



# 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](http://www.adiac-congo.com)

N° 161 - VENDREDI 11 AU JEUDI 17 MARS 2022



**8 MARS**

## Droits et devoirs en « e » muet

Le monde a célébré la Journée internationale des droits des femmes le 8 mars comme chaque année. Un peu partout, des activités ont été organisées par des regroupements de femmes en vue de sensibiliser à leurs droits. Au Congo, où la journée a souvent tendance à tourner en parodie faute sans doute de saisir les enjeux mis sur la table, de quoi parle-t-on vraiment au sujet des femmes ?

**PAGE 9**

### FESTIVAL

## Kin-Graff fait son come-back en mai

Après une trêve de cinq ans, le festival Kin-Graff sera de retour du 27 mai au 5 juin à Kinshasa, en République démocratique du Congo. En marge des préparatifs de sa quatrième édition, l'événement international des arts urbains, miroir du talent et de la créativité à travers l'art de rue ou le graffiti, a ouvert un appel à candidatures à l'endroit des artistes et opérateurs culturels jusqu'au 15 avril.

**PAGE 5**



### TRANSPORT URBAIN

## Reprise des itinéraires habituels



Après deux ans environ de grogne silencieuse des Brazzavillois sur les restrictions imposées par la maladie à coronavirus, réduisant ainsi les places assises dans les transports en commun et

son corollaire sur les itinéraires quotidiens, la population a recouvré sa liberté après la levée du couvre-feu et autres limitations en se réappropriant les parcours et les prix de trajets habituels.

**PAGE 4**

### DIVERTISSEMENT

## Afriquiz, jeu de culture générale 100% africain

Afriquiz a été conçu pour se cultiver et découvrir l'Afrique dans une atmosphère de détente. A travers ses différentes thématiques originales et addictives, le jeu fait voyager les différents joueurs de culture en culture sur l'ensemble du continent. Il vise à vulgariser la culture et le patrimoine africain ; instruire par le canal du divertissement ; promouvoir l'Afrique par ses héros et ses réussites historiques.

**PAGE 4**

### MUSIQUE

## Fanie Fayar au « Wop d'Afrique women project »



**PAGE 5**

# Éditorial

## 8 mars

Si elle constitue le fondement des politiques de lutte contre les inégalités entre les femmes et les hommes, la parité n'est pas qu'un vain slogan chez nous. Au travers des instruments au service de l'égalité mis en place par les pouvoirs publics, les femmes congolaises peuvent se réjouir d'avoir les mêmes opportunités que les hommes, en témoigne l'évolution de l'arsenal juridique en cours d'implémentation.

Les disparités demeurent encore certes dans plusieurs domaines tels que ceux de l'emploi, de l'éducation, de la représentativité des femmes dans les instances de pouvoir politique et économique, mais rien ne prophétise que le chemin vers la lutte d'égalité des droits est incertain. Maintenant que la conscience collective semble en saisir peu à peu les enjeux, il en faut un peu plus d'objectivité aux femmes pour qu'elles surmontent les préjugés encore perceptibles.

Bien que le cadre juridique soit désormais présent, et que l'on constate les chiffres en perpétuelle progression, les attentes restent en deçà de ce que l'on pourrait espérer. Parce que tant que les occasions solennelles, comme le 8 mars, destinées à la sensibilisation et à la mobilisation pour les droits des femmes seront perçues que sous le prisme d'occasion festive, la quête vers la parité ne restera qu'un vœu pieux.

*Les Dépêches du Bassin du Congo*

## LE CHIFFRE

« 45 »

*C'est le nombre d'années que totalise, en 2022, la commémoration de la Journée internationale des droits des femmes à travers le monde.*

## PROVERBE AFRICAIN

*« Quand un enfant a les mains propres, il prend son repas dans le cercle des anciens ».*

## LE MOT

« CYBER RANGE »

❑ *C'est un mot qui désigne une plateforme d'entraînement à l'attaque et à la défense informatique. Il s'agit de répliquer un environnement réel pour y éprouver et développer des compétences telles que test d'intrusion, protection du réseau, durcissement de systèmes, modélisation de menaces et réponse à incident. Les premières Cyber range sont apparues il y a plus de quinze ans.*

## IDENTITÉ

« AMINA »

*Principalement utilisé en Afrique de l'ouest, le prénom Amina ou Aminata est la version africaine du prénom arabe Amina, donné à la mère de Mahomet. Ces traits de caractère principaux sont : fidélité, honnêteté, dignité et confiance. D'autres prénoms lui ressemblent comme Imane.*

## LA PHRASE DU WEEK-END

*« On ne fera pas un monde différent avec des gens indifférents ».*

- Arundhati Roy -



### 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](http://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 Biembédi, François Ansi

### RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

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

Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo

Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

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

### RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Rédacteur en chef : Faustin Akono  
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara  
Commercial : Mélaine 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 : Mélaine Eta Anto

Chef de service diffusion de Brazzaville :

Guylin Ngossima

Diffusion Brazzaville : Brice Tsébé,

Irin Maouakani, Christian Nzoulani

Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubélé

Ngono /Tél. : (+242) 06 895 06 64

### TRAVAUX ET PROJETS

Directeur : Gérard Ebami Sala

### INTENDANCE

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

### DIRECTION TECHNIQUE (INFORMATIQUE ET IMPRIMERIE)

Directeur : Emmanuel Mbengué  
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou  
Directeur adjoint : Guillaume Pigasse  
Assistante : Marlaine Angombo  
IMPRIMERIE  
Gestion des ressources humaines : Martial Mombongo  
Chef de service 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](mailto: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](http://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](mailto:regie@lesdepêchesdebrazzaville.fr)  
Président : Jean-Paul Pigasse  
Directrice générale : Bénédicte de Capèle  
Secrétaire général : Ange Pongault

## Interview

## Sylvie Dyclo-Pomos : « Il faut briser la mentalité selon laquelle les femmes ne peuvent pas construire un pays »

Née à Brazzaville, en République du Congo, Sylvie Dyclo-Pomos est auteure, comédienne, metteuse en scène et promotrice du festival de théâtre « Mantsina sur scène ». A l'occasion de la célébration de la Journée internationale des droits de la femme, le 8 mars, elle a travaillé en étroite collaboration avec le collectif Tosala en vue de réaliser la comédie musicale « Mbonguana ». Un spectacle drôle, mais surtout moralisateur car portant sur la dénonciation des violences faites aux femmes en vue de leur épanouissement dans tous les domaines. Entretien.

**Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) :** Durant 1h 15 mn, le public a été fasciné par la comédie musicale « Mbonguana ». Quel message véhicule ce spectacle ?

**Sylvie Dyclo-Pomos (S.D.P.) :** Le message essentiel derrière ce spectacle est de respecter les droits de la femme, magnifier la femme, ne pas la chosifier car c'est par elle que chacun d'entre nous est venu au monde. La femme mérite des hommages. Dans ce spectacle, nous appelons également au changement de mentalité, tant de la femme que de l'homme. A titre d'exemple, durant le veuvage, on voit des femmes maltraiter d'autres femmes. Et il y a aussi des hommes qui, au nom de la coutume, s'imposent pour dire que telle ou telle autre chose s'est toujours faite ainsi et que cela doit continuer.

**L.D.B.C. :** Parlez-nous de la préparation...

**S.D.P. :** Nous avons travaillé durant vingt jours, mais en dents de scie. Ce n'était pas facile. Voilà pourquoi il y a eu des répétitions durant

plusieurs jours afin que toutes ces femmes du collectif Tosala que vous avez vues parviennent à dire aisément leurs textes sur scène.

**L.D.B.C. :** Quelle est votre appréciation de la question des droits de la femme au Congo ?

**S.D.P. :** Je pense que cela avance car, récemment, une loi a été votée pour soutenir ce combat des femmes pour le respect de leurs droits. A ce propos, je souhaite qu'il y ait plus de femmes aux postes de commandement. En effet, il y a de nombreuses femmes qui le méritent, mais c'est déplorables de voir que lorsqu'il y a une opportunité, on favorise toujours un homme. Il faut briser la mentalité selon laquelle les femmes ne peuvent pas construire un pays. Mettons la femme à sa place, car il y a des femmes compétentes qui peuvent mieux faire que les hommes.

**L.D.B.C. :** Quelquefois, on reproche aux femmes le fait de ne pas être suffisamment formées pour occuper certains postes...

**S.D.P. :** Il y a aussi des hommes



qui sont peu formés, mais qui occupent des postes de direction et on le voit par leur façon de travailler. De part et d'autre, c'est pareil. Je pense simplement qu'il y a des femmes formées et qui sont capables de bien diriger. Il faut simplement donner la chance à tout le monde, aux hommes comme aux femmes ; aux filles comme aux garçons.

**L.D.B.C. :** Après Brazzaville,

«Tosala» sera à Pointe-Noire. Pourquoi les organisateurs ne pensent souvent qu'aux deux principales villes du pays et pas aux autres départements ?

**S.D.P. :** Ici au Congo, pour bénéficier d'une subvention pour des activités culturelles, ce n'est pas facile. Donc, si cela ne dépendait que de nous, nous pourrions faire les différents départements du pays, mais hélas, se déplacer nécessite

des moyens. Vous voyez, c'est une grande équipe. Déplacer tout le monde nécessite des moyens financiers pour le logement, la nutrition, etc. Néanmoins, nous sommes bien conscients qu'on a aussi besoin de nous à l'intérieur du pays, pas seulement à Brazzaville ou Pointe-Noire.

**L.D.B.C. :** Prévoyez-vous de faire voyager « Mbonguana » à travers le monde ?

**S.D.P. :** Bien sûr, pourquoi pas ! Au théâtre, on exporte déjà nos spectacles ailleurs et pourquoi pas cette comédie musicale.

**L.D.B.C. :** Un message pour ce 8 mars 2022 ?

**S.D.P. :** La journée du 8 mars n'est pas une journée de fête, ni de pagne mais plutôt de réflexion. Qu'est-ce que nous avons fait ? Qu'est-ce qu'il nous reste à faire ? Sur quoi nous faut-il tabler pour que ça change ? Voilà ce à quoi nous devons nous atteler. Cette journée devrait servir à faire connaître nos droits à nos sœurs, à nos enfants... Aussi, continuons à lutter car ce n'est pas fini. Il faut continuer à militer pour les droits de la femme. On se repose dans la tombe, mais tant qu'on est en vie, on continue à lutter. Ce, d'autant plus que le combat ne date pas d'aujourd'hui.

Propos recueillis par Merveille Jessica Atipo

## Portrait

## Aoua Keïta, le destin d'une pionnière du féminisme

Considérée comme défenseure des droits de la femme africaine, Aoua Keïta a été au centre de tous les combats pour sa dignité, son émancipation, son rayonnement, son intégration socio-professionnelle, son épanouissement et sa féminité dans toutes les sphères de la société, montrant courageusement la voix à suivre aux générations futures.

Aoua Keïta, militante africaine née en 1912 à Bamako, capitale du Soudan français, actuel Mali, s'est engagée face au recul des libertés et la montée des fondamentalistes, devenues la pierre angulaire du féminisme. Elle a historiquement joué un rôle dans la théorisation de la liberté et la lutte contre l'impérialisme, tant dans les postes administratifs que communautaires. Elle est l'actrice centrale dans l'histoire de la libération panafricaine au 20e siècle et, grâce à son activisme politique, à ses interventions sociales et à ses productions littéraires, Aoua Keïta a établi des réseaux au-delà des frontières de son pays. D'ailleurs, son autobiographie « Femme d'Afrique et la vie d'Aoua Keïta », racontée par elle-même, est la première autobiographie écrite en France par une Africaine. L'œuvre a remporté un grand prix littéraire

de l'Afrique noire, faisant d'elle la première Africaine à gagner cette prestigieuse récompense. « Depuis 1945, date à laquelle les peuples d'Afrique d'expression française ont eu le droit de participer à la vie politique, nous avons commencé à militer. Notre objectif était de soutenir un de nos frères élus comme membre d'une assemblée nationale française. A partir d'octobre 1946, la lutte politique des femmes s'est bien définie, à partir du congrès constitutif du RDA, à Bamako. Depuis ce temps-là, j'ai milité avec ferveur pour la liberté des peuples qui seule pouvait permettre aux femmes d'obtenir les droits auxquels elles aspiraient. Je me suis engagée avec d'autres femmes pour la liberté des femmes », expliquait Aoua Keïta dans son autobiographie. Comme elle l'explique dans

son autobiographie, le combat contre les injustices sociales est indissociable de l'organisation des femmes et de la défense de leurs droits. Eternelle militante pour les droits des femmes africaines, elle est la première femme qui a contribué à la rédaction et à la promulgation, en 1962, d'un code de mariage qui accordait de nouveaux droits aux femmes. Dans sa lancée, le 31 juillet 1962, Aoua Keïta a réussi à réunir l'ensemble des femmes africaines à Dar ES Salam, en Tanzanie, pour la création de la toute première organisation dédiée aux femmes africaines « Organisation panafricaine des femmes ». Cette organisation créée affiche un programme ambitieux, à savoir l'abolition de certaines coutumes jugées néfastes, l'instauration du mariage civil avec le consentement obligatoire des conjoints, la suppression du



Aoua Keïta

mariage précoce et la polygamie, la visibilité des Africaines à l'échelle internationale, la promotion des réformes dans le domaine familial qu'en matière de reconnaissance de la place des femmes dans l'espace public. Aoua Keïta a parcouru le monde pour articuler les luttes menées localement sur le continent aux combats internationaux anti-impérialistes. Au lendemain des

indépendances des pays africains en 1960, elle se rapproche des pays socialistes, voyageant en Union soviétique, en Chine, en Corée et au Vietnam pour renouer avec les organisations féminines de ces pays les liens de coopération tournés vers l'éducation des filles, la santé des mères et des enfants.

Cissé Dimi

Journée du 8 mars

# L'école Akili lance la première édition d'« Apprendre des plus petits »

**L'activité organisée le 8 mars, à l'occasion de la Journée internationale des droits de la femme, a permis d'édifier les femmes sur les défis qui les attendent et à les conscientiser pour renforcer des actions en vue de mettre fin aux obstacles qui freinent la réalisation de leurs droits fondamentaux.**

Les organisations de la manifestation se sont servies de l'éducation civique comme vecteur de cohésion pour inculquer certaines valeurs aux femmes et apporter des éclaircissements sur la journée du 8 mars. L'objectif, a signifié Andry Allegras Vald'or Nkounkou, directrice de l'école, est de sensibiliser, conscientiser et édifier les femmes en passant par le canal des enfants pour atteindre un public très large. Car, a-t-elle dit, le code de l'éducation rappelle que la transmission des valeurs d'égalité entre l'homme et la femme se fait dès l'école primaire. Cette initiative consiste à faire tomber progressivement les



Une poignée d'écoliers lors du lancement de l'activité

stéréotypes pour que d'autres modèles de comportement se construisent sans discrimination ni violence. Selon Andry Allegras Vald'or Nkounkou, cette première édition a posé des bases solides, plus importantes qui doivent être nourries pour assurer le droit fondamental de chacun à l'éducation et construire un avenir plus favorable, inclusif et pacifique. Organisée sur le thème « Influencer au féminin : les défis d'une génération consciente », l'activité a été révélatrice d'un réel besoin de renforcer les actions en vue de mettre fin aux obstacles qui freinent encore l'atteinte de l'égalité des sexes et empêchent aux femmes et aux filles de jouir pleinement de leurs droits fondamentaux. C'est, d'une part, une invite à une appréciation de

la pleine mesure du chemin parcouru par les femmes à travers le monde, et d'autre part, l'évaluation des efforts engagés pour leur équilibre et leur épanouissement au Congo.

C'est l'occasion, pour les Congolaises, de prendre conscience des défis qui restent à relever ainsi que des opportunités qui leur sont offertes. Chacune d'elles a un rôle à jouer dans la construction et le développement du pays pour garantir des lendemains meilleurs aux générations futures.

Cette première édition a édifié l'opinion sur les idéaux du 8 mars et la nécessité d'améliorer le statut socioéconomique des femmes, de valoriser leur poids économique et éducatif dans la société.

Cissé Dimi

Transport urbain

## Les Brazzavillois renouent avec les vieilles habitudes

**Dans le but de freiner la propagation de la maladie à coronavirus, les autorités nationales, comme bien d'autres dans le monde, avaient recommandé la réduction du nombre de passagers dans les transports en commun. L'application de cette mesure bien que salubre avait suscité des avis mitigés. Aujourd'hui, la population qui recouvre ses libertés après la levée du couvre-feu et autres restrictions se réapproprie les itinéraires et les prix de trajets habituels.**



Les usagers empruntant un bus

Il y a deux ans, chauffeurs de bus et taximen augmentaient de façon arbitraire et anarchique le coût du transport pour mieux atteindre la recette journalière. Les usagers se plaignaient de cette forme d'avidité qui ne disait pas son nom, obligés de doubler ou de tripler le montant mensuel alloué au transport. Afin de réduire la dépense journalière, certaines personnes étaient obligées de marcher sur de longues distances. Dans ce contexte difficile, pour beaucoup de membres actifs de la société congolaise, apprendre que le coût du transport était revenu à la normale a été un grand soulagement. Toutefois, au sujet de cette normalisation, certains usagers manifestent leur mécontentement par rapport à l'encombrement. Selon eux, c'est une bonne chose de reprendre le tarif habituel mais au-delà, les pouvoirs publics devraient revoir le nombre de passagers à bord. « Les gens sont entassés dans les bus comme des sardines », s'est plaint un des passagers interrogé.

Au moment où les restrictions sanitaires étaient encore en vigueur, les contrôleurs de bus étaient stressés de ne pas pouvoir atteindre la recette journalière. Ils avaient horreur, à longueur de journée, de rappeler aux clients de porter convenablement leurs bavettes... Mais aujourd'hui, eux et leurs chauffeurs effectuent leur travail avec plus d'assurance. Il n'y a plus trop de calcul à faire pour réaliser la recette journalière. Car dans le bus, toutes les places sont occupées et à chaque arrêt, les contrôleurs rappellent avec joie le prix habituel du trajet.

Christ Louzany

www.lesdepechesdebrazzaville.fr

Afriquiz

## Promouvoir la culture africaine par le divertissement

**Premier jeu de culture générale 100% africain, Afriquiz a été conçu pour se cultiver et découvrir l'Afrique dans une atmosphère de détente.**

A travers ses différentes thématiques originales et addictives, Afriquiz fait voyager les différents joueurs de culture en culture sur l'ensemble du continent. Ce jeu de plateau addictif vise à vulgariser la culture et le patrimoine africain ; instruire par le canal du divertissement ; promouvoir l'Afrique par ses héros et ses réussites historiques.

Porté par Aurélien Djom, Karim Bakoume et Freddy Woga, Afriquiz est un jeu de réflexion, d'ambiance et de communication très original dédié à tout âge. Il offre une très grande liberté d'utilisation du matériel et permet de s'exprimer intelligemment en évaluant sa performance dans la découverte et la connaissance du continent.

« Aujourd'hui, le constat fait sur le continent et sa diaspora est que nous souffrons d'une énorme méconnaissance due au manque de représentation positive de son patrimoine culturel africain. Ceci est dû au manque de présentation positive et d'outils pédagogiques adéquats pour nous l'enseigner », déplorent les concepteurs d'Afriquiz.

« Il est plus facile pour un Africain de la diaspora de situer la tour Eiffel ou la statue de la liberté que de situer le monument de la Renaissance africaine ou Louxor ou encore Tombouctou », ajoutent-ils. Pour ce qui est de la boîte de ce jeu, elle contient un plateau de 250 caractères de questions réparties en treize catégories ; dix cartes surprises, six pions, un sablier d'une minute, deux dés, etc. Il s'agit pour le joueur d'être le premier arrivé en répondant correctement aux questions. Pour ce faire, une équipe de deux à six joueurs doit être définie, ceux-ci devront par la suite jeter les dés, avancer en répondant aux questions de culture générale sur l'Afrique proposées par le jeu à travers un parcours jonché de cases spéciales. Ce, en vue d'atteindre la case arrivée.

Notons qu'Afriquiz a été créé en 2018 et à travers ce jeu, les concepteurs, tous trois Africains, ambitionnent de présenter le continent de manière à intéresser le maximum de monde afin de susciter l'envie de découvrir ce patrimoine culturel, notamment ses lieux historiques, ses beaux paysages, sa diversité culturelle, son peuple, ses opportunités et vastes défis.

Gloria Lossele



## Kin-Graff

## Le festival fait son come-back en mai

Après une trêve de cinq ans, le festival Kin-Graff sera de retour du 27 mai au 5 juin à Kinshasa, en République démocratique du Congo. En marge des préparatifs de sa quatrième édition, un appel à candidatures a été ouvert à l'endroit des artistes et opérateurs culturels jusqu'au 15 avril.

Initié par Yann Kwete, fondateur de Culture+ et Kub'art galerie, Kin-Graff est un événement international des arts urbains qui se veut miroir du talent et de la créativité des artistes à travers l'art de rue ou le graffiti. Un art de plus en plus pratiqué aujourd'hui par des millions de jeunes dans le monde entier. Au-delà de son caractère festif, Kin-Graff est un rendez-vous engagé qui vise à sensibiliser le public congolais aux bonnes valeurs à travers des messages positifs tels que l'implication des jeunes dans le développement de la nation, la paix, la lutte contre les fléaux mondiaux, la diversité culturelle. Ce, dans plusieurs langues comme le français, le lingala et l'anglais.

Ainsi, cette année encore, durant dix jours, Kinshasa sera la capitale mondiale des fresques murales, ainsi que de plusieurs autres activités comme des ateliers, conférences et/ou panels, des formations en management culturel, des expositions, des installations. A en croire le comité d'organisation, Kin-Graff accueillera plusieurs artistes et graffeurs de renommée internationale, au nombre desquels Dema One (Maroc-Belgique) qui est aussi le parrain de cette quatrième édition, Refa (Etats-Unis d'Amérique), Madzoo (Sénégal), Yann Couedor (France), SMI (Togo)...

En ce qui concerne l'appel à candidatures en cours, les artistes du monde entier sont invités à envoyer leur portfolio afin de participer à la réalisation d'une fresque murale collective. S'agissant des opérateurs culturels, les organisateurs leur demandent de faire parvenir, entre autres, un curriculum vitae et une lettre de motivation qui démontre de l'intérêt à participer à une formation de 40h portant sur le sprint vers le management culturel. « Toutes les candidatures sont à faire parvenir à l'adresse : [kingraff@kubart.gallery](mailto:kingraff@kubart.gallery). Les candidats présélectionnés seront contactés à partir du 21 avril », a indiqué Yann Kwete.

Merveille Jessica Atipo



## Lutte pour les droits des femmes

# Un jour ne suffit pas

Chaque année, au huitième jour du mois de mars, les particuliers, les associations et les entreprises profitent pour exprimer respect, honneur, reconnaissance et considération à la gent féminine. C'est louable mais l'idéal serait de préserver ce climat tout au long des douze mois.

Dans des entreprises, les employés de sexe féminin se voient offrir des présents. Dommage que ce soient les mêmes choses la plupart du temps : une pièce d'étoffe suivie d'un banquet. C'est bien ! Mais, c'est monotone, pour les uns et peut-être même, fantaisiste, pour les autres. Les récipiendaires de ces présents, qui sont nos sœurs, nos épouses et nos mères, se sentent valorisées, aimées voire choyées. En fait, ce sentiment ne dure, tout au plus, que 24 heures. Puis, soudain, reviennent les réalités quotidiennes. Et ce n'est pas toujours intéressant !

Dans des milieux professionnels, les femmes continuent de subir les harcèlements de tout genre, les discriminations, les railleries inexplicables et parfois même des humiliations flagrantes. C'est triste de le dire ! C'est triste de le vivre ! Alors ou est passé le beau climat festif, affectif et agréable qui a prévalu le 8 mars dernier ? Cette fête est-elle une farce ou quelque chose d'autre du même genre ? S'il en est ainsi, c'est aberrant ! Les choses ne devraient pas continuer à se passer ainsi.

### Mais comment procéder ?

La valeur d'une personne ne saurait se mesurer à une quelconque somme d'argent ni encore à un quelconque bien matériel, aussi précieux soit-il. En fait, l'honneur ou le poids d'une personne se traduit dans la façon de la traiter au quotidien, c'est un mode de vie. Témoigner de la considération à une personne n'est pas une affaire de quelques heures ni encore de quelques jours. C'est plutôt quelque chose de permanent. Cela se vit au quotidien !

Tous les jours, nos chères sœurs, nos chères épouses et nos chères mères devraient se sentir traitées comme des reines, comme des princesses ou encore des autorités, à part entière. Cette façon de voir les choses pourrait aider les hommes à ne plus attendre un seul jour dans l'année pour les valoriser, les honorer et les choyer ! D'aucuns seront peut-être sceptiques à l'idée de penser que tenir en haute estime les femmes tout au long de l'année reviendrait à trop rabaisser les hommes. D'autres estimeront, peut-être, que cette philosophie les ferait passer pour des abrutis, des losers, ou encore des moins que rien.

Disons que ces craintes n'ont pas leurs raisons d'être d'autant plus que c'est cela la vision même du père fondateur de l'humanité. Dans le récit de la genèse, Il a laissé entendre que la femme est « le vis-à-vis de l'homme ».

Christ Louzany

## Musique

# Fanie Fayar au « Wop d'Afrique women project »

L'artiste chanteuse congolaise est comptée parmi les prestigieuses invitées du concert « Wop d'Afrique women Project » qui se tient du 10 au 11 mars à Abidjan, en Côte d'Ivoire.



Fanie Fayar

Organisé par Afrik consult, sous la Marché des arts et du spectacle d'Abidjan 2022.

Auteure, interprète et chanteuse, Fanie Fayar combine de manière subtile les rythmes pop, funk, soul et traditionnels. L'artiste séduit tant par son alchimie que par son énergie. Sa musique électrique et sa voix captivante mettront du baume aux cœurs des mélomanes ivoiriens.

plusieurs artistes en provenance d'Afrique prennent également part à cette messe de la musique africaine dont Koudy Fagbemi du Bénin, Moomaya du Sénégal, Tyrane Mondeny de la côte d'Ivoire, Matibeye Geneviève du Tchad.

« Wop d'Afrique women project » est une rencontre artistique qui promeut le dialogue interculturel, la création et la production des femmes en Afrique et dans le monde en vue d'accroître leurs opportunités de développement et la diffusion de leurs œuvres hors leur environnement. Ce projet est né de la volonté d'Afrik Consult, label de promotion et de diffusion des cultures d'Afrique et de ses diasporas, qui pour la première fois s'est associé avec le collectif de Marseille dans le cadre du festival MASA en 2020 à Abidjan.

Le but est de valoriser et développer les différentes techniques de chants, de voix, mais aussi de renforcer la dynamique de recherche autour des techniques de polyphonie, de collecte des chants traditionnels et populaires du patrimoine musical africain.

Cissé Dimi

## Cinéma

# Avant-première du film « Parcours » de Saïd Bongo

**Le film « Parcours », une œuvre cinématographique signée Saïd Bongo et qui vient coller au plus près de l'actualité, sera lancé officiellement ce 11 et 12 mars.**

C'est un étrange « Parcours » qu'effectue le dernier film du réalisateur Saïd Bongo dont l'avant-première est programmée ce vendredi 11 mars au Cinéma Canal Olympia Mpitata. Etrange parce que ce long métrage aura connu un vrai retard à l'allumage avec une sortie officielle espérée en novembre 2020 mais reportée aux calendres grecques après avoir été frappée de plein fouet par la crise sanitaire. Etrange encore parce que l'œuvre cinématographique tombe finalement à point nommé pour épouser en ce début de mars la triste actualité d'un conflit armé dans lequel s'opposent la Russie et l'Ukraine, conflit qui perturbe les quatre coins du monde. Car, comme à Soumy ou Marioupol en Ukraine, « Parcours » emprunte les couloirs humanitaires en zone de guerre. « *Je tiens fermement à rappeler, à travers ce film, l'importance de mettre en place des couloirs humanitaires dans des zones dévastées par des conflits armés. La détermination de réussir ce projet a poussé mon équipe et moi-même à nous rapprocher des médecins et des agents de forces de l'ordre pour avoir leur approche sur la situation afin d'améliorer et de garantir la crédibilité du scénario* », précise Saïd Bongo. Pour ce faire, le réalisateur a du reste bénéficié de l'autorisation de la direction générale de la police congolaise et de son assistance logistique pour faciliter le tournage.

Ce long métrage de 66 mn met en scène une mère et sa fille, Bayi, risquant tour à tour leur vie dans le district de Djouké tombé entre les mains des rebelles pour mettre la main sur des poches de sang indispensable à leur survie. Côté distribution, on retrouve dans les rôles principaux Doria Lembe, Jehf Biyeri, Laure Bandoki, Harvin Isma, Lionel Mabilia, Rolf Nguié. « *J'ai réalisé ce film dans le but de montrer au monde le calvaire que vivent des hommes, des femmes et des enfants dans certaines parties de la terre, notamment en période de guerre. Dire qu'avec un peu d'amour, de courage sans oublier le sens du sacrifice, on peut non seulement déplacer des montagnes, mais aussi sauver des vies* », ajoute Saïd Bongo qui n'en est pas à son premier coup d'essai dans le domaine du septième art au Congo. Pour mémoire, on citera « Les caprices du destin » ou encore « La pierre précieuse » sorti en 2016. Joli parcours pour ce réalisateur qui aura fait ses armes à DRTV, avant de fonder son label Le Club des cinéastes. Il a opéré également en tant qu'assistant réalisateur avant de signer quelques courts métrages. Saïd Bongo a aussi participé à l'aventure Africa News.

Philippe Édouard



## Les immortelles chansons d'Afrique

# « Blewu » de Bella Bellow

**Voix légendaire du Togo, Bella Bellow est une gloire de la musique africaine. Avec sa chanson « Blewu », elle a imprimé dans les esprits de plusieurs mélomanes son timbre vocal.**

Extrait de l'album « Nye Dzi », enregistré sous la référence AK 45020, grâce au label Akue, le titre « Blewu » résiste toujours à l'usure du temps. Il signifie en langue éwé « patience ». Ici, l'artiste nous exhorte à la patience face aux épreuves de la vie et nous encourage à avoir confiance en Dieu, à être vigilant afin d'affronter la mort.

Cette merveilleuse aubade s'ouvre par des intonations d'une guitare basse suivie des percussions et d'un son de clavier qui introduit une sourdine ténor avant que ne résonne le lyrisme vocal de Bella Bellow en Do majeur : « *Blewuee ! Blewuee ! Blewue miade afe loo, blewue miade afe loo, Blewuuu* ». « *Patience ! Patience ! Patience nous arriverons chez nous. Patience nous arriverons chez nous* ». La beauté de cette œuvre réside dans la complicité entre Bella et le chœur qui exécute de façon admirable les sourdines. Il faut cependant reconnaître le travail accompli par l'alto et le ténor lors du changement de gamme dans cette mélodie en passant de Fa majeur à Fa mineur.

Cette chanson a été mise en partition par le maestro Joel Quophy Agnègue et interprétée par des artistes musiciens et des chorales de toutes obédiences. Cet air est un classique de la musique togolaise et se joue souvent lors des cérémonies funéraires en Afrique.

Ce titre fut chanté lors des obsèques de Mama Yemo, la mère du feu président Mobutu. Lors du centenaire de l'Armistice, il a été également interprété par Angélique Kidjo en Si bémol, une tonalité plus basse que celle de Bella Bellow.

Née le 1er janvier 1945 à Tsévie, à quelques encablures de Lomé, Georgette Nafiatou Adjoavi Bellow, alias Bella Bellow, a commencé à chanter très tôt. C'est à Abidjan qu'elle apprendra le solfège pour mieux aiguiser son talent. En 1965, elle chante lors de la célébration de l'indépendance du Bénin. Sa prestation au Festival mondial des arts nègres, à Dakar, lui ouvrira la porte de la carrière internationale et se fera suivre de plusieurs rencontres dont celle avec le manager et éditeur Gérard Akueson. Ce dernier montera une équipe de musiciens qui l'accompagneront jusqu'à ce qu'elle signe son premier album intitulé « Rockia ». Quelques temps après, elle va cesser de collaborer avec l'éditeur Akueson et mettra en place un orchestre qu'elle baptisera « Gabada ». Bella se produira, par la suite, à l'Olympia de Paris et effectuera plusieurs concerts en Europe, aux Antilles ainsi qu'au Festival populaire de Rio. La chanteuse adulée trouvera la mort le 10 décembre 1973 dans un accident de circulation à Lilikopé, près de la ville qui l'a vue naître.

Frédéric Maftina



Lire ou relire

# « Le cercle des tropiques » d'Alioum Fantouré

**Le livre hurle la douleur, la souffrance d'une jeunesse victime des injustices. Construit comme un thriller politique, le roman « Le cercle des tropiques » pointe du doigt les maux qui minent l'Afrique contemporaine, dont la corruption, l'incompétence des dirigeants, le culte de la personnalité, les atteintes aux droits humains.**

Original par sa thématique qui demeure toujours d'actualité et explorée jusqu'alors dans la fiction africaine, « Le cercle des tropiques » continue de frapper par son audace. En creusant, c'est une radioscopie d'une Afrique qui s'offre aux lecteurs, avec un cryptage fin, tout en nuance et tranche d'un système de gouvernance ou régime dictatorial qui ankylose toute l'Afrique. A ce titre, le style du roman n'échappera pas aux tenants de la réflexion actuelle.

Dans le processus de l'évolution de la littérature africaine, « Le cercle des tropiques » s'inscrit dans la trame du « nouveau roman politique » créé par les romanciers de la seconde génération. Ce roman paru en 1972 emprunte les formes du réalisme pour démontrer les mécanismes du parti unique dans un pays fictif, « Les marigots du sud », à la faveur de l'indépendance, par lesquels se maintient, sur tout un peuple, l'autorité généralement décriée d'un potentat nommé Baré Koulé. En effet, « *Le cercle des tropiques* » est l'une des premières œuvres à faire le procès des dictatures tropicales consécutives aux indépendances des Etats africains. Avec une tonalité acerbe, Alioum Fantouré fustige les maux de ce continent et de ses dirigeants à travers l'évocation de la vie dans l'imaginaire républicain « Les marigots du sud ». Pratiquement toutes les thématiques si chères aux écrivains du chaos et à leurs successeurs sont présentées et abordées, dont la corruption, l'incompétence des dirigeants, le culte de la personnalité, les atteintes aux droits humains, bref tout ce qui fait la définition d'une dictature digne de ce nom. D'ailleurs, il est difficile de ne pas y voir une critique en filigrane des pays africains, avec la prise du pouvoir par la force de la manigance et de meurtres. Le

narrateur, Bohi Di, nous raconte la vie après les indépendances dans ce pays imaginaire où, après le remplacement de l'administration coloniale par celle de Baré Koulé, le peuple de ce pays imaginaire a l'impression de vivre un cauchemar. Dans « Le cercle des tropiques », le héros Bohi Di prend conscience de la dictature impitoyable et délirante d'un potentat protégé non pas par l'armée dont il se méfie, mais par une milice totalement acquise au dictateur. Emprisonnement de masse, torture quotidienne, le peuple est habité par la peur de la délation. Ce pays de terreur, de crimes contre l'humanité n'est pas sans rappeler parmi tant d'autres des dictatures comme celle de Bokassa en Centrafrique, Mobutu en République démocratique du Congo, Sékou Touré en Guinée. Le peuple coule sous le poids de la misère et de la terreur sans avoir la moindre occasion de s'en sortir. Pourtant, certains hommes osent aspirer à la liberté. Dans cette lutte pour une réelle indépendance et dignité, beaucoup ont perdu la vie. Vaut-il mieux vivre dépendant et constamment apeuré ou nourrir en essayant de conquérir sa liberté ? C'est dans « Le cercle des tropiques » que l'Afrique décadente est offerte en spectacle, cette Afrique du non-sens, où la désillusion y est patente, car de nombreux Prométhée africains, apparus aux premières heures des indépendances, sont devenus des César noirs ou des Néron nègres.

Alioum Fantouré est né en 1938 à Forecariah, en Guinée Conakry. Après ses études de sciences économiques en France et en Belgique, il a travaillé comme économiste dans différents organismes de coopération internationale, notamment à la Communauté économique européenne à Bruxelles.

Cissé Dimi



Voir ou revoir

## « Mulan »

**Film d'animation réalisé et produit par les studios Disney en 1998, « Mulan » est une œuvre inspirée de la légende chinoise Hua Mulan. L'œuvre montre le combat pour l'égalité des genres et le respect des droits de la femme.**

Fa Mulan est la jeune fille unique de Fa Zhou, un ancien guerrier à la santé fragile. La jeune fille est tenue d'aller voir une entremetteuse afin d'honorer sa famille. A l'époque, les valeurs familiales et le rôle de l'épouse en tant que femme au foyer sont très tenaces et Mulan se verra profondément sous pression. Pourtant, elle ne se sent pas prête, elle a d'autres aspirations et d'autres rêves. La visite sera un désastre et Mulan se sentira coupable de ne pas avoir exaucé le souhait de sa famille.

Dans le même temps, l'armée chinoise a entrepris une guerre contre les Huns et l'empereur exige qu'un homme par famille se rende au combat. Dans la famille de Mulan, l'unique homme est son père, c'est donc lui qui devra servir son pays. Mais, pour Mulan c'est hors de question en raison de l'état de santé précaire de son

père. Ainsi, la jeune fille aura la folle idée de se faire passer pour un homme en vue d'intégrer l'armée.

L'histoire de la jeune fille déjoue les codes établis et met à mal les prototypes de la plupart des jeunes filles des sociétés de l'époque. Mulan se montre indépendante et éveillée. A travers son personnage, il s'agit de rompre les règles de tout ce qui est déjà établi vis-à-vis de la femme. Grâce à une héroïne forte et captivante, à des personnages secondaires comiques, à une histoire universelle et moderne bien ficelée avec humour mais aussi beaucoup de sérieux et de sensibilité, ce film parvient à faire émerger une morale puissante : la femme est l'égal de l'homme et peut être tout aussi capable des grandes réalisations.

Ce film de 58 mn, c'est aussi le cri de toute femme qui doit trouver

sa place au sein de la communauté afin de se prouver à elle-même et à tout le monde qu'elle sert à quelque chose, quelque chose de plus que le simple fait d'être une épouse exemplaire. Pour Mulan, les choses n'ont pas été faciles au début. Mais, avec le temps, elle est vite parvenue à se surpasser et à gagner le respect ainsi que la reconnaissance des autres soldats.

Si un jour leur est dédié, le 8 mars de chaque année, pour sensibiliser à ce combat, il faut tout de même reconnaître qu'un jour ce n'est pas assez pour éradiquer la marginalisation de la femme dans différents domaines de la vie. Une manière d'éveiller la conscience collective sur le fait que le combat c'est tous les jours, du moins jusqu'à ce qu'on ait plus besoin de commémorer cette journée car l'objectif aura été atteint.

Ecrite par Robert San Souci, Rita



Hisao, Chris Sanders, Philip LaZebnick, Raymond Singer, Eugenia Bostwick-Singer, « Mulan » a été réalisé par Tony Bancroft et Barry Cook. Un remake en prises

de vues réelles du film d'animation est sorti en 2020.

Lien : <https://www.dailymotion.com/video/x3tdpz6>

Merveille Jessica Atipo

Interview.

# Judith Nsondé Malanda: « Le cancer du sein et du col utérin tuent plus la femme au Congo »



**Cancérologue et directrice du Programme national de lutte contre le cancer (PNLC), le Pr Judith Nsondé Malanda a, pour le mois de mars, opté pour la sensibilisation aux cancers qui touchent fréquemment la gent féminine. Entretien.**

**Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Le 8 mars, Journée internationale de la femme, aviez-vous eu un message à faire passer dans le cadre de la lutte contre le cancer ?**

**Judith Nsondé Malanda (J.N.M.) :** Notre souhait est que la femme, quelle que soit sa profession, sa localité, prenne conscience que nous devrions nous lever ensemble pour lutter contre les cancers de la femme. Lutter contre les facteurs de risque susceptibles de nous provoquer le cancer par la promotion de l'activité physique et sportive, en veillant à notre alimentation et en évitant tous les excès possibles, lutter contre l'alcoolisme et le tabagisme, consulter un médecin dès les premiers signes d'alarme de cancers. Nous devrions savoir que les deux premiers cancers qui tuent la femme au Congo, c'est le cancer du sein et du col utérin, les moyens de dépistage et de diagnostic précoces sont connus, cela nous éviterait des décès précoces.

**L.D.B.C. : Quel est vraiment l'impact de la sensibilisation contre le cancer sur le terrain, cela suscite-t-il un engouement pour le dépistage ?**

**J.N.M. :** La réponse est mitigée et c'est difficile de confirmer ce point de vue, car la pandémie à coronavirus a bouleversé beaucoup de choses, vous le savez aussi bien que moi. Et nous pensons qu'il vaut mieux prendre un nouvel élan avec la création du PNLC, qui est un outil précieux et récent. Nous sommes en train de nous organiser progressivement, afin de sensibiliser la population de l'existence de ce fléau, ce qui va motiver la femme en particulier et la population en général au dépistage. Un bon dépistage dans le cadre du programme devrait être gratuit afin de motiver les uns(es) et les autres au dépistage de masse, puis le traitement immédiat des anomalies (lésions précancéreuses diagnostiquées).

**L.D.B.C. : Qu'aviez-vous prévu le 8 mars en privé, une sortie ou l'achat d'un pagne ?**

**J.N.M. :** Je pense que dans le contexte où nous sommes, l'habitude du pagne de 8 mars par-ci et par-là est difficile à ignorer ; manger et boire cela se fera de manière modérée, car la meilleure boisson étant l'eau. Après une activité avec les collègues du service, nous devrions aussi prendre le temps d'être à la maison en famille et assumer nos responsabilités de femme et de mère au foyer.

*Propos recueillis  
par Aubin Banzouzi*

## Digital energy challenge

# Un appel à projets favorable aux start-up africaines

**Dans le cadre de son deuxième appel à projets annuel, le programme Digital energy facility (DEF) a ouvert les candidatures dédiées aux start-up et aux opérateurs publics développant des solutions numériques innovantes en Afrique.**

Financée par l'Union européenne et mis en œuvre par l'Agence française de développement, la DEF est un programme ayant pour vocation le soutien de la numérisation et la modernisation du secteur de l'énergie. Il vise la promotion de l'intégration de sources d'énergies renouvelables dans les réseaux électriques, l'amélioration des performances des opérateurs énergétiques et un accès universel à l'énergie.

Cette année, le challenge est ouvert à l'ensemble des pays de l'Afrique et l'Agence de la transition écologique participe financièrement au

challenge aux côtés de la Commission européenne. Il s'agit d'un appel à projets qui encourage les synergies entre acteurs publics et privés. Des collaborations permettant ainsi de développer des technologies innovantes et d'encourager le partage de savoir-faire et de bonnes pratiques. Ces dernières jouent également un rôle déterminant dans l'amélioration de l'accès à des services d'énergie efficaces, résilients et à faible empreinte carbone.

Trois thématiques principales ont été retenues pour l'appel 2022, à savoir l'accès universel à l'électricité par les mini-ré-

Digital Energy  
Challenge  
**START-UPS**

Digital Energy  
Challenge  
**UTILITIES**

**RENFORCER L'INNOVATION  
NUMÉRIQUE DANS LE SECTEUR  
DE L'ÉNERGIE EN AFRIQUE**

**Appel à projets 2022  
1<sup>er</sup> mars – 30 avril 2022**

**Les thèmes**

- Accès universel à l'électricité par les mini-réseaux
- Gestion efficace du réseau électrique
- Durabilité et pérennité du système électrique

seaux ; la gestion efficace du réseau électrique et enfin la durabilité et la pérennité du système électrique. Pour être éligibles, les start-up locales doivent être en phase de pré-amorçage visant un passage à l'échelle de leur innovation, ou la transformation numérique de leur

activité. Les opérateurs énergétiques, quant à eux, doivent posséder des partenariats entre opérateurs ou établissements publics du secteur de l'énergie et fournisseurs de technologies et de services innovants.

En ce qui concerne les lauréats, ils bénéficieront d'un

soutien technique et financier d'un montant de deux millions d'euros. Un fonds qui pourra prendre la forme d'une subvention en investissement.

Notons que les candidats ont jusqu'au 30 avril prochain pour postuler.

**Gloria Lossele**

## Journée du 8 mars

# Droits et devoirs en « e » muet

**Le monde célèbre la Journée internationale des droits des femmes le 8 mars de chaque année. A travers le monde, des activités ont été organisées par des regroupements de femmes en vue de sensibiliser sur ces droits. Au Congo, où la journée a souvent tendance à tourner en parodie faute sans doute de saisir les enjeux mis sur la table, de quoi parle-t-on vraiment au sujet des femmes ?**

L'histoire de l'humanité, au travers de ses us, coutumes et traditions, montre que les hommes ont souvent eu tendance à considérer et à traiter les femmes comme des sous-êtres. Bien que quelques sociétés dans le monde soient matriarcales, le patriarcat et les valeurs qu'il sous-tend s'imposent largement au point de donner le ton aux pratiques sociales d'ici et d'ailleurs.

Ce traitement n'honorant pas la femme, des regroupements de femmes se sont organisés au fil des années dans les domaines où les injustices qu'elles subissent semblent les plus flagrantes : industrie et monde du travail, éducation, politique, procréation...

A coup de grèves et de manifestations qui prennent parfois le visage de vraies

révolutions, les femmes obtiennent gain de cause à leurs revendications : droit de vote, droit d'être élue à une fonction politique, égalité salariale, droit à l'intégrité physique, droit de décider de sa procréation..., des droits multilpes conquis.

Pour autant, si l'on peut observer cette libération surtout dans le pôle occidental, les femmes du reste du monde restent pour la plupart cependant liées ou en accord avec cette sous-condition.

On observera ainsi le contraste frappant sur des questions identitaires comme le port du voile, où les femmes occidentales en sont pour la plupart à ne pas comprendre le choix à dessein que ferait une femme orientale.

Tout autant si on peut se



**La journée du 8 mars célébrée à Brazzaville /DR**

réjouir du droit de vote des femmes dans le monde, car elles constituent tout de même la moitié des forces vives des nations, l'on est parfois à s'interroger sur des « victoires » comme celle d'avoir le droit de conduire un véhicule, obtenue par les femmes saoudiennes en 2018.

Bien que nous vivons aujourd'hui dans un monde connecté où l'on a la possibilité en toute facilité d'être sensibilisé à la réalité des « autres », les droits des femmes tels que reconnus par les Nations unies restent bien muets sur la grande partie du globe.

Aussi certaines subtilités méritent d'être énoncées. Célébrés, les droits des femmes appellent à contre-jour certaines responsabilités, certains devoirs, des femmes certes, mais nécessairement en partenariat avec les hommes.

Une femme qui travaille et qui peut jouir de ses ambitions professionnelles se doit d'honorer le devoir d'assurer l'équilibre de sa famille, en se mettant d'accord avec son conjoint sur la gestion du foyer et du quotidien.

Une femme qui décide de sa procréation a le devoir de s'assurer de l'accord de son partenaire de vie sur un

choix qui les concerne et les engage tous les deux et a le devoir de veiller à ne pas engager sa santé gynécologique par le biais des méthodes contraceptives utilisées si elle y a recours.

Le constat malheureux est pourtant que même si ces droits et les efforts consentis pour les diffuser et les mettre en pratique sont honorables, louables, mais en fait tout à fait humains, ils restent cependant bien muets au même titre que les sont les devoirs auxquels ils font appel, que ce soit sous le ciel du Bassin du Congo ou ailleurs.

**Princilia Pérès**

## Evocation

# Le revenant de Ngatali (6)

Lorsqu'à la fin des retrouvailles avec sa famille, l'adjudant sortit de la maison, les ténèbres avaient commencé à envahir la cour du quartier Ickinga. Plantés sur une seule ligne le long du quartier au milieu de cette cour, les cocotiers semblaient déjà épouser les contours de la nuit. Contrairement à son habitude, il n'attendit pas l'arrivée d'éventuels parents et autres camarades d'enfance qui viendraient le saluer et prendre des nouvelles de la ville à l'occasion de son retour au village. Il se dirigea immédiatement vers deux personnes dont il appréciait l'honnêteté morale et la pertinence des propos. Gaston Djombou et Placide Osséré étaient des amis avec lesquels il avait grandi. Après des fortunes diverses dans les différentes villes du pays, tous les deux étaient revenus à des époques différentes retrouver le charme du travail de la terre. Encombrés de femmes et d'enfants, ils apparaissaient désormais aux yeux de Gwabira comme ses « hôtes » vers lesquels il se dirigeait à chacun de ses retours au village. Il avait besoin des noms, des citations, des lieux, des éléments d'informations « opérationnelles » qui lui permettraient de traîner en justice les calomnieurs de sa famille.

De tempérament taciturne et réservé, Gaston Djombou, comme à son habitude, se montra muet comme une carpe. Il s'étonna qu'un soldat qui a vu à la guerre de nombreux corps réduits à l'état de bouillie puisse donner du crédit à des balivernes villageoises. Il ajouta : - Dany, je suis établi ici comme chasseur, tu le sais. Avec mon neveu et mes deux chiens, de jour comme de nuit, je hante les buissons, les forêts, les savanes et les plaines. Ces fables sur les revenants, je n'en ai que faire. Je me priverai de gibier si je vivais accroché à ces

bobards.

Gwabira n'était pas surpris par les propos de son ami : Djombou restait égal à lui-même, il avait un mental carré. Néanmoins, avant de terminer, il avait rafraîchi la mémoire de Gwabira sur une histoire de revenants qui avait éclairé des aspects de cette question :

- Je croyais que l'affaire du brigand Mbongui Tchongui avait définitivement enterré toute allusion aux morts qui reviennent tourmenter les vivants. Souviens-toi Dany, cela s'était passé au mois de mai, avant le concours blanc quand nous étions au CM2. La famille Ngabouya était malheureuse parce qu'on accusait le regretté Donatien, leur fils, de tourmenter le village. Souviens-toi comment nos mères nous avaient interdit d'aller recueillir des chenilles à l'entrée de la bouche de Bouma parce que le fantôme de Donatien sévissait là-bas.

L'adjudant connaissait la suite de cette histoire.

A la veille du marché forain lié à la vente des ballots de tabac à la société S., les villageois avaient tenté d'apaiser les fureurs de Donatien. La crainte de le voir terroriser les vendeurs qui viendraient d'autres villages ulcérait les habitants de Ngatali. Dans un premier temps, le village avait requis le service du nain Tsa'mbé dont la réputation de domestiquer les démons avait traversé les frontières. Un matin, on retrouva Tsa'mbé, évanoui, assommé, la tête drôlement enflée par un œdème. Appelé à la rescousse, l'abbé Joseph Boudzoumou s'aventura vers le siège du fantôme avec encens, croix, bougies, bible, vin rouge et biscuit. Au bout de trois messes exorcistes, il se retira sans avoir réussi à apaiser Donatien. C'est alors que dans la nuit qui suivit le premier jour du marché, un invraisemblable coup de tonnerre se produisit.

A la fin de la première journée de l'achat des ballots de tabac, Jean Pierre, l'agent de la société S., avait résolu de passer la nuit sous une tente à l'entrée de la bouche de Bouma. Cet endroit correspondait à une clairière formée par la fin de la forêt Bouma et le début de la savane Iffimbi. L'endroit était magnifique et attirant pour les amateurs de bivouacs. Cela n'avait pas échappé à l'œil exercé de Jean Pierre, un Français qui sillonnait cette contrée en compagnie d'un menaçant berger allemand. Le cimetière du premier quartier de Ngatali se trouvait non loin de ce lieu au bord de la route asphaltée. Tard dans la nuit, les habitants furent réveillés par des aboiements qui provenaient de la bouche de Bouma. Les aboiements cessèrent aussi subitement qu'ils avaient commencé. Puis, on entendit claquer deux coups de feu successifs. Sous le coup de l'émotion, les habitants sortirent des cases, s'interpellèrent et marchèrent vers le lieu de la provenance des coups de feu. Ils étaient inquiets pour l'agent de la société de tabac. Ils se mirent à l'appeler à tout hasard :

Jean Pierre ! Jean Pierre, qu'est ce qui se passe ? Jean Pierre, tout va bien ?

Une torche scintilla dans l'obscurité. Jean Pierre aperçut des habitants armés de torches qui le cherchaient. Rassuré par leur attitude pacifique, l'agent se découvrit tenant son fusil à deux canons.

Il prit les devants et explosa d'une voix indignée devant les paysans :

Quelqu'un a failli me tuer après avoir empoisonné mon chien. Venez, son corps est là-bas, je l'ai abattu.

(suite)

**Ikkia Ondai Akiera**

## Micro-plastiques

# Leur impact néfaste sur la santé humaine

**Les magasins de beauté avec leurs étagères pleines de produits, promettent de résoudre tous les problèmes que vous n'aviez pas réalisé avoir. Vos cheveux sont-ils trop gras ou trop secs ? Pas de problème, il y a un shampoing pour ça. Vous avez la peau squameuse ? Détendez-vous et prenez cet exfoliant, il fera l'affaire. Votre peau est décolorée ? Ce n'est rien, utilisez ce fond de teint correcteur ou jetez un coup d'œil à ce fard à joues.**

Qui ne s'est jamais perdu dans le choix des produits ? Mais au-delà, les consommateurs pressés que nous sommes, ne prenons très souvent pas le temps d'examiner l'impact environnemental de ces produits de beauté.

Beaucoup de personnes ne se rendent pas compte à quel point le plastique est caché dans leur habitude de beauté et leurs soins personnels. Jetez un coup d'œil à votre salle de bains. À première vue, selon votre lieu de résidence et vos habitudes d'achat, vous remarquerez peut-être le plastique utilisé pour emballer votre shampoing, votre maquillage, votre gel douche et presque tous vos produits d'hygiène corporelle et de beauté. Au deuxième coup d'œil, commencez à prêter attention aux produits en plastique que vous avez toujours utilisés sans tenir compte de leur empreinte plastique : votre brosse à dents, votre rasoir, vos lingettes jetables pour le visage et vos cotons tiges. Si vous regardez de plus près en-

core, vous remarquerez peut-être que les minuscules billes de votre gommage pour le visage ou le corps sont en plastique et que votre fard à paupières préféré contient également des paillettes en plastique. Mais tout le plastique n'est pas visible à l'œil nu. Alors que les micro-plastiques constituent tout morceau de plastique de moins de 5 mm de diamètre, les microbilles sont un type de micro-plastique d'un diamètre inférieur à 1 mm. Encore plus petits sont les nano-plastiques, qui sont si petits qu'ils peuvent traverser la peau.

Les micro-plastiques sont ajoutés intentionnellement à toutes sortes de produits et ne se limitent pas aux exfoliants. Les produits qui contiennent des polymères plastiques sont les déodorants, shampoings, gel douches, rouges à lèvres, teintures capillaire, crèmes à raser, crèmes solaire, produits anti-moustiques, crèmes antirides, crèmes hydratantes, laque pour les cheveux, masques pour le visage, produits de soins pour



bébé, ombre à paupières, mascara et autres. Dans certains cas, ces produits contiennent plus de 90 % de plastique.

Les ingrédients plastiques sont largement répandus car ils peuvent être ajoutés pour les fonctions suivantes : hydratation de la peau, exfoliants, abrasifs, paillettes, polissage des dents, régulateurs de viscosité pour faire circuler les produits, émulsifiants, filmogènes, agents opacifiants, liants absorbants liquides, agents gonflants et autres. Les micro-plastiques

contenus dans les produits d'hygiène corporelle et de beauté peuvent s'écouler facilement dans l'évier au fur et à mesure que vous les utilisez. Comme ces particules sont excessivement petites, les eaux usées ne peuvent pas être traitées par filtration et le micro-plastique peut aisément pénétrer dans les fleuves et les mers. Comme les micro-plastiques ne sont pas biodégradables, lorsqu'ils se retrouvent dans les océans, ils attirent les toxines et les bactéries d'origine hydrique qui adhèrent

à leur surface brillante et ressemblent à celles des aliments. Les poissons, les amphibiens, les insectes, les larves et les animaux marins peuvent alors les ingérer. Les plastiques peuvent bloquer leur tube digestif ou pénétrer dans la chaîne alimentaire et finir dans nos assiettes. L'impact des micro-plastiques sur la santé humaine n'est pas entièrement connu et d'autres recherches sont nécessaires pour comprendre leurs effets sur notre corps.

**Boris Khari Ebaka**

## Chronique

# Dangers sanitaires et environnementaux des pesticides

**En Afrique, la culture maraîchère constitue un secteur d'emploi durable et stable pour une grande partie de la population, contribuant grandement au produit intérieur brut des pays de ce continent. Cette agriculture constitue un facteur majeur dans la sécurité alimentaire et nutritionnelle de la population urbaine africaine. Depuis toujours, cette activité est mise en péril par les insectes nuisibles qui détruisent à eux seuls le tiers des récoltes. Afin de pallier ce problème, les maraîchers font recours à des produits chimiques appelés « pesticides », pour protéger leurs cultures.**

Le terme « pesticide » désigne les substances utilisées dans la lutte contre les organismes jugés indésirables par l'homme (plantes, champignons, bactéries...). Il est souvent employé dans le cadre des usages agricoles, mais il englobe également les usages non agricoles comme l'entretien des voiries, des espaces verts, jardins des particuliers, etc... L'utilisation des pesticides peut être à l'origine d'expositions multiples telles que celles par inhalation ou par contact cutané ou suite à l'ingestion d'aliments contaminés.

Les pesticides peuvent être présents dans l'air par volatilisation à partir du sol ou des plantes, par érosion éolienne et par dérive lors de l'épandage. Pendant l'épandage, en fonction des conditions météorologiques et des modes d'application, de 25% à 75% des pesticides ne se déposent pas sur les aires traitées. On retrouve parmi eux des produits destinés à lutter contre les herbes indésirables (herbicides), les insectes ravageurs (insecticides), les maladies dues à des champignons, des bactéries ou des virus (fongicides).

Il faut savoir que de nombreux pesticides sont des perturbateurs endocriniens. Leur toxicité ne se limite pas aux seules espèces que l'on souhaite éli-

miner. Ils sont notamment toxiques pour l'homme et leurs effets sur l'environnement sont nombreux. Les substances et les molécules issues de leur dégradation sont susceptibles de se retrouver dans l'air, le sol, les eaux, les sédiments, ainsi que dans les aliments. Elles présentent, par leur migration entre ces compartiments de l'environnement, des dangers plus ou moins importants pour l'homme et les écosystèmes, avec un impact à court ou à long terme.

Selon une étude publiée il y a quelques mois, de petits exploitants en Afrique recourent de plus en plus à des méthodes anarchiques dans la lutte antiparasitaire et opèrent en l'absence d'une régulation adéquate. L'analyse des chercheurs a porté exclusivement sur certaines productions africaines de fruits, telles que les agrumes, les mangues, les dattes et n'a pas tenu compte des cultures de fruits à échelle industrielle, comme les bananes et l'ananas. Les chercheurs ont voulu démontrer, lors de cette étude, que la mauvaise gestion des pesticides entraîne le plus souvent une contamination de l'environnement par des produits toxiques et de graves problèmes de santé humaine comme la résistance des moustiques, ce qui met en péril les stratégies de lutte anti vectorielle.

Ce qu'il faut retenir principalement de cette étude est que la gestion des pesticides très nuisibles pour les produits consommables et l'environnement n'est pas maîtrisée par les petits agriculteurs africains. Les chercheurs préconisent, en lieu et place des pesticides, l'usage des prédateurs naturels sans danger pour les cultures et les produits, permettant de diminuer les pertes subies par les producteurs, tout en assurant une bonne protection de l'environnement. Sachons que les pesticides sont un facteur majeur d'incidence sur la diversité biologique, de même que la perte d'habitat, le changement climatique et la santé. En effet, sur le plan sanitaire, les conséquences de l'utilisation des pesticides peuvent provoquer de nombreuses maladies comme de l'asthme, des diabètes, des cancers, de l'infertilité, des malformations ou encore des troubles neurologiques tels que Alzheimer, Parkinson, ou autisme.

Pour préserver l'environnement et la santé, il est donc important que des programmes de formation en gestion et sécurité d'utilisation des pesticides soient dispensés aux acteurs du secteur agricole.

**B.K.E**

## Le saviez-vous ?

# La couleur de nos vêtements en dit long sur notre personnalité

Les psychologues analysent les traits de notre personnalité selon différents critères: notre façon de penser, nos habitudes alimentaires ou encore la couleur de nos vêtements qui nous promettent monts et merveilles au point d'avoir une influence même sur notre signe astrologique. Explication.

**O**n a beau être une fashionista, on ne choisit pas ses vêtements uniquement juste parce qu'ils sont à la mode. En effet, dans notre armoire, on a tous une couleur qui domine, généralement notre couleur préférée.

**Le noir :** On a souvent l'habitude de nous diriger naturellement vers des pièces noires quand nous partons en shopping. Les vêtements de cette couleur ne sont pas à prendre à la légère. Cette teinte symbolise le prestige, la puissance, le sérieux et l'intelligence. Ambitieuses et déterminées, les adeptes du noir sont des personnes sensibles malgré leurs efforts pour le cacher. En misant sur le noir, elles tentent de détourner l'attention de leur apparence vers leur personnalité. Une manière de montrer qu'elles sont intéressées à la beauté intérieure, et non extérieure.

**Le rose :** Couleur préférée des petites filles, le rose a pâti d'une réputation plutôt générée. Si vous aimez vous vêtir d'un beau rose pâle, vous êtes calme, affectueuse et féminine. Optimiste et romantique, vous êtes très sensible à la gentillesse et appréciez le confort.

**Les brunes et autres déclinaisons de marron :** avoir en majorité des vêtements de couleur brune ou marron dans sa garde-robe signifie qu'on est à la recherche de la paix et stabilité dans tout ce qu'on veut entreprendre. L'entourage vous perçoit comme

quelqu'un de fiable, d'intelligent et de rationnel.

**Le rouge :** On peut imaginer ce qui vous vient à l'esprit en pensant à lui : femme fatale et passion torride, vous avez en partie juste. Le rouge est, en effet, la couleur du pouvoir et de la passion. Selon les dires de plusieurs créateurs, le rouge serait la couleur parfaite pour tenter d'impressionner. D'un côté, pas difficile d'attirer l'attention, avec une telle couleur. Vibrante, vous êtes sensible à l'énergie, au mouvement et à l'excitation. Certains psychologues ont même été jusqu'à déclarer que les hommes sont plus attirés par une femme habillée en rouge. Pourtant géniale, vous êtes aussi une personne légèrement égoцентриque qui recherche l'attention des autres.

**Le blanc :** Symbole de pureté et d'innocence, mais aussi de nouveauté. Libre, bienveillante et optimiste, vous prenez toujours la vie du bon côté. Fiable, soignée et organisée, vous êtes souvent à la recherche de la perfection

**Le vert :** Certains scientifiques affirment que le vert mettrait de bonne humeur, car c'est la couleur même de la nature. On veut bien y croire ... si vous aimez porter du vert régulièrement sur vos vêtements, vous êtes une personne dynamique à la vie publique active et financièrement stable. Chaleureuse, gentille et attentionnée, vous savez faire preuve de générosité.

**Le bleu clair ou le bleu marine :** Selon une psy-

chologue américaine, le bleu serait la meilleure couleur de vêtement à porter pour un entretien d'embauche, parce que celle-ci trahirait un caractère stable et confiant. On associerait le bleu foncé à l'intelligence, la tranquillité et l'efficacité. Les autres nuances de bleu indiqueraient la courtoisie, le calme et la douceur, voire une légère timidité. Paraît-il que les femmes s'habillant largement de bleu feraient des mères exemplaires et selon plusieurs scientifiques, le bleu foncé aurait un effet apaisant.

**Le violet,** le pourpre ou le mauve : Selon les quelques siècles en arrière, la couleur violette représentait la royauté. Porter du violet trahirait une sensibilité à fleur de peau. Rêveuse et passionnée, vous tendez parfois au mysticisme, de manière consciente ou inconsciente. Imprévisible parfois, vos proches ne sont pas au bout de leurs surprises.

**Le gris :** Pour les stylistes, le gris, ni trop sombre ni trop clair, indique l'équilibre. Si vous avez beaucoup de vêtements de cette couleur, vous souhaiteriez passer inaperçue ou, du moins, ne pas vous faire remarquer. Tranquille et mature, il est toutefois difficile de vous caractériser, étant donné la neutralité de la couleur. Certains avancent que les femmes qui portent du gris sont les plus élégantes, et s'avèrent sensées et responsables.

*Jade Ida Kabat*

# Bourses d'études en ligne

## Bourses d'études Mistral

La campagne de candidature au programme de bourses Mistral, en France, pour l'année 2022-2023 est ouverte. La date limite de réception des candidatures en ligne est fixée au 25 mars.

Le programme de bourses d'excellence Mistral est destiné aux étudiants étrangers de très bon niveau inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur à l'étranger et qui souhaitent poursuivre des études à l'Université d'Avignon en vue de l'obtention d'un master.

### CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ

Avignon Université conditionne l'octroi des bourses Mistral aux étudiants dont la candidature respecte les critères d'éligibilité suivants :

Être inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur à l'étranger au moment du dépôt de candidature. Avoir un très bon dossier universitaire et satisfaire aux critères académiques et linguistiques fixés par l'équipe pédagogique de la formation concernée à l'Université d'Avignon. Ne pas avoir interrompu ses études depuis plus d'un an. Se porter candidat à une inscription en master 1 ou 2 à Avignon Université pour l'année universitaire 2022-2023. Ne pas déjà résider en France. Avoir moins de 28 ans au 1er octobre 2022. Ne jamais avoir postulé pour des bourses d'excellence Mistral (sauf dans le cas d'un renouvellement). Ne pas bénéficier d'une autre bourse d'études pour la formation demandée. En cas d'obtention d'une bourse autre que la bourse Mistral, le candidat devra en informer Avignon Université dans les plus brefs délais et renoncer à la bourse Mistral.

### PROCÉDURE DE CANDIDATURE AUX BOURSES MISTRAL

Le candidat originaire de pays à procédure CEF (voir ci-dessous) doit, tout d'abord, constituer au préalable un dossier électronique CEF puis déposer une demande aux bourses Mistral.

Pour constituer ce dossier électronique, le candidat doit se renseigner auprès de l'espace Campus France de son pays d'origine : <https://www.campusfrance.org/fr/espaces>. Il doit indiquer en premier choix le master d'Avignon Université pour lequel il demande une bourse Mistral.

**Liste des pays à procédure CEF :** Algérie, Arabie saoudite, Argentine, Bénin, Brésil, Burkina Faso, Burundi, Cameroun, Chili, Chine, Colombie, Comores, Congo-Brazzaville, Corée du Sud, Côte d'Ivoire, Djibouti, Égypte, États-Unis, Gabon, Guinée, Haïti, Inde, Indonésie, Iran, Japon, Koweït, Liban, Madagascar, Mali, Maroc, Maurice, Mauritanie, Mexique, Niger, Nigéria, Pérou, République Démocratique du Congo, Russie, Sénégal, Singapour, Taiwan, Tchad, Togo, Tunisie, Turquie et Vietnam. Le candidat originaire d'un autre pays envoie sa candidature directement à Avignon Université.

### CONSTITUTION DU DOSSIER DE CANDIDATURE

Le formulaire ainsi que le CV et la lettre de motivation doivent impérativement être rédigés en langue française. Les autres

documents doivent être en langue française ou à défaut en langue anglaise. L'absence d'une seule pièce constitutive du dossier entraînera le rejet du dossier :

L'attestation d'inscription en cours dans un établissement d'enseignement supérieur à l'étranger au moment du dépôt de candidature (ou de l'année universitaire précédente pour les candidats ayant interrompu leurs études depuis moins d'un an) ; Les copies de tous les diplômes obtenus depuis la fin des études secondaires ; Les copies des relevés de notes obtenues au cours des études supérieures accompagnées d'un descriptif du système de notation utilisé dans le pays d'origine ; Une preuve du niveau de français du candidat (niveau B2 minimum) ; Une lettre de recommandation d'un enseignant de l'université d'origine du candidat ; Une lettre de motivation du candidat en langue française pour intégrer le Master choisi à Avignon Université, en précisant également son projet professionnel ; Un curriculum vitae actualisé en langue française ; Le formulaire de candidature Mistral rempli, daté et signé ; L'identifiant CEF pour les étudiants ressortissants des pays concernés par la procédure Campus France.

Les candidatures se font en ligne et les documents requis doivent être en format numérique en un PDF unique.

Les dossiers reçus après la date limite, incomplets, envoyés sous une autre forme ou par une voie différente que celle indiquée ci-dessus sont irrecevables et ne seront pas traités.

*Par Concoursn*

## Bien dormir

## Comment retrouver un sommeil réparateur ?

Le sommeil fait partie intégrante de la santé. Si les nuits ne sont pas assez bonnes, notre organisme a vite fait de nous le faire ressentir. Mais comment savoir si notre sommeil est suffisamment réparateur ? Le point avec le Dr Marc Rey, neurologue et président de l'Institut national du sommeil et de la vigilance (INSV).

Nous passons un tiers de notre vie à dormir. Ce qui n'a rien d'une perte de temps, ni d'anodin. Des nuits de mauvaise qualité impactent directement notre santé. Comme le rappelle le Dr Marc Rey, « une privation de sommeil peut conduire à un état dépressif, à une anxiété, à des difficultés de concentration. Sans oublier que lorsque l'on dort, notre système immunitaire se consolide. Il n'est pas rare qu'en cas de dette de sommeil, l'on soit davantage sujet aux maux de l'hiver. Enfin, la fatigue et la somnolence diurnes font le lit de l'obésité en modulant les hormones qui régulent l'appétit. »

## C'est quoi un sommeil réparateur ?

« Bien entendu, il n'existe pas une réponse univoque », lance Marc Rey. « La durée est très importante. Mais nous n'avons pas tous les mêmes besoins. Pour savoir si votre sommeil est suffisamment réparateur, vous devez, comme son nom l'indique, vous sentir réparé. Comment

? Bien sûr, n'évaluez pas votre état d'esprit immédiatement en vous levant, lorsque vous êtes encore dans l'inertie du sommeil. Mais une heure après, si vous vous sentez reposé, c'est que votre nuit aura joué son rôle réparateur. »

## Le sommeil d'avant minuit est-il plus réparateur ?

Voilà un vieil adage, « qui n'est valable que pour ceux qui ont l'habitude de se coucher avant minuit », continue le neurologue. « En fait, le début de nuit est très important car il est plus riche en sommeil lent profond. C'est lui qui permet de bien récupérer ». Donc, dans la mesure où le sommeil réparateur intervient en début de sommeil, à vous de voir, selon le nombre d'heures dont vous avez besoin, à quel moment vous coucher pour être en pleine forme le lendemain.

## Le sommeil, ça s'entretient

Plusieurs comportements peuvent vous aider à (re)trouver le sommeil du juste : adoptez des



Une dame dormant paisiblement/ DR

horaires réguliers, « afin d'être en harmonie avec le fonctionnement de votre horloge biologique » ; pour un sommeil de qualité, pratiquez une activité physique régulière, et surtout à distance du coucher. En effet, pour tomber dans les bras de Morphée, l'organisme a besoin de baisser en température ; Exposez-vous à la lumière natu-

relle. La sécrétion de la mélatonine – une hormone intimement liée à la synchronisation du cycle veille/sommeil – est bloquée à la lumière. Et elle reprend lorsqu'il fait nuit. Voilà aussi pourquoi il vaut mieux éviter les écrans (et leur lumière bleue) avant de se coucher ; Bien entendu, évitez l'alcool qui, contrairement à une idée reçue,

ne favorise pas le sommeil de qualité. Pas plus que le tabac, qui est un stimulant. A noter : si au bout de plusieurs nuits, votre sommeil vous semble peu réparateur, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin. Une anxiété ou une apnée du sommeil peut se cacher derrière...

Destination santé

## Famille

## Grand-mère, le pouvoir d'apaisement

Le 6 mars a été l'occasion de célébrer les grands-mères. Il y a déjà la fête des mères, direz-vous peut-être. Mais si elles sont aussi mamans, les mamies jouent un rôle bien différent auprès de leurs petits-enfants. Petit tour d'horizon de cette place à part.



Une grand-mère entourée de ses petits-enfants/ DR

Mamie, grand-maman ou même mémé. Quel que soit le nom que lui donnent les enfants, la grand-mère tient souvent une place très importante dans leur cœur et dans leur vie. « Quand il n'y a pas de conflit dans la famille avec les grands-parents, la grand-mère joue souvent un rôle précieux », souligne Vincent Joly, psychologue à Paris. Et ce à différents niveaux.

En effet, « les grands-mères permettent d'ancrer les enfants dans le passé, dans une histoire », poursuit-il. Elles sont les racines de l'arbre de la famille. Une stabilité « d'autant plus importante dans une société très marquée par l'immédiateté ».

## Un repère stable

Elles constituent, par ailleurs, un soutien fa-

miliaire non négligeable. Qu'il s'agisse de garder les enfants le week-end ou pendant les vacances, elles permettent de soulager les parents. « On ne peut pas toujours tout gérer en tant que parent », note-t-il. Notamment lorsque le travail prend beaucoup de place, avoir un soutien extérieur moins imprégné des problèmes du quotidien peut aider.

La grand-mère a, en outre, souvent une position d'apaisement par rapport aux enjeux de l'éducation des enfants, par exemple. Mais aussi vis-à-vis des aléas de la vie.

« Elle constitue souvent un ancrage rassurant, un repère stable en cas de divorce, de difficultés financières... », précise-t-il.

Enfin, on ne les appelle pas « mamie gâteau » pour rien !

Manger une glace avant le dîner, avoir le droit de regarder plus de dessins-animés, ne pas se faire réprimander car on mange avec les doigts...

Les grands-mères peuvent offrir aux enfants la possibilité d'expérimenter les choses différemment, sans l'enjeu d'éducation. Alors bonne fête à toutes les grands-mères!

D.S.

## Quand les boissons sucrées réduisent l'espérance de vie

Excessive et régulière, la consommation de boissons sucrées augmente le risque de mortalité prématurée. A partir de quand s'avère-t-elle dangereuse ? Et de quelles pathologies décèdent les victimes ?



Différentes boissons sucrées/ DR

Des chercheurs américains ont analysé les données de santé de 80 647 femmes et 37 716 hommes. De 1980 à 2014 pour les hommes et de 1986 à 2014 pour les femmes, chaque volontaire a dû répondre à des questionnaires sur leur hygiène de vie.

Résultat, « le niveau de consommation de boissons sucrées était corrélé à un risque de décès prématuré ». Précisément, comparer à ceux qui boivent moins d'une boisson sucrée par mois, « boire de une à quatre boissons par mois était associé à un sur-risque de 1%, de 6% pour les consommations de deux à six verres par semaine ». Cette donnée passe à « 14% lorsque le sujet boit une ou deux boissons par jour; et à 21% quand la

consommation dépasse les deux boissons quotidiennes », indique-ton.

Les femmes étaient plus exposées à ce sur-risque que les hommes. Les deux causes majeures de mortalité sont « les maladies cardiovasculaires et dans une moindre mesure les cancers », précisent les chercheurs. Récemment, les sodas ont aussi été impliqués dans la survenue de la stéatose hépatique aussi appelée maladies du foie gras. A noter : en France, l'Anses recommande « aux adultes de ne pas consommer plus de 100 g de sucres totaux par jour (hors lactose et galactose) et pas plus d'une boisson sucrée, en privilégiant les jus de fruits ».

D.S.

## Arts martiaux

## Clin d'œil sur la pratique du karaté par des Congolaises

**Le mois de mars met à l'honneur la gent féminine dans toute sa diversité. Alors plongeons-nous dans l'historique de la pratique de karaté par les Congolaises qui ont fait de ce sport leur source de revenus, leur cheval de bataille ou parfois un véritable divertissement ou une occupation de premier plan.**

Elles sont nombreuses, celles qui ont fait et continuent de faire le beau temps du karaté congolais lors des grandes compétitions nationales et internationales. Que cela soit en individuel ou en équipe, les Congolaises s'illustrent toujours par leur savoir-faire. Les résultats individuels aux compétitions régionales et continentales, par exemple, hissent sur les podiums la souplesse et la technicité de la maîtresse Mariane Judith Ndeké. Elle est, en effet, médaillée d'or à la première édition du challenge Denis-Sassou-N'Gusso à Brazzaville, en 1999. Cette dame dite de fer est également détentrice de deux médailles d'or à la troisième édition des championnats d'Afrique centrale seniors au Cameroun en 2000 ; de deux médailles d'or à la quatrième édition des championnats d'Afrique centrale seniors au Gabon en 2001 et d'une médaille d'argent puis d'une médaille de bronze à la huitième édition des championnats d'Afrique seniors à Madagascar en 2001. Dans son palmarès, il faut ajouter les médailles d'argent et de bronze glanées à la première édition des championnats d'Afrique cadets et juniors au Botswana, en 2002, ainsi que de deux médailles d'or à la quatrième édition des championnats d'Afrique centrale à Brazzaville en 2003.

Mariane Judith Ndeké n'est pas seule à survo-

ler ce palmarès élogieux du karaté congolais puisqu'à ses côtés il y a d'autres vétéranes et surtout des jeunes en activité qui continuent de hisser très haut le drapeau du Congo lors des compétitions de la discipline. Nous pouvons citer Mathurina Malanda et Grâce Dewe qui ont remporté une médaille de bronze chacune lors du récent championnat d'Afrique qui s'est déroulé en décembre, en Egypte. Leur compatriote Diabaté Fatoumata avait remporté deux médailles de bronze. N'est-ce pas un avenir plein d'espoir ?

Sur le plan de l'arbitrage, la femme congolaise n'est pas restée en marge puisque son expertise est souvent sollicitée lors des compétitions de la discipline. La Congolaise ayant le grade le plus élevé en arbitrage est, selon le président de la commission d'arbitrage de la Fédération Me Nowa, la redoutable Maîtresse Bienvenue Obindi Gath. Elle est Juge B Régional en kata et kumité.

Notons qu'à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, le 8 mars, Bienvenue Obindi Gath et Mariane Judith Ndeké ont été décorées par la ministre de la Promotion de la femme et de l'Intégration de la femme au développement, Inès Nefer Bertille Ingani.



*Rude Ngoma*

*Des femmes adeptes du karaté au Congo/Adiac*

**ADIAC**

Toute l'actualité  
Du Bassin du Congo  
EN VIDÉO



LES DÉPÊCHES  
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER  
DE KINSHASA

+336 11 40 40 56

info@adiac.tv

84, boulevard Denis-Sassou-N'Gusso  
Brazzaville - République du Congo

www.adiac.tv



## Plaisirs de la table

### Vous avez dit dessert ?

D'origine occidentale, cet instant gourmand a été adopté au fil des années en Afrique et même ailleurs avec la particularité que l'on prend plus plaisir ici en République du Congo à saisir le fruit qui pousse tout près de chez soi. Découvrons-le ensemble.

De manière générale, le dessert est défini comme étant le dernier plat servi au cours d'un repas. Il est composé essentiellement d'éléments sucrés tels que des fruits ou des pâtisseries. Toutefois, parmi les éléments salés, l'on retrouve les fromages. A table, au moment tant attendu par les tout-petits et même les plus grands, le dessert commence par le repérage de la bonne cuillère, la cuillère « à dessert », spécialement placée pour faciliter la dégustation de gâteaux, de glaces ou de fruits. A défaut, il existe des fourchettes « à dessert ». La cuillère spéciale est d'une taille intermédiaire entre celle à café et celle à soupe. Mais le dessert n'est pas toujours un repas copieusement préparé, il peut s'agir d'un fruit. La papaye, par exemple, est mieux indiquée pour soulager la constipation passagère ainsi que les fruits à pépins. La banane, quant à elle, possède la facilité de pousser pas bien loin des habitations, c'est un dessert à ne pas négliger. Apprécié des

tout-petits et des grandes personnes, ce fruit a l'atout majeur de plaire à tous les membres de la famille et en plus il peut être associé à d'autres fruits. Le mélange de fruits variés est une idée recette très prisée au Congo pour le plaisir des repas en famille. La salade de fruits maison est souvent faite à base de fruits de la passion, de mangues, de bananes, de figues ainsi que des fruits sauvages de saison comme les « malombo » ou les « tondolo ». Ces fruits peuvent être pré-cuits pour faciliter le mélange et pour relever le goût au final, une petite touche de sucré-salé ainsi que du jus de citron font toute la différence. Comme idée dessert, l'on peut aussi se tourner vers les yaourts nature ou les skis yaourts (spécialités congolaises) pour agrémenter les repas. Mais les fruits restent indiscutablement un meilleur choix, pour rester dans un registre simple. Sans l'ajout en plus de sucre ou de sel, déguster des fruits est un instant à ne pas se priver. Manger le plus possible les fruits tels qu'ils

se présentent.

Coupés en cube ou en lamelles, les fruits peuvent aussi être préalablement placés au réfrigérateur pour une meilleure présentation à table mais également afin de mieux préserver leur fraîcheur.

Ils apportent, en effet, un maximum d'énergie à l'organisme et ont également la facilité d'être un moyen de varier l'alimentation quotidienne.

Colorés et savoureux, les desserts à base de fruits sont des délices dont on ne saurait se lasser au quotidien d'autant que les bénéfices pour l'organisme humain sont inégalables.

De préférence consommés crus, les fruits sont à choisir selon les saisons pour ne pas dépenser plus cher chaque jour. L'on peut aussi s'improviser jardinier en plantant un arbre fruitier près de chez soi. C'est, d'ailleurs, la meilleure source d'approvisionnement de fruits afin de terminer en beauté les repas.

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

Samuelle Alba



## RECETTE

### L'ananas et pastèque du chef Stanilas

#### INGRÉDIENTS POUR DEUX PERSONNES

Un ananas moyen Une pastèque moyenne  
Quatre cuillères à soupe de miel liquide  
Menthe pour la décoration  
Deux cuillères de jus de citron

#### PRÉPARATION

Commencer par laver les fruits, puis couper l'ananas en deux et récupérer la chair et tailler en petits morceaux.

Séparément, couper la pastèque en petits cubes. Puis, dans un saladier mélanger tous les fruits avec le miel et le jus de citron. A réserver au frais.

Enfin, placer les fruits coupés dans la coque de l'ananas. Pour la décoration, des feuilles de menthe au-dessus des fruits coupés en morceaux.

Bonne dégustation!

S.A.



**SOLUTION :**  
Le mot-mystère est : *discothèque*

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

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°565 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°575 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°324


- 2 LETTRES**  
CD - ET - FA - IF - IL - OU - SS - TE - UT
- 3 LETTRES**  
ACE - AIS - ART - DIS - EUE - FEE - FEU  
- FOU - GUS - NUE
- 4 LETTRES**  
BREF - CROC - GOND - GRES - GROG -  
ITOU - LEUR - LIEU - LOTS - MECS -  
OBEI - PIEU - RASE - SEAU - TACT -  
TELE - UREE - USER
- 5 LETTRES**  
AFFUT - CRUES - NEONS - NUIRE -  
PILAF - RUAIT - SACRE - TENTE - ULULE  
- USAGE - UTILE
- 6 LETTRES**  
ESCROC - NAUSEE - RONDES - TSETSE  
- USURES

TRÈS EXCITANTE PIÈCE DU HAUT	VIANDE À GRILLER MAL AU VENTRE	ROULER DANS LA FARINE	PASSERAI À L'ACTION À L'ÉTAT NATUREL	HELLENE VAGUE SUJET	ACCOMPLI NUAGEUX
TERRE CEINTE JOUER SON RÔLE		DÉMOLIRA		POIL ELLE LANCE DES CARRÉAUX	
BOIS PRÉCIEUX SU À L'APÉRO		GRAVITÉ	FLEUVE DE FRANCE RECONNÛT	CONDITION ESPION CÉLÈBRE	TAUX ABUSIF
CHARGE PRONOM PERSONNEL			RÉSISTER	LIMON NOTE	
RONCEUR ET GRIMPEUR GRAND LAC AU KENYA	TURCS ALLER AU SOUS-SOL				AUTORISÉE
				PASSE À SARAGOSSA DIVAGUES	AU-DESSUS DES ANGLAIS ÉLÈVES DÉBUTANTS
AVANT LE VERBE BLESSER	DÉMONS- TRATIF PERSON- NAGE		CANAL MASON FORMATION TECHNIQUE		VENUS AU MONDE
TREM- BLANTES	PRONOM REFLÉCHI DIEU SOLAIRE		PATRIE D'ABRAHAM RÈGLE À DESSIN	HOMOGÈNE SODIUM DU CHIMISTE	
CHAMP DE BATAILLE			TAMISE		

FLÉCHÉS 12x15 • N°2112 • © FORTISSIMOTS 2021

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

ATHLETE / AZIMUT / BIBERON / BINIOU / CANON /  
CANULAR / CASTOR / CERBERE / CHICHE / COHUE /  
CROIX / DELICE / DIESE / ETABLI / ETHER

FELON / FLATTER / FLUIDE / FROUSSE / GALETTE /  
HARENG / HARPON / HORTENSIA / LIBIDO / LIEGE  
MAGENTA / MARTYRE / MEGERE / MIGNON

MUCUS / MUFLERIE / PACTOLE / QUOTA / RUBIS /  
SERIEUX / SIROP / SONGER / SOUPIR / SUAVE / TOUPIE  
TRAVERS / TUTEUR / ZIGZAG

• SUDOKU • GRILLE N°566 • FACILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°576 • DIFFICILE •

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

# L'art et la manière

## Lever son verre à l'occasion du 8 mars

La date du 8 mars marque la reconnaissance des droits des femmes et la célébration de la lutte que ces dernières ont rudement menée au cours du siècle dernier et qui se poursuit encore aujourd'hui dans certains domaines et certaines contrées du monde. Nous levons nos verres à ces femmes qui pour certaines en sont encore à vider leurs bouteilles à cul sec et à même le goulot.

À travers le monde, des milliers de regroupements de femmes se sont organisés pour célébrer la journée du 8 mars dédiée à la reconnaissance et au respect des droits des femmes. Cette journée a largement vu célébrer la femme, dans sa nature, ses spécificités et sa contribution à la société. Les femmes se voient alors pour certaines s'offrir des fleurs par des messieurs sensibles à cette cause et plus généralement juste reconnaissants de bénéficier de la présence de ces créatures de rêve dans leur vie ; qu'elles soient

mères, sœurs, épouses, amies ou collègues.

A quelques semaines à peine de la célébration de la Saint-Valentin, l'atmosphère reste parfois la même : fleurs, restaurants, vin blanc ou rouge, marques de considération sont pleinement affichées par ces hommes attentionnés afin d'entretenir la relation avec ces femmes d'exception.

On est parfois à rappeler que les femmes qui sont, ce jour-là, célébrées sont des femmes d'exception, car l'exception est sélective quand toutes sont certes concernées par ladite date.

On est effectivement à déplorer comment la femme lambda congolaise a célébré le 8 mars : casiers de bière aux pieds, assise dans des bars, à vider à vitesse accélérée comme lors d'une compétition, le contenu des bouteilles de bière qui s'enchaînaient les unes après les autres.

En levant nos verres, nous espérons entendre le bruit chatoyant de verres fragiles et délicats embrassant des éclats de joie séduisants et attirants en lieu et place du chaos auquel on ne saurait même pas attribuer de genre.

*Princila Pérès*

### HOROSCOPE



**Bélier**  
(21 mars - 20 avril)

Votre énergie vous pousse à sortir des terrains connus. Vous aurez l'audace d'enfoncer certaines portes et de vous engager là où vous ne l'auriez pas forcément présumé. Les choses vont vite pour vous, les situations qui se présentent à vous seront particulièrement intéressantes pour votre carrière.



**Lion**  
(23 juillet-23 août)

Il y a des tensions dans l'air, on pourrait vous reprocher de ne pas jouer franc jeu et de déléguer vos problèmes à d'autres. On vous demandera d'être tout à fait honnête, dans vos actions autant que dans vos intentions.



**Capricorne**  
(22 décembre-20 janvier)

L'amour vous donne des ailes et vous fait voir la vie en rose. Vous serez transporté par la personne que vous aimez et n'aurez d'yeux que pour elle. Les célibataires ne seront pas en reste, une rencontre déterminante transformera votre quotidien.



**Taureau**  
(21 avril-21 mai)

Votre originalité sera clairement votre atout dominant dans les prochaines négociations que vous aurez à mener. Vous misez beaucoup sur l'idée de sortir votre épingle du jeu et y parviendrez avec brio.



**Vierge**  
(24 août-23 septembre)

Vos décisions pourraient souffrir de quelques critiques. Qu'importe, soyez intègre avec vous-même et avec vos convictions, votre franchise triomphera. Croyez en vos capacités, de grandes aventures vous attendent.



**Verseau**  
(21 janvier-18 février)

Votre tempérament et vos idées seront reconnus de tous. Vous enfoncez des portes et faites entendre vos convictions, vous ferez de belles avancées dans les missions que vous vous êtes données.



**Gémeaux**  
(22 mai-21 juin)

Votre susceptibilité pourrait vous jouer des tours cette semaine. Vous ne serez pas de toutes les humeurs et aurez tendance à prendre les choses contre vous. Attention à ne pas vous braquer pour rien, vos réactions pourraient entraîner des conséquences irréversibles, surtout dans le domaine des négociations.



**Balance**  
(23 septembre-22 octobre)

Il y a de la défiance dans l'air. Evitez toute forme d'association ou de travail collectif car vous aurez bien du mal à composer avec d'autres personnes. Cette période passera pour laisser place à de meilleurs jours.



**Poisson**  
(19 février-20 mars)

Vous êtes très bien entouré et vous en aurez la confirmation ces jours-ci. Vous serez soutenu et épaulé dans tous les projets que vous entreprenez, qu'ils soient personnels ou professionnels.



**Cancer**  
(22 juin-22 juillet)

Cette semaine, vous prenez les sujets à bras-le-corps et affrontez toutes les questions épineuses. C'est parfois un mauvais moment à passer mais cela vous permettra d'avoir une vue complètement dégagée sur l'avenir proche.



**Scorpion**  
(23 octobre-21 novembre)

Vous aurez du mal à faire entendre votre avis et vos idées. Qu'importe, vous foncez tête baissée quitte à prendre de gros risques. Votre audace sera reconnue et vous aidera dans toutes vos démarches en solitaire.



**Sagittaire**  
(22 novembre-20 décembre)

Vous serez au four et au moulin, affairé à de multiples projets qui vous tiennent à cœur. Vous ne reculez devant rien, attention toutefois à ne pas perdre de vue vos objectifs. Une grande discussion vous fera voir les choses de façon plus claire.



**PHARMACIES DE GARDE**

**DIMANCHE**  
**13 mars**

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

#### **MAKÉLÉKÉLÉ**

Centre sportif

Mazayu

La Providence

Galien

De l'OMS

#### **BACONGO**

Raph (arrêt CCF)

Dr Jésus (ex-Saint Michel)

Saint Pierre NG

#### **POTO-POTO**

Divina

La gare

Marché Poto-Poto

Renande et Maat

Clairon (Camp Clairon)

#### **MOUNGALI**

Avenue de la paix

Espérance (Marché de Moukondo)

Gim

Pont du centenaire

Del Grâce (DRTV Moungali III)

#### **OUENZÉ**

Béatitude

Mampassi

Soberme

Ghallis

#### **TALANGAI**

Denise

Siracide (Face hôpital Talangai)

Goless (Pont Mikalou)

Mfilou

Hebron

#### **DJIRI**

Antony

Du Domaine