mais aussi sucrés. Bien qu'on le retrouve souvent sous la forme moulue, et plus rarement entier, il est néanmoins conseillé avant chaque préparation de le moulin au fur et à mesure



pour les besoins culinaires afin de préserver ses arômes. L'épice ne craint pas les cuissons douces (vapeur, papillote, à l'étouffée) qui lui permettent de développer encore plus ses arômes.

Pour la petite histoire, son usage remonterait à la période de l'Antiquité. La trace irréfutable du macis remonte aux pays arabes, qui ont fait découvrir de nombreuses épices à l'Occident importés d'Inde, le macis en faisait partie. Dans la ville mythique de Constantinople, le parcours de cette épice mais également de la noix muscade y sont restés.

Le macis s'est fait connaître comme ingrédient dans la composition du diaphoenix, un célèbre remède de la pharmacopée maritime occidentale au XVIII^e siècle. Mais ce n'est pas tout, le macis entre aussi dans les ingrédients d'une boisson d'origine médiévale appelée Hypocras que l'on fabrique toujours de nos jours en France. D'ailleurs, il s'intègre très agréablement aux épices

utilisées pour la confection du vin chaud d'une ancienne appellation d'une célèbre région française. Autrement, le macis est également utilisé dans le cadre de la fabrication d'infusions d'eau chaude ou de thé. Une autre boisson très connue renferme à son tour, le parfum particulier du macis, l'épice en constitue la recette traditionnelle du célèbre pastis ainsi que la badiane.

En remplacement de la noix muscade ou du macis, il n'est pas rare de recourir aux fèves tonka ou à du citron noir séché à la fois pour leur goût très différent, mais dans le salé. Rare dans les supermarchés, il est préférable de se tourner vers les épiceries fines ou encore par la vente en ligne pour en trouver de belle qualité. Il est recommandé d'acheter la fleur de muscade entière ou celle bien brisée plutôt que moulue. Pour ce qui est de sa conservation, il se conserve dans une boîte hermétique à l'abri de la chaleur et de l'humidité. Le macis moulu perd rapidement sa

puissance aromatique. Mieux vaut n'en stocker qu'une petite quantité.

Appartenant à la famille botanique dénommée myristica fragrans, l'arille donc la fine couche entourant la noix muscade est utilisée comme remède aux multiples bienfaits. Cette épice très peu connue possède des vertus digestives et anti-nauséuses.

Il est impossible de résumer cette page sur le macis sans parler de ses propriétés antibactériennes, en effet, grâce à ses propriétés, l'épice tueait les bactéries responsables de l'halitose ou la mauvaise haleine. D'ailleurs, pour une fréquence plus soutenue de son utilisation, l'ingrédient se retrouve dans la composition de certains dentifrices et bains de bouche. Le macis favoriserait la santé des gencives et des dents. Pour une utilisation plus simple et afin de mieux profiter de ses bienfaits, il est conseillé de frotter une pincée sur les dents puis de rincer bien évidemment surtout que la poudre moulue est toute rouge !

Macis ou noix de muscade sont d'ailleurs des produits naturels qui peuvent faire des merveilles sur la peau. Passez le mot ! en application locale, la poudre brune réduirait l'inflammation, les cicatrices d'acné et guérit les irritations cutanées. Associez avec du miel ou de l'eau puis appliquer sur la peau la pâte obtenue sur le visage, en évitant le contact avec les yeux.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Galettes de pommes de terre au macis

Temps de préparation

Temps de préparation : 20 mn

Temps de cuisson : 20 mn

INGRÉDIENTS POUR SIX PERSONNES

Un kg de pommes de terre Un oignon Deux œufs Une cuillère à soupe de farine 12 cl d'huile d'olive Une cuillère à café de macis finement moulu Sel et poivre

PRÉPARATION DE LA RECETTE

Commencer par éplucher et râper avec une râpe à gros trous les pommes de terre et l'oignon. Veuillez à égoutter les ingrédients râpés afin de retirer toute l'eau.

Bien mélanger ensuite les œufs, la farine, le sel et le macis.

Avec des mains mouillées, formez de petites galettes et faites-les tremper dans la préparation précédente.

Faites-les dorer dans l'huile d'olive en les aplatissant bien et en les retournant avec précaution.

Servir chaud.

Bonne dégustation !



S.A.

SOLUTION :
Le mot-mystère est : PRÉSERVATIF

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| B | A | L | L | E | | D | O | P | E |
| E | C | U | | U | T | I | L | E | |
| M | E | N | T | | A | X | I | A | L |
| O | | D | O | D | O | | V | U | E |
| L | O | I | R | | N | O | E | | V |
| | Z | | D | O | S | E | | M | E |
| L | O | T | U | S | | U | N | E | |
| A | N | E | | A | F | F | A | M | E |
| M | E | S | S | I | E | | T | E | S |
| P | | T | A | | M | O | T | | S |
| E | N | | P | O | U | | E | A | U |
| | E | P | E | I | R | E | | L | I |
| F | E | U | | E | S | S | A | I | E |

FLÉCHÉS 12x15 SOLUTION • N°2134 • © FORTISSIMOTS 2021

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°336

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

- 2 LETTRES**
AI - CA - EU - HE - IN - LI - NI - NU - OR - OU - RA - RE - RI - SA - TA - UT
- 3 LETTRES**
AIR - ARA - BUT - EAU - LOI - TIR - UNE
- 4 LETTRES**
ABUS - ALEA - ALLO - ARUM - ERRE - ILES - LAIT - LUTH - MARE - OREE - PEAU - SAPE - SUER - TOME
- 5 LETTRES**
AGILE - ASILE - EMERI - EUROS - EUSSE - LOESS - LUTTA - PARLE - PELLE - RARES - RIRES - SATAN - SNOBE
- 6 LETTRES**
AIEULE - ECUEIL - ULULER - USINER

FLÉCHÉS 12x15 • N°2135 • © FORTISSIMOTS 2021

| | | | | | |
|---|----------------------------------|----------------------------|-------------------------------------|----------------------------|------------------|
| REMETTRE EN ETAT PROMENADE | SORTIRA DU BAN ENTENDU A L'OPERA | SANS VALEUR IMPRO MUSICALE | NOTE DU CHEF MALADE DE PEAU | URNIR LITRE GRECOUE | ENFANTS SAGES |
| PARLER ANTILLAIS PRENDRE DE LA BOUTELLE | | | BONNE CARTE COLLE | | PARTIE DE CHASSE |
| DANS LE PASSE OBSTACLE | | | VIELLE ALLEMAGNE FUSELE | ENNEM DU FLN BOUT DE ROUTE | |
| | NOMBRE ATTENTION | | | | POSITIONNES |
| RAPPEL PETIT CUBAIN | | STRIE | PREFECTURE DU 62 BORDURE | | |
| POSSESSIF RENDUES SOUDES | | VENDAIT ANIMAL MARIN | | POUFFE TRANSPORTS AERIENS | |
| PARADIS PERDU RICHESSE | | | CORPS CELESTE EPOQUES | CURSUS | PETITE LUMIERE |
| | ABATRE DECOUVERTE | | PRONOM PERSONNEL MODELE DE SOLIDITE | NEGATION PRONOM REFLECHI | GRUGE |
| AVERSE FAIRE LE RECIT PERIODE | | | CHARPENTE | | |
| ECLOSE | | ASPIRE | | COURANT FAIBLE | |

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

- ADROIT
- ALLURE
- CANOE
- CARCASSE
- CLOCHE
- COULISSE
- CRABE
- CUISSE
- DANDY
- DAUPHIN
- ECHARPE
- FAUNE
- FLOCON
- FUGUE
- GAULOIS
- GAZOLE
- GLOBE
- GRENADE
- HANCHE
- HELICE
- HORMONE
- HUMOUR
- LAMPION
- MACHINE
- MANGUE
- MOITE
- MOUTON
- MYCOSE
- NEANT
- PARDON
- PARODIE
- PERSIL
- PILEUX
- PLEUVOIR
- POCHE
- RADIS
- ROUPIE
- RUCHE
- SAUMON
- SEANCE
- SOLIVE
- SOLUTION
- SOMBRERO
- TIEDEURS
- VOISIN
- YAOURT

• SOLUTION DE LA GRILLE N°590 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°597 •

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

• SUDOKU • GRILLE N°611 • DIFFICILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°598 • FACILE •

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

L'art et la manière

Téléphone, oreillettes et casques MP3

A une ère de plus en plus moderne, les gadgets de téléphonie mobile et de divertissement occupent une place de choix dans le quotidien de leurs utilisateurs. Le constat est là, plus ces technologies apparaissent avec la promesse de faire se rapprocher les individus, plus ceux-ci ont tendance à s'isoler dans une bulle High-Tech.

La vie relationnelle se formant à l'écoute des autres et du monde extérieur, il est important d'observer certaines règles pour rendre digeste notre rapport aux nouvelles technologies et conserver la meilleure des santés à notre vie psychologique et relationnelle. Les consignes à observer pour ce faire concernent l'espace et les moments où il convient d'utiliser ces gadgets et comment le faire.

Dans la routine du métro-boulot-dodo, les premières heures de la journée exigent une concentration maximale afin de l'organiser et de se préparer. Céder à la tentation de voir ce qui s'est passé sur les réseaux sociaux est chronophage et empêche de bien visualiser et planifier sa journée. Pour ceux qui intègrent la pratique du sport dans leur routine matinale, l'utilisation d'un casque ou des oreillettes agrémentent le moment tout en permettant à l'esprit d'entrer dans un état méditatif.

Une fois que les premières tâches ont été effectuées, les enfants accompagnés à l'école et que l'on est enfin à son poste de travail, ouvrir sa boîte mail est alors recommandé si l'on gère soi-même son agenda, afin de répondre aux messages qui ne peuvent attendre et pour planifier ses prochains rendez-vous. C'est aussi l'occasion de consulter les messages personnels que l'on a reçus toujours dans le but de planifier les rendez-vous de sa vie personnelle.

En pleine circulation, précisément au volant d'une voiture, il est déconseillé de téléphoner ou de manipuler son téléphone. Les appels ne sont permis que s'il y a un système Bluetooth qui permette de communiquer sans avoir à prendre en main son téléphone. Se préserver de son téléphone ou de ces autres gadgets est avant tout dans ce cas de figure une question de sécurité.

Il existe des lieux où le recours à ces appareils est régi. Ces lieux

sont propices au silence, à la concentration et à la méditation. Ainsi, dans une bibliothèque, on veillera d'éteindre son téléphone ou de le mettre en mode silencieux ; tout comme à l'église. Enfin dans certains endroits comme les avions et les stations à essence, le téléphone doit être éteint par mesure de prévention d'interférences électromagnétiques et d'incendies.

Enfin, lorsque l'on est en compagnie de ses pairs ou de ses proches, que ce soit pour le repas de midi ou pour un dîner, on veillera à rendre inexistant son téléphone-portable et autres gadgets. Si un appel ne peut pas être ajourné, l'on veillera à se retirer dans un endroit discret, à parler à voix basse et à abrégé son appel dans le but de ne dire que ce qui est strictement important et discuter des autres aspects de la question à une occasion plus propice.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier

(21 mars - 20 avril)

Vos idées vous démarquent, vous Le vent tourne rapidement autour de vous, ne prenez rien pour acquis et à l'inverse, ne vous laissez pas décourager par les retournements de situations. Vous apprendrez à être plus réactif que vous ne le pensez.x.



Lion

(23 juillet-23 août)

Vous saurez mettre du piment dans votre vie et vous défendez d'un quotidien monotone, c'est une manière de voir les choses qui vous réussit et vous sera utile également dans le futur. La chance vous sourit, profitez-en.



Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

Parfois utopiste, vous semblez avoir du mal à faire la part des choses, voir à vous voiler la face. N'ignorez pas les mises en garde ni les signes qui s'offrent à vous, particulièrement en ce moment.



Taureau

(21 avril-21 mai)

Donnez leur chance aux rencontres car cette semaine, quelqu'un sera sur votre chemin et pourrait bien changer le cours des choses, que ce soit dans le domaine affectif ou concernant vos activités d'ordre général. Ouvrez l'œil et le bon !



Vierge

(24 août-23 septembre)

Des moments passés en famille vous remontent le moral d'un coup et préservent votre confiance en vous. Vous pouvez être fier de vos accomplissements, le chemin parcouru fut long et la récompense méritée. L'amour vous tend les bras, une rencontre importante pourrait vous tomber dessus.



Verseau

(21 janvier-18 février)

L'amour vous inspire et vous pousse à vous dépasser ! La personne que vous aimez ou convoitez tiendra un rôle très important dans les prochaines actions que vous mènerez. Soyez clair et précis lorsque vous énoncez des plans d'attaque, vos idées ne sont pas toujours comprises de tous.



Gémeaux

(22 mai-21 juin)

Le moins qu'on puisse dire, c'est qu'il y a du mouvement dans votre vie. Vous entrez dans une phase de transition avec ses bons et ses mauvais côtés, mais vous serez capable de trouver des solutions à chacun de vos problèmes. En couple, vous voyez loin.



Balance

(23 septembre-22 octobre)

Des rencontres imprévues vous emmènent loin dans le domaine professionnel. Les idées fusent, soyez sûr que l'une d'entre elles prendra une forme concrète dans les jours ou les semaines à venir.



Poisson

(19 février-20 mars)

Votre créativité s'exprime de manière forte et réalisatrice. Vous voilà prêt à en découdre et à vous lancer dans l'action, l'idée de monter de grands projets est plus forte que jamais, le seul frein pourrait être d'ordre administratif.



Cancer

(22 juin-22 juillet)

Votre météo amoureuse est au beau fixe, vous resplissez et cela vous va très bien. Vous aurez une entière confiance en votre partenaire et vos discussions amèneront à de grandes choses. Foncez et soyez audacieux.



Scorpion

(23 octobre-21 novembre)

Vous donnez le meilleur de vous, à qui cela profite ? Votre investissement est parfois mal réparti, songez à hiérarchiser vos actions et à établir des priorités. Une embellie financière ne tardera pas à pointer, soyez alerte aux opportunités.



Sagittaire

(22 novembre-20 décembre)

Il vous faudra des compromis pour arriver à vos fins et éviter les situations litigieuses. En ce moment, le conflit n'est jamais loin avec vous. Pour autant la chance est au rendez-vous et de belles opportunités seront à saisir dans les jours à venir.



PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE
30 janvier

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

MAKÉLÉKÉLÉ

Madibou (ex-Dieu merci)
Sainte Bénédicte
Terinkyo
Lys Candys (Kinsoundi)
Jumelle II

BACONGO

Trinité
Reich Biopharma

POTO-POTO

Centre (CHU)
Mavré

MOUNGALI

Loutassi
Sainte Rita
Emmanueli

OUENZÉ

Béni (ex-Trois martyrs)
Marché Ouenzé
Rosel
Relys

TALANGAÏ

La Gloire
Clème
Marché Mikalou
Yves

MFILOU

Santé pour tous
Le bled