



LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

N° 208 - VENDREDI 10 AU JEUDI 16 FÉVRIER 2023

MÉDIA

Le 13, on n'oublie pas d'allumer la radio !

Le 13 février, la Journée mondiale de la radio proclamée en 2011 par les États membres de l'Unesco et adoptée par l'Assemblée générale des Nations unies en 2012, sera célébrée à travers le monde. De «Radio Brazzaville» en 1942 aux podcasts d'aujourd'hui, en passant par NTI et le son devenu image à Ponton la Belle, célébrons la Journée avec un paysage radiophonique qui s'est incrusté dans nos téléviseurs, dans nos smartphones, dans nos ordinateurs. **PAGE 7**



CONCERT

Djoson Philosophe exhale la Saint-Valentin

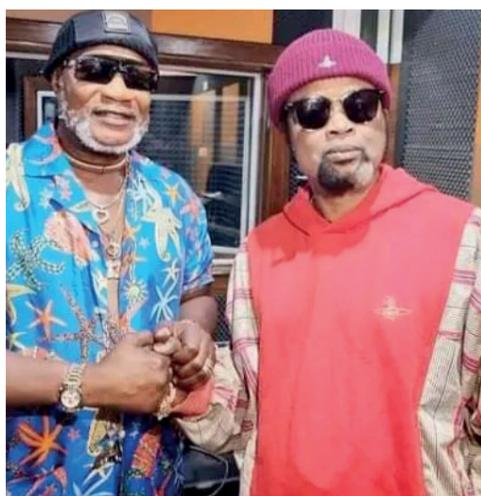
L'artiste musicien congolais sera en prestation live avec son orchestre Super Nkolo Mboka, le 18 février, à l'Institut français du Congo de Brazzaville. Le concert sur mesure s'inscrit dans le cadre de la fête des

amoureux célébrée le 14 février de chaque année, mais également dans la vision de l'artiste qui, à travers des prestations live de proximité, tient à garder un lien constant avec ses fans et mélomanes. **PAGE 5**



MUSIQUE

Koffi Olomidé et Félix Wazékwa en « Eau pure »



Restés depuis plusieurs années en dissonance, les artistes congolais Koffi Olomidé, de l'orchestre Quartier latin, et Félix Wazékwa, de Cultura pays vie, ont décidé de sceller leur réconciliation à travers le titre « Eau pure », disponible depuis le 3 février sur toutes les plateformes de téléchargement légal. A en croire Félix Wazékwa, le titre « Eau pure » est « un projet qui se réalise pour le plaisir des Congolais, des Africains et pourquoi pas du monde entier ». **PAGE 4**

GASTRONOMIE

La banane sous plusieurs angles !

Le plus souvent consommée frite ou cuite à la vapeur, la banane s'élève au rang de reine chez Gold-Banana, en tant qu'ingrédient phare pour la fabrication de farine, semoule et couscous. Découverte d'une production culinaire osée par deux jeunes entrepreneurs congolais, Saint-André Juditherat Huchez-Makaya et Gloire Marjolaine Nsoko. **PAGE 8**

RESTAURATION

La maison « Paul » ouvre officiellement à Brazzaville

PAGE 8



Éditorial

Amoureux ?

Manifestement la Saint-Valentin ne branche plus. La fête tend, en effet, à prendre un goût insipide tellement qu'elle entre dans la banalité du quotidien. Que faut-il célébrer exactement ? L'amour ou le couple ? Ce point de vue et ces questions sont ceux que nous avons entendus dans les milieux socioculturels quelque peu élevés, chez ceux qui perçoivent ce moment comme une simple agitation commerciale, une fête qui imposerait l'amour à date fixe.

Si d'un côté on nous sert des preuves d'un désintérêt pour une journée jugée comme les autres ; de l'autre bout du chemin, on s'active à imaginer les scénarios les plus subtils pour témoigner le grand amour. Chacun a finalement sa propre opinion. Ce qui est beau assurément, c'est le débat qui resurgit à chaque instant et donne à la Saint-Valentin l'occasion de revisiter les enjeux qui entourent ce rituel amoureux.

L'exercice n'est pas aisé lorsqu'il s'agit de plancher sur un sujet aussi controversé. C'est l'occasion sans doute d'ouvrir quelques pistes de décryptage de la fête dite des amoureux sous sa forme historicisée, légitimée, magnifiée et rechignée. Quel que soit l'angle sous lequel chacun célébrera cet instant, ce qui importe, et nous l'espérons, que chacun profite d'un moment qui célèbre l'amour tout court.

Les Dépêches du Bassin Congo

LE CHIFFRE

« 4 »

C'est le nombre de millions de dollars américains octroyés à la République démocratique du Congo par le gouvernement japonais via le Haut commissariat des Nations unies pour les réfugiés.

PROVERBE AFRICAIN

Ne vous découragez pas. C'est souvent la dernière clé du trousseau qui ouvre la porte.

LE MOT

« RÉSILIENCE »

□ *La résilience est un phénomène psychologique qui consiste, pour un individu affecté par un traumatisme, à prendre acte de l'événement traumatique de manière à ne pas, ou plus, vivre dans le malheur et à se reconstruire d'une façon socialement acceptable.*

IDENTITÉ

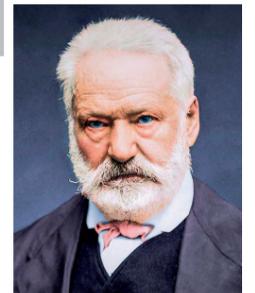
« MELVINE »

Quelle que soit l'orthographe que vous lui préférez, Melvine ou Melvynne, le prénom est d'origine celte et signifie « ami de l'assemblée ». La patience est certainement l'une des caractéristiques de Melvine qui en fait preuve de passion. On dit souvent que le professionnalisme est l'une des qualités les plus notables chez les Melvine.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Chaque homme dans sa nuit s'en va vers sa lumière ».

- Victor Hugo -



Les Dépêches de Brazzaville, Le Courrier de Kinshasa, Les Dépêches du Bassin du Congo sont des publications de l'Agence d'Information d'Afrique centrale (ADIAC)
Site Internet : www.brazzaville-adiac.com

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédaction en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués : Roger Ngombé, Christian Brice Elion

Grand-reporter :

Nestor N'Gampoula
Service Société : Rominique Nerplat Makaya (chef de service) Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko

Service Politique : Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Firmin Oyé

Service Économie : Fiacre Kombo (chef de service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé

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

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

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

Rédaction en chef délégué : Quentin Loubou Durly Emilia Gankama (cheffe de service)

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Chef d'agence : Victor Dosseh
Rédacteur en chef : Faustin Akono
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara
Bureau de Pointe-Noire : Av. Germain Bikoumat - Immeuble Les Palmiers. Tél. (+242) 06 963 31 34

RÉDACTION DE KINSHASA

Direction de l'Agence : Ange Pongault
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso
Rédaction : Laurent Essolomwa, Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi, Nioni Masela, Martin Enyimo
Comptabilité, administration, ventes : Lukombo, Blandine Kapinga, Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port - Immeuble Forescom commune de Kinshasa Gombé/Kinshasa-RDC - /Tél. (+243) 015 166 200

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo

Chef de service : Clotilde Ibara
Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, François Ansi

PAO - MAQUETTE

Chef de service PAO : Eudes Banzouzi
Chef de service : Cyriaque Brice Zoba

Mesmin Boussa, Stanislas Okassou, Toussaint Edgard Ibara, Jeff Tamaff

INTERNATIONAL

Direction : Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma,
Bureau de Bruxelles : Dani Ndungidi, Adrienne Londole

ADMINISTRATION - FINANCES

Direction : Ange Pongault
Adjoint à la direction : Kiobi Abira
Bermely Ngayouli, Vesna Mangondza, Martial Mombongo, Arcade Bikondi, Emeline Loubayi, Wilfrid Meyal Itoua Ossinga, Armelle Mounzeo

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga

Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna
Hortensia Olabouré, Marina Zodialo, Sylvie Addhas, Mibelle Okollo

Chef de service diffusion : Guylin Ngossima
Brice Tsébé, Irin Maouakani, Christian Nzoulani, Bob Sorel Moubelé Ngonzo

COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse
Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

Direction : Gérard Ebami Sala
Adjoint : Elvy Mombete
Coordonnateur : Rachyd Badila
Jules César Obebi, Siméon Ntsayouolo, Jean Bruno Ndokagna

INFORMATIQUE ET NOUVEAUX MEDIAS

Direction : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Darel Ongara, Myck Mienet Mehdi, Mbenguet Okandzé

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

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

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi
Astrid Balimba, Magloire Nzonzi

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepechesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville, République du Congo - Tél. : (+242) 06 895 06 64
Email : regie@lesdepechesdebrazzaville.fr

Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Média

Wafasso ? A contre-courant des médias en ligne

« *Ce n'est pas parce qu'ils sont nombreux à avoir tort qu'ils ont raison* », disait l'humoriste français Coluche. A contre-courant de nombreux médias en ligne ayant fait de la musique leur fonds de commerce, Jubrinss Bayilo représente à sa façon la minorité, celle qui s'élève contre la sous culture.

Au risque de déplaire, on ne peut qu'observer qu'un nombre grandissant de médias en ligne arrimés à la musique urbaine congolaise s'avère être un bourbier où la culture s'enlise au plus profond. La jeunesse d'aujourd'hui, tel un mouton de Panurge, « follow » le mouvement, c'est la loi du game et il faut s'y résoudre. Pourquoi pas ? Il faut vivre avec son temps. Parfois, d'autres lumières nous éclairent plus intelligemment sur la musique du 242, comme celle qui nous vient de Guangzhou, ville portuaire au Nord-Est de Hong Kong, sur la rivière des Perles. Là-bas, Jubrinss Bayilo, un Congolais ayant pour bagages un bachelors en gestion de projet web et une licence en chef de projet web, nous propose un autre genre : « Wafasso ? ». Ça va plutôt bien, merci ! « *On a voulu se démarquer et faire comprendre que l'on pouvait encore parler de culture sobrement avec des angles choisis pour apporter un plus comme en témoigne notre récent sujet sur le fameux concert d'Extra Musica au Zénith de Paris qui*



Jubrinss Bayilo/DR

reste le plus grand mystère de la musique congolaise, sans aucune image officielle à ce jour. Malgré nos maigres abonnés, on arrive néanmoins à toucher les mélomanes avertis », explique l'initiateur de cette page ad-

ministrée depuis Pointe-Noire et Guangzhou.

« Wafasso ? » se distingue par une volonté de creuser un tant soit peu ses contenus et d'appuyer à raison là où ça fait mal. « *Notre musique gagne en notoriété mais*

régresse en qualité. Tout pour les reins, rien pour les oreilles », peut-on lire sur cette page qui décrypte tout autant les travers des médias que ceux des artistes et du public. Chose suffisamment rare pour être ici soulignée, ce récent sujet résolument féministe de Jubrinss Bayilo qui écrit : « Les artistes féminines sont d'abord jugées par l'apparence au détriment de leur talent et c'est sans compter les messages et commentaires désobligeants qui font carrément l'apologie du machisme. Lors des cérémonies des récompenses, elles sont comme cloîtrées dans des catégories glamour, comme si la femme artiste n'intéressait que les regards. Depuis près de 40 ans aucune artiste n'a décroché ni même été proche du trophée tant prestigieux de la chanson de l'année. Et pourtant les Mamie Claudia et autres Pembe Sheiro ont balisé le chemin pour montrer que la femme congolaise avait une place forte dans la culture ».

Entre les lignes, « Wafasso ? » aborde également quelques sujets brûlants comme celui du Bureau congolais du droit

d'auteur ou interroge sur la loi Mottom, une loi portant sur le statut d'artiste promulguée récemment par le chef de l'Etat, Denis Sassou N'Guesso, dans l'incroyable indifférence du secteur culturel. Pour autant, Jubrinss Bayilo reste lucide : « *Beaucoup de médias participent indirectement à l'élévation du degré d'inculture et de la paresse cognitive des internautes. Il est vrai malgré tout que la musique urbaine reste celle qui communique le plus et est donc source d'actualité. A l'heure où certains administrateurs se comportent comme des rock stars, jusqu'à entrer en conflit ouvert avec certains artistes, Wafasso a pris un parti différent et axé sur toutes les musiques, qu'elles soient variété, jazz, cha-cha, rumba ou musique de recherches, sans oublier les tendances actuelles* ». Pour redresser le tir, la faible audience de « Wafasso ? » exprime t-elle la longueur du chemin qui reste à accomplir pour une nouvelle génération de médias en ligne ?

Philippe Edouard

Entrepreneuriat

Accorder une place de choix à la formation des enfants

Jeune promoteur d'écoles privées au Congo, Axel de Lourdes a opté pour l'éducation afin de mieux contribuer à la préparation d'une élite indispensable au pays pour son développement. Diplômé de l'Université de management de Brazzaville, il n'a pas voulu perdre l'héritage que lui ont laissé ses parents ayant investi dans le domaine de l'éducation et de la formation.

Axel de Lourdes s'est vite retrouvé dans le monde des affaires et du travail avec le seul souci d'éduquer la jeunesse à travers l'Institut inspecteur Jean-Biyoudi dont il est le promoteur.

« *J'ai le devoir et l'obligation de bâtir ou de poser des jalons de son avenir. C'est un noble défi* », a confié Axel de Lourdes en indiquant par la suite qu'il suffit de lire la devise de son établissement pour s'en convaincre : « *Ensemble, sauvons cette jeunesse* ».

Par cette devise inventée par son père Bienvenu Marie de Lourdes Bibeni, le fils héritier poursuit l'idéal de son géniteur, un véritable leitmotiv.

Aussi affirme-t-il avec conviction que le secret du succès dépend de l'héritage socio-culturel des uns et des autres. Pour sa part, le secret du succès peut se résumer au groupe de mots « *le travail bien fait et l'amour du travail* ».

« *Pourvu que le domaine dans lequel vous exercez et évoluez soit la ligne de mire de votre vocation. En outre, que votre engagement traduise sincèrement une réponse à ce type d'appel intérieur que l'on entend à un moment donné* », a précisé Axel de Lourdes.

Cependant, il s'abstient d'affirmer qu'il a déjà tout eu dans la vie. « *Il serait très ambitieux voire maladroit de prétendre clamer d'avoir réussi* », a dit de Lourdes qui croit néanmoins en son engagement dans la voie du succès.



Axel de Lourdes

Achille Tchikabaka

Musique

Koffi Olomidé et Félix Wazékwa enterrent la hache de guerre

Restés depuis plusieurs années en discorde, les artistes congolais Koffi Olomidé, de l'orchestre Quartier latin, et Félix Wazékwa, de Cultura pays vie, ont décidé de sceller leur réconciliation à travers le titre « Eau pure », disponible depuis le 3 février sur toutes les plateformes de téléchargement légal.

La nouvelle de la réconciliation était visible lors de la commémoration des six ans de la disparition de l'artiste musicien Papa Wemba, le 24 avril dernier, où les deux icônes étaient aperçues ensemble, signe qui avait définitivement levé le doute sur le nouveau tournant.

A en croire Félix Wazékwa en septembre dernier, le titre « Eau pure » est « *un projet qui se réalise pour le plaisir des Congolais, des Africains et pourquoi pas du monde entier. De style rumba, c'est une chanson de plus de neuf minutes dédiée à l'un des responsables d'une société de transport en République démocratique du Congo. Je vous le recommande !* », peut-on lire sur ses pages sociales.

Pour rappel, en 1990, Félix Wazékwa dit « Monstre d'amour » collabore étroitement avec des artistes congolais en tant que parolier. C'est

ainsi qu'entre 1991 et 1993, il travaille avec le Grand Mopao, patron du Quartier latin, sur les albums « Haut de gamme », « Koweït », « Rive gauche » et « Noblesse oblige ». De 1993 à 1995, il collabore avec feu Papa Wemba sur les albums « Foridoles » et « Pole position ». En 1995, il sort son premier album télégramme « YHWH », marqué par une rivalité avec Koffi Olomidé qui s'achève en 2021.

Si ces deux acteurs culturels ont prouvé qu'ils pouvaient encore impressionner comme Jean-Baptiste Mpiana et Werrason Nguïama, Didier Massela et Alain Makaba, Blaise Boula et Adolphe Dominguez, peut-on espérer dans les années à venir une baisse d'armes et une collaboration saine entre les artistes Fally Ipupa et Ferré Gola ?

Divine Onganga



La poignée de main entre les deux artistes congolais/DR

Musique

Dalie Dandala brise les codes avec « Luzolo »

Le deuxième single de Dalie Dandala, «Luzolo», est un appel à la prise de conscience individuelle et collective pour le bien-être universel. Celle qui depuis 2020 arpente les scènes nationales et internationales ne cesse de raconter sa terre natale, ses beautés autant que les maux de la société qui la révoltent.

« Luzolo » en lingala, amour en français et love en anglais, est tiré de l'EP en cours de finition de l'artiste Dalie Dandala. Cette chanson est une prise de conscience individuelle et collective pour œuvrer au bien être universel. Il s'agit de pratiquer un amour inconditionnel en ai-

Il faut donc par-là créer un environnement propice, c'est-à-dire comprendre quel est le bien, ce qui compte le plus pour soi et pour l'autre afin de pouvoir orienter la vie, tout en limitant ce qui ne nous aide pas à être ce que l'on a envie d'être. « Luzolo » est un excellent support pour

vient encore m'encourager, j'estime que j'ai encore à faire et à prouver. Alors je reste sereine », a déclaré Dalie Dandala.

Avec son style afro kilombo à travers ce nouveau projet, l'artiste prépare un véritable cocktail des sonorités, avec des rythmes revalorisant la culture kongo.

De son identité réelle Dalie Staëlle Dandala Pembe, elle est une artiste chanteuse, auteure compositrice, interprète danseuse, percussionniste et comédienne. Elle prend goût à la musique dès l'âge de 10 ans dans la chorale de l'école de dimanche de l'Eglise Evangélique du Congo où elle fera aussi ses premiers pas dans le théâtre et le récital.

Formée par la Compagnie musée aux percussions et à la danse, Dalie a parfait son style au fil des expériences et des prestations tant en solo qu'en groupe avec des grands noms de la musique congolaise comme Zao, Oupta, Sheryl Gambo, Stevie Mi, Fanie Fayar et bien d'autres.

Cissé Dimi



mant l'autre entièrement, l'acceptant tel qu'il est sans réserve, avec ses défauts, ses qualités et sans rechercher à vouloir le changer. Comme le dit l'artiste dans la chanson, de tout temps, l'amour est décrit comme une variable indispensable pour le bonheur humain.

aider à mieux saisir la nature humaine, tout en rappelant que nous sommes tous liés les uns aux autres et que notre égo n'a pas raison d'être.

« *Mon état d'esprit est le même qu'au début de ma carrière car je sais qu'il ne faut pas se reposer sur ses lauriers. Même si ce single*

Musique

Aubin Rodriguez Bissila vise l'international

L'artiste musicien et arrangeur congolais, Aubin Rodriguez Bissila dit Dj Rodriguez Brigadier, s'impose au fur et à mesure de par son art. A travers ses multiples chansons qui font le tour des réseaux sociaux et des espaces ambients de Brazzaville, il fait son petit chemin.



Aubin Rodriguez surfe depuis 2011 dans l'univers musical. Il totalise, à ce jour, sept titres sur le marché du disque dont « Ma maman », « Reviens si vite mon bébé », « Ekosimba » un featuring avec le groupe TPM. Dans ses chansons, celui qui se dit suivre les pas des grands comme 12 mémoires conscientise la jeunesse et véhicule le message de l'unité, du vivre ensemble, d'amour ainsi que du patriotisme.

« *La musique est pour moi une passion et un métier. Je vis pour elle. A travers cet art, je souhaite apporter ma contribution dans la société, d'ailleurs, je suis engagé dans une dynamique de promouvoir ma musique hors du Congo* », a expliqué Dj Rodriguez.

Il déplore, cependant, le manque de management et les coups bas des certains acteurs de la musique. Aubin Rodriguez se dit prêt à partager son expertise avec ses collègues afin de former un tout puis booster son style musical qui est le coupé décalé et l'afro-beat. Selon lui, le monde musical congolais est assez glissant, les conditions des artistes ne sont pas assez bonnes, les managers ne sont pas bien formés et ne facilitent pas la vulgarisation des artistes.

Rude Ngoma

Tendance

Challenges Tik Tok, une nouvelle façon de faire vivre la musique

Sortie musicale, clip officiel, challenge Tik Tok... Dans l'ordre de diffusion des créations musicales, le challenge Tik Tok s'impose en étape naturelle de promotion musicale et pont entre l'artiste et un public de plus en plus connecté.

Si vous êtes un artiste ou un mélomane, sans doute avez-vous eu l'occasion de vivre, faire vivre et partager la musique autrement, via le challenge Tik Tok.

Dans le principe, ce challenge est un phénomène de réalisation amateur de « covers » ou reprises intégrales ou d'extraits de l'oeuvre d'un musicien, mais pas seulement.

Le cover est avant tout un coup de cœur du mélomane pour l'oeuvre artistique d'un chanteur, qui au-delà de la consommer de manière passive va créer sa version de la chanson, fidèle à l'originale ou complètement personnalisée et la partager à son tour à ses liens sociaux.

Le cover qui a initialement vu le jour sur Youtube a pris la forme de challenge de création sur Tik Tok, une plateforme sociale, vrai outil de création audiovisuelle et de publication qui n'a pas manqué de trouver dans le jeune public de véritables talents et compétences qui se sont au fil des années distinguées par le biais de leurs créations propres ou de challenges qui

favorisent une émulation d'étoiles.

Les artistes l'ont compris, le challenge Tik Tok devient un outil à part entière de promotion de la musique. Ils n'hésitent pas alors de lancer ces challenges à la sortie de leurs oeuvres pour nourrir à leur tour leur plateforme sociale.

Du côté des mélomanes amateurs mais pas que cela, c'est l'occasion rêvée d'exprimer leur créativité et pourquoi pas d'être détectés par des artistes qui sont pour nombre d'entre eux également producteurs musicaux, porteurs de labels fidèles à leurs vibes musicales.

À l'ère des nouvelles technologies, la musique se vit autrement, se partage autrement. Les fans deviennent des créateurs à part entière et donnent la réplique au chanteur d'une façon nouvelle. Ils deviennent ainsi son miroir, son écho et ses ambassadeurs. L'avantage noble est de créer un sentiment de proximité avec un public jusque-là anonyme qui n'avait que l'occasion des concerts et prestations



Des jeunes s'adonnant à un challenge de musique sur Tik Tok/DR

en présentiel pour espérer échanger avec une icône qui, du fait de son aura, de son expérience et de son quotidien semblait inaccessible. Le challenge Tik Tok rapproche virtuellement les âmes, donne un sentiment de proximité quels que soient le lieu de naissance, la couleur de la peau, la taille

et le poids ou les réalités du quotidien. On aura ainsi vu, il y a quelques cinq ans maintenant, le phénomène incroyable de la reprise de la chanson « Jerusalem » de Master KG en featuring avec Nocembo, chanteuse Sud-Africaine, sous tous les cieux du monde et très récemment la montée de la

chanson « Jésus, je veux te louer », écrite par un prêtre catholique camerounais et reprise par des âmes qui ne connaissent de Jésus que le nom ou ne savent même pas à quoi ressemble l'intérieur d'une église. Tel est le pouvoir des nouvelles technologies.

Princilia Pérès

MeetAfrica

Rendez-vous des entrepreneurs de la diaspora africaine

« MeetAfrica » œuvre pour le développement de l'entrepreneuriat de la diaspora entre l'Europe et l'Afrique. Le forum qui se tiendra le 11 février à Paris, en France, s'adresse à ceux qui ont des initiatives économiques envers l'Afrique, afin de leur apporter des réponses et des services pour déployer leurs projets.

Autour des secteurs prioritaires tels que l'agriculture, l'agrobusiness, la santé, les finances et les assurances, l'écologie, les BTP, le commerce, la deuxième édition MeetAfrica fera intervenir des entrepreneurs et des personnalités de haut niveau françaises, européennes et africaines. Au menu des échanges, des conférences plénières, des ateliers thématiques, des sessions, de Networking entre entrepreneurs et investisseurs, des talents et recruteurs, ainsi que multiples animations dont le concours de pitch, arbre à palabre, happenings culturels.

Ce forum qui se veut avant tout un lieu de rencontres, d'échanges et de partage d'informations sera une occasion pour chaque entrepreneur de faire résonner ses idées, fédérer autour de projets, trouver des partenaires



et des financements.

L'événement s'adresse, par ailleurs, à tous ceux qui ont des projets en lien avec l'Afrique, en vue de leur apporter des réponses sur les stratégies des pays, les secteurs porteurs et les opportunités d'affaires ainsi que d'investissement, les aspects juridiques et financiers de la création d'une entreprise, les acteurs qui peuvent les accompagner dans leurs projets.

Cisse Dimi

www.lesdepechesdebrazzaville.fr

Concert

Djason Philosophe sur la piste de « rumba saint-Valentin »

L'artiste musicien congolais sera en prestation live avec son orchestre Super Nkolo Mboka, le 18 février, à l'Institut français du Congo de Brazzaville.

Le concert sur mesure s'inscrit dans le cadre de la fête des amoureux célébrée le 14 février de chaque année, mais également dans la vision de l'artiste qui, à travers des prestations live de proximité, tient à garder un lien constant avec ses fans et mélomanes.

Djason Philosophe présentera son merveilleux répertoire riche de diverses sonorités allant de la rumba à la salsa, en passant par la samba et bien d'autres genres musicaux enjoués, qui depuis belle lurette tiennent les mélomanes en haleine. L'artiste met les bouchées doubles en promettant une belle ambiance et un spectacle haut en couleur. Ce concert se veut un véritable cocktail de bonne musique et de bonne humeur.

L'anthologique répertoire de Djason ne manquera pas, assurément, de faire des heureux lors de cette rencontre musicale avec le public. Fruit d'un brassage musical aux rythmes culturels du Congo et d'ailleurs, ses différentes chansons à l'instar de « Pêcheur mundélé », « Opaio », « Hola hola », « To bina », « Rumba na piste », « Efandza nteke »... sont à la fois riches de



sonorités, de danses et de thématiques.

L'artiste qui en spectacle live donne toujours le meilleur de lui puise son inspiration dans l'immense patrimoine musical des deux Congo pour tirer son épingle du jeu.

Durly Émilie Gankama

Petites escapades dans Brazzaville

Ambiance Beach

La proximité des capitales des deux Congo, fait unique au monde, donne lieu à des interactions presque gémellaires, à peu de choses près. Qui dit Brazza dit Kin, sauf quand on se revendique du 242 ou du 243, les jumeaux ont aussi droit à leur unicité. Alors, le port autonome de Brazzaville, communément appelé "Beach", est un endroit à l'atmosphère unique où il fût possible à son âge d'or de tâter du doigt le potentiel des deux Congo, capables dans une véritable harmonie et un leadership vertueux, de donner le ton au rythme de l'Afrique et du monde.

Il y a bien des années, car oui, nous en sommes à la regretter, cette époque où le Beach de Brazzaville était une fête constante et in-tarissable dont l'ambiance tutoyait celle du marché Total de Bacongo et l'envoyait aux petites commissions. Le Beach de Brazzaville, c'était une expérience. Entière, multisensorielle et même dangereuse. Quand les bateaux acostaient, le feu était donné. Entre le port ATC aménagé pour les marchandises, les bureaux de la douane et l'arrivée des passagers, en gros ça ne ressemblait à rien et on aimait ça.

Le niveau de décibels au Beach, il fallait le vivre pour le croire. Les porteurs joyeux, stressés ou mal intentionnés qui accompagnaient les personnes vivant avec handicap dans les démarches de dédouanement de leurs marchandises

avaient une hauteur de voix qui n'avait d'égal que le tumulte des lieux. Les bagarres ne manquaient pas, elles étaient même monnaie courante. Entre les agents de l'État en quête de fraudes ou de gros coups à conclure la journée de façon satisfaisante et les usagers en quête d'assouplissement des coûts de dédouanement ou de rapidité de traitement des dossiers pour que les marchandises ne disparaissent ni ne subissent de dommage dans ce lieu incertain, les contentieux pouvaient, en effet, vite donner lieu à des échauffourées avant qu'un médiateur modéré et touché par le Saint-Esprit n'intervienne dans ce chaos ambiant.

Le Beach, c'était quelque chose. Mais quel tableau réellement interrogateur que celui des personnes « handicapées » qui franchissaient le portail du



Beach sur leurs vélos, alors véritables montures, chargées de marchandises : pains de savons, sucre, allumettes en paquets destinées au commerce en détail, sur les tables des quartiers et qui suffisaient à prendre soin des familles entières, envoyer les enfants à l'école et envoyer la nouvelle à Kin

que Brazza ! ça se tente. Depuis, des lois sont passées et la voie navigable a subi une forte récession d'activité due en partie à l'état des bateaux qui plus qu'une révision avaient besoin de prendre leur retraite et de rejoindre le repos éternel. La vie du Beach en a pati et c'est peu à peu

que les choses repartent, que les hommes reviennent et la vie avec eux.

Même si le marché Total reste le leader de l'ambiance de Brazzaville, on ira toujours au Beach pour voir ce fleuve, éternel, et ces flux gémellaires entre Brazzaville et Kinshasa.

Princilia Pérès

Les immortelles chansons d'Afrique

« Kulu Pende » de Bozi Boziana

Auteur-compositeur chevronné, Bozi Boziana occupe une place importante dans la constellation musicale congolaise. Habile artisan des chansons à succès, il signe « Kulu Pende », un morceau qui a marqué l'année 1976.

C'est au sein de « Yoka Lokole » que Bozi sort « Kulu Pende » avec le concours du Label Parions en format 45 tours et sous la référence PAR 78. A travers cette mélodie, l'auteur relate l'histoire de Kulu Pende, un jeune ayant eu un enfant avec une fille de basse classe, préfère l'abandonner au profit d'une autre jeune fille dont les parents vivent dans l'opulence. Cette dernière finira par le décevoir.

Ici, Bozi pousse les jeunes à rechercher du travail plutôt que d'être entretenu par des femmes. « *buaka lokolo oluka mosala. Soki ozongisi lokolo sima obebisi avenir na yo* ». La traduction donne : « *Fais un pas devant, cherches un emploi. Si tu recules, ton avenir est gâché* ». Dans la dernière partie de cette chanson, l'artiste prodigue de sages conseils : « *Batiaka motema na eloko ya moto te o, o makambo ezali trop, ba bombaka kwanga na liboke ya moto te* », ce qui peut être par : « *On ne doit pas compter sur les biens d'autrui, les problèmes sont multiples. On ne garde pas*



Bozi Boziana

son manioc en attendant la nourriture de quelqu'un ».

A cette période, l'attaque chant de « Yoka Lokole » est dénommé « Fania All Stars ». Il est composé de Papa Wemba, Mavuela Somo, Bozi Boziana et Mbuta Mashakado. Du côté des musiciens, il y a le soliste Shora Mukoko, surnommé maillot jaune, qui est éblouissant dans ses phrasés endiablés. Syriany Mbenza, dit Syriana exécute la guitare rythmique et Dada Kombe est à la guitare basse, Otis Koyongonda à la batterie et Lolingo joue du

lokole.

Le son de cet instrument ancestral, appuyé par les congas marque le début de cette merveilleuse mélodie. Ce qui donne l'occasion à Papa Wemba de crier : Yoka lokole ! Ecoute le lokole ! Une manière de faire l'éloge de ce tambour à fente. Il continuera toujours à faire valoir cet instrument au sein de son propre groupe « Viva la Musica ».

Benzu Ngamboni, dit Bozi Boziana, totalisera 72 ans le 28 septembre 2023. Il démarre véritablement sa carrière musicale au sein de « Minzoto Wella Wella

» de père Buffalo avant d'intégrer Zaiko Langa Langa en 1973. Il a participé successivement à la naissance « d'Isifi Lokole », « Yoka Lokole », « Langa Langa Stars », « Choc Stars » avant de créer son propre groupe « Anti Choc ». Pendant 53 ans de vie musicale, Bozi a lutté avec opiniâtreté, bravant toute sorte d'épreuves pour atteindre le sommet de la gloire. Affublé des sobriquets comme Benz, Grand Père, Aboubakar, il est propriétaire aujourd'hui du label « Boziro ».

Frédéric Mafina

Média

Le 13, on n'oublie pas d'allumer la radio !

De «Radio Brazzaville» en 1942 aux podcasts d'aujourd'hui, en passant par NTI et le son devenu image à Ponton la Belle, célébrons la Journée mondiale de la radio lundi prochain.

Le 13 février, la Journée mondiale de la radio, proclamée en 2011 par les États membres de l'Unesco et adoptée par l'Assemblée générale des Nations unies en 2012, sera célébrée à travers le monde. Nos vieilles et vieux peineront peut-être à se souvenir de «Radio Brazzaville» qui fut une radio française fondée sous le nom de «Radio Club» et devenue la voix de la France libre à l'instigation de Charles de Gaulle en 1942. Douze années plus tard, adieu les tubes, place aux circuits intégrés et bienvenue aux transistors qui individualisaient l'utilisation de la radio, pouvant fonctionner sur piles et que l'on pouvait désormais écouter chez soi ou dans la rue. La radio moderne venait de naître, précédant la création de «Radio Congo» le 25 mai 1960. Sautons quelques chapitres et refermons le livre d'histoire. Aujourd'hui, le paysage radio-phonique s'est incrusté dans nos téléviseurs, dans nos Smartphones, dans nos ordinateurs. Pour séduire une nouvelle génération élevée dans la culture de l'image, certaines stations radio-phoniques auront même fait en

sorte que l'on puisse « regarder la radio ». Yan Orion, journaliste-reporter à NTI, aura été, en juillet 2019, l'un des précurseurs à vouloir rattraper le retard que le Congo avait en la matière, en filmant l'émission « By Night » dont il est le concepteur et le réalisateur. Né à Pointe-Noire, fils d'un père professeur d'anglais et d'une mère couturière, Yan Orion, qui défend un idéal de « jeunesse responsable », fait partie de cette nouvelle génération de journalistes engagés dans la promotion de la culture congolaise et a notamment intégré, depuis septembre 2021, la grande famille des correspondants « Couleurs tropicales », émission culte présentée par Claudy Siar sur « Radio France internationale ». Mais on n'arrête pas le progrès. Et à chacun de savoir si c'est dommage ou non. Aujourd'hui, la tendance est aux podcasts (contraction d'iPod et de broadcast : diffusion), émissions audio au format numérique, le plus souvent téléchargeables et gratuites proposant des replays d'émissions radio ou des contenus audio natifs et indépendants. Notons que l'on



Yan Orion, journaliste-reporter à NTI/DR

doit la démocratisation de ce nouveau support média à Apple qui, en 2005, l'aura introduit dans la version 4.9 de son logiciel iTunes, permettant ainsi sa synchronisation avec l'iPod. Oui, mais demain, la radio ? Ah ça ! En ce qui

concerne la musique et selon une étude de MusicWatch, le streaming avec 33,2% d'audience figurait en tête de l'écoute individuelle, fin 2020, devant les radios traditionnelles à 15,9% et concluait ainsi : « Les playlists sont les nouvelles

radios ». En attendant les radios de demain, saluons l'immense travail des radios congolaises ce 13 février avant de célébrer au lendemain l'amour sur la même longueur d'onde pour la Saint-Valentin !

Philippe Edouard

Livre

François Franck Palmers honore son épouse à travers la poésie

Il vient de paraître aux Éditions Alliance Koongo, un recueil poétique de François Franck Palmers. Le livre a pour titre « Winner Dimixson Perfection, une écriture qui frise la perfection ».

Le recueil de quarante-sept pages s'ouvre sur ce poème à la page 11 :

Winner Dimixson Perfection
Elle est l'ataraxie de ma vie plénitude
Elle est la sérénité d'une encre qui luit
Winner Franck Palmers

Elle est l'éloge d'un océan textuel
Ô Fleur rose, to kalon, viens me faire lire »

Dans les pages qui suivent, l'on constate une pluralité de poèmes beaux les uns les autres à coloration philosophique. Il suffit de lire ces deux poèmes pour s'en rendre compte :

« Le clinamen arrose la moisson des atomes solaires
Qui dévient de leur mouvement mécanique agnosique
L'art du piano chante une aurore qui est vie » (p. 25).

« Tout endort cette saison l'utopie morienne
L'acatalepsie cerne le saisissable dans la plume
Quand la perfection s'écoute sur les pages » (p. 37).

Cela se comprend aisément parce que François Franck Palmers est diplômé d'études supérieures en philosophie. La concision des poèmes apporte une touche impactante. Ce livre se ferme sur ce poème de reconnaissance à Dieu :

« Winner a reçu de Dieu la plénitude, et grâce pour grâce
Son écriture dans ses actants frise la perfection » (p. 45).

Ce recueil de poèmes « Winner Dimixson Perfection, une écriture qui frise la perfection » s'impose comme une marque de considération et un clin d'œil de l'écrivain François Franck Palmers à Winner Franck Palmers (Winner Dimixson Perfection), récipiendaire du prestigieux Prix Les Sanzas, le trophée des créateurs, catégorie littérature 2018 et l'heureuse lauréate du Grand prix culturel Alliance koongo, catégorie écrivaine de l'année. François Franck Palmers est aussi auteur de « Winner Dimixson perfection, femme et diamant d'exception », « Que les hyènes ne dévorent la patrie » et « Pour une ère sans pandémie ».

Aubin Banzouzi

Voir ou revoir

« Elikia » de Michael Thamsy

Court métrage de 29 min, « Elikia » peint le portrait d'Alfred, un jeune acteur congolais, marié et père d'un enfant, qui traverse une période financière très difficile.

Vivre de son art dans de nombreux pays africains relève plus ou moins de l'utopie. Pour preuve, lorsqu'on interroge la plupart des artistes africains en général et congolais en particulier, s'ils vivent véritablement de leurs arts, certains disent simplement non ; et d'autres partiellement, c'est-à-dire qu'ils exercent en parallèle d'autres métiers pour pouvoir atteindre leurs fins de mois, voire financer certains projets. Or, il n'y a pas de sots métiers et le cinéma devrait être rentable et permettre à ceux qui le pratiquent d'en vivre dignement.

Alfred a étudié en Europe. Pour ses parents, l'envoyer à l'étranger était une occasion d'avoir un cadre qui saura subvenir aux besoins de la famille. Contre toute attente, il choisit sa propre voie. En lieu et place d'être ingénieur ou bureaucrate dans un quelconque domaine, le jeune homme embrasse le cinéma pour en faire un métier. De retour au pays, c'est la déception pour les proches. Lui qui espérait s'offrir un bel avenir grâce à ce métier voit sa vie sombrer un peu plus chaque jour. Des arriérés de loyer, sa campagne qui le quitte, un père qui décède faute d'évacuation... Bref, Alfred est au bout de sa vie !

Ce bref récit est en fait le script d'une partie du film d'Hayette, jeune scénariste, en pleine discussion avec une maison de production qui, contre toute attente, accepte de financer le projet, une série d'environ une vingtaine de minutes, à hauteur de 85 millions. Un jeu de réalisation réussi pour lequel on peut tirer une fière chandelle à Michael Thamsy pour son premier film dans lequel il incarne le rôle d'Alfred. « Elikia » qui veut simplement dire « espoir » est un encouragement aux cinéastes et aux artistes



en général à demeurer fiers et optimistes du métier qu'ils ont choisi. En travaillant dur, ils finiront par récolter les fruits de leurs labeurs. Aux autorités, ceci est une alarme de redynamiser le secteur de l'art et de la culture, pourvoyeur d'emplois et de fonds afin que ceux qui font vivre cette industrie ne se sentent pas lésés. Sorti l'an dernier, le film a déjà été nommé dans plusieurs festivals et remporté une récompense au plan national. Coproduit par Michael Thamsy et Amanda Baye qui interprète Hariette, ce film regroupe dans son casting Roger Tsiampassi, Michel Agathon-Note, Tony Mbal, Orlande Zola, Nordan Tello, Dominique Kimpouni, Dominique Kiorina.

Merveille Jessica Atipo

Restauration

La maison « Paul » à la croisée des papilles gustatives des Brazzavillois

Logé dans l'enceinte de Leila Mall, le restaurant Paul a procédé à l'inauguration officielle de sa toute première adresse au Congo, précisément à Brazzaville, et à la présentation de la gamme variée de ses services traiteurs et de réception, le 7 février, en présence des représentants de la marque de restauration venus de France.

« Aujourd'hui, avec l'ensemble des équipes de Paul, je suis fier d'être ici devant vous au Congo Brazzaville pour l'inauguration de la première maison Paul. Nous avons ouvert

du petit-déjeuner à 6h 30 pour ceux qui aiment se lever de bonne heure, sans interruption jusqu'à 22h. Je formule le vœu que ce lieu devienne un lieu de rendez-vous, une

vraie habitude et un endroit agréable pour passer du bon temps », a déclaré Christian Rimbault, directeur général Paul France et EMEA (Europe, Moyen-Orient, Afrique).

L'inauguration du restaurant Paul, ouvert en décembre, a permis au public brazzavillois de mieux découvrir

l'expertise et de déguster les différents services culinaires dont regorge cette maison gastronomique avec une expertise

datant de plus d'un siècle. De la pâtisserie variée et multicolore à la fraîcheur d'une palette bio de fruits et boissons de saison, Paul a délicieusement régalié les convives venus nombreux pour la circonstance. Pour Nicolas Marouni, directeur des opérations de Paul en République du Congo, l'inauguration de cette première boutique au niveau national vient à point nommé après plusieurs années et beaucoup de travail nécessaires pour la voir aboutir.

« Des études de marché aux conceptions des projets, à l'identification des sites en passant par la construction et l'aménagement, par le recrutement et surtout la formation des équipes chez Paul, en France, sans oublier la covid-19 qui a retardé et prolongé le délai de réalisation. Un grand merci à l'équipe de direction Paul France et internationale pour leur accompagnement et leur expertise, à l'équipe Paul Brazzaville pour



Christian Rimbault, Nicolas Marouni et le personnel

leur travail et leur engagement au quotidien auprès de nos clients. Merci aussi à tous nos partenaires », a déclaré Nicolas Marouni.

Notons qu'à ce jour, Paul est présent dans 51 pays, dont onze sur le continent africain, totalisant avec la France plus de huit-cents maisons de la marque de restauration. Franchise internationale,

Paul meuble le décor de la galerie commerciale Leila Mall, aux côtés de six autres enseignes. Avec une main-d'œuvre majoritairement locale, la maison Paul contribue à une volonté de soutien des efforts des pouvoirs publics de création d'emplois et de participation réelle au développement et à la croissance économique du pays.

Christ Boka



Christian Rimbault

le 11 décembre 2022, et pour l'instant, grâce à vous tous, l'ouverture 7j/7 est un vrai succès. Nous sommes ouverts

Gastronomie

La banane sous plusieurs angles !

Le plus souvent consommée frite ou cuite à la vapeur, la banane s'élève au rang de reine chez Gold-Banana, en tant qu'ingrédient phare pour la fabrication de farine, semoule et couscous. Découverte d'une production culinaire osée par deux jeunes entrepreneurs congolais, St André Juditherat Huchez-Makaya et Gloire Marjolaine Nsoko.

Rien ne prédestinait les deux hommes à devenir entrepreneurs. Pourtant, Juditherat Huchez-Makaya et Gloire Marjolaine Nsoko sont sortis des sentiers battus et depuis, ils vivent l'une des plus belles aventures de leur existence. « J'ai été élevé par une commerçante. Dès mon jeune âge, je tenais déjà la table de ma mère au marché du Plateau des 15 ans. Je crois que je n'ai pas choisi d'entreprendre. Après ma licence en logistique et transport, je me suis juste retrouvé dans la sauce », a confié Juditherat Huchez-Makaya, cofondateur et gérant de Gold-Banana.

Six ans déjà que ces deux jeunes Congolais font voyager les papilles gustatives des Ponténégrins avec la gamme de produits Gold-Banana : la farine mixte banane et maïs jaune, la farine de banane, la semoule de banane, la semoule de maïs, le couscous de banane et le couscous de maïs. Des produits fabriqués sans additifs et sans conservateurs qui se présentent en format de 500, 750, 850 grammes

et en sac de 25 kg. Ce qui revient donc à conserver tous les bienfaits de la banane.

En effet, avec sa teneur en glucides, la banane apporte de l'énergie et des vitamines intéressantes. De plus, grâce au magnésium et au potassium qu'elle contient, elle est aussi très efficace pour accélérer le métabolisme de base et catalyser l'élimination des calories, favoriser une récupération musculaire rapide, limiter la fatigue et pour lutter contre le cancer et l'hypertension. Pour la distribution de leurs produits, Juditherat et Gloire ont opté pour un circuit-court, soit une vente directe sans intermédiaire. « A ce jour, nous travaillons avec une dizaine d'entreprises à Pointe-Noire, notamment des restaurants, hôtels et pâtisseries, qui nous ont fait confiance et qui aiment la qualité de nos produits », précisent-ils. Pizza, beignets, gâteaux, crêpes, bouillie, couscous, semoule, boulettes... sont, entre autres, les recettes réalisées avec les produits Gold-Banana.

En dépit du fait que la société

Gold-Banana disposerait d'un carnet d'adresses nanti avec des fournisseurs dans quasiment toutes les localités du Congo, à ce jour elle rencontre comme sa plus grande difficulté l'accessibilité à la matière première due entre autres aux routes difficiles et peu praticables. Un défi qu'elle espère tout de même pouvoir relever dans l'avenir avec le soutien du gouvernement et des acteurs privés car aujourd'hui, avec la farine de blé qui se fait rare sur le marché, trouver des solutions alternatives s'avère être un impératif.

« Il est temps pour nous, Gold-Banana et d'autres PME locales qui transformons les produits agricoles congolais, de pallier ce problème en mettant sur le marché différentes farines avec nos propres cultures : banane, maïs, patate douce, igname, etc. Ce qui est déjà le cas en Côte d'Ivoire où le gouvernement a investi dans ce secteur de revalorisation et de transformation des produits agricoles », estime Juditherat Huchez-Makaya. En attendant, Gloire



Une vue des produits bruts Gold-Banana et quelques plats réalisés à base d'eux/DR

et Juditherat poursuivent chaque jour leur rêve de gagner les cœurs des Congolais en les faisant adopter leurs produits et devenir leaders sur le marché. Et grâce au soutien de tous ces acteurs dans l'ombre

qui les soulagent dans leurs tâches et responsabilités quotidiennes, « l'histoire continue à s'écrire, avec à la clé l'objectif de se réinventer chaque jour ».

Merveille Jessica Atipo

Non assistance à personne en danger

Repartir pour l'école du bon samaritain

La semaine dernière, dans un des quartiers de Brazzaville, un riverain, contre toute attente, a été retrouvé, au petit matin, affalé à même le sol, au grand désarroi des passants.

La majorité des gens a été choquée de voir la scène, mais personne n'avait malheureusement eu le courage de venir en aide à l'infortuné, de chercher à savoir le pourquoi du comment. Toutes les personnes ou presque avaient le courage de s'arrêter, de poser quelques questions par curiosité. Ce qui n'était pas mal du tout car la curiosité est une

rappelle qu'à notre époque, les choses étaient différentes. Tout le monde prenait soin de tout le monde. Je me demande où va le Congo », s'est exclamé un cinquantenaire qui était de passage.

Dans la foulée, un autre passant, un taximan, a lancé, furieux: « La plupart des gens qui assistent à cette scène

pitalier public le plus proche. Qu'est-ce qui s'est passé après sa déportation à l'hôpital ? A-t-il reçu les soins appropriés ? S'en est-il sorti ? Tout va-t-il bien maintenant pour lui ? Pourquoi était-il allongé à même le sol ? Seuls ces éléments des forces de l'ordre qui ont pris soin de ce riverain sauront répondre à ces interrogations.

Toutes ces personnes devraient repartir à l'école du bon samaritain qui sait investir de sa personne, de son temps et de sa fortune pour venir en aide aux inconnus, aux étrangers voire même aux ennemis. Tout le monde ferait bien de s'affranchir de l'insensibilité tant malade qui semble gangréner les sociétés africaines, en général, et congolaise, en particulier.

Rappelons que selon le code pénal, article 223-6 alinéa 2, la non assistance à personne en danger est une infraction pénale qui condamne l'omission de prêter secours à une personne courant un danger. Contrairement à la plupart des normes pénales, c'est une infraction d'omission et non de commission, c'est-à-dire que l'auteur n'agit pas alors qu'il aurait dû le faire.

Chris Louzany



Une personne en difficulté ayant besoin d'aide/DR

vertu, dit-on souvent.

Seulement, l'insensibilité envers l'homme affalé à même le sol a heurté la conscience et révolté quelques rares passants. « Pourquoi les gens sont-ils devenus si insensibles et égoïstes ? Je ne comprends pas pourquoi les Congolais sont devenus si méchants. C'est à peine croyable ! Je me

sont croyants. Ces personnes connaissent bien la parabole du « bon samaritain ». Pourquoi ils n'appliquent pas la leçon de cette histoire-parabole ? Toutes ces personnes sont de gros hypocrites ».

Ce malheureux n'a été assisté que par des éléments de la force de l'ordre qui ont pris le soin de lui conduire dans un centre hos-

Majoration du prix du carburant

Grincement de dents et relativisation

Le Premier ministre, Anatole Collinet Makosso, a annoncé en janvier dernier une hausse de 5 % du prix du litre de l'essence qui passe de 595 à 625 F CFA et du gasoil de 475 à 500 FCFA. La mesure appliquée depuis le 31 janvier fait suite aux négociations menées avec le Fonds monétaire international (FMI).



Dans un sondage mené auprès de la population, les perspectives à long terme demeurent préoccupantes pour certains usagers.

« La crise économique qui a incité les autorités congolaises à revoir à la hausse le prix du carburant dure depuis un moment. C'est un fait ! Pourquoi cette augmentation n'intervient que maintenant ? », s'est interrogé Jean de Dieu Mazonga, un chauffeur de taxi.

« Le prix du carburant peut bien avoir été majoré de 5 %, l'idéal serait que le prix du transport reste inchangé », ont souhaité bon nombre de personnes interrogées.

Bascule Massala, un autre automobiliste, a répondu: « Depuis le début de cette crise, les autorités congolaises ont essayé tant bien que mal de garder intact le prix du carburant, pendant qu'ailleurs, à travers le monde, le tarif du carburant a augmenté de façon exponentielle. L'augmentation actuelle est minimale à côté de celle que connaissent d'autres pays ».

Le Premier ministre a affirmé que le gouvernement veillera à ce que les prix du transport et des aliments ne soient pas augmentés.

Ch.L.

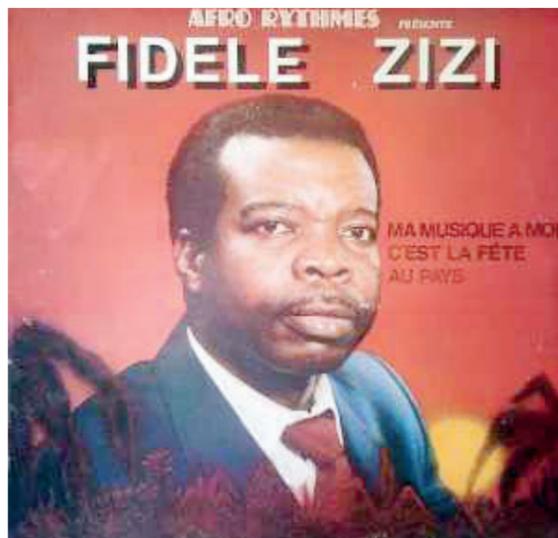
Les souvenirs de la musique congolaise

De l'orchestre Mando Negro à Mando Negro Kwalakwa (fin)

Après avoir séjourné à Pointe-Noire pendant plus de cinq ans, l'orchestre Mando Négro Kwalakwa regagna Brazzaville. Son épopée dans la ville océane fut couronnée de succès au regard de ses prestations dans les différents bars dancing de cette ville tels que Samba bar, Total bar, La joie du conga et autres endroits mondains.

Galvaniser par le succès remporté au bord de l'océan et nanti d'assurance et d'expérience, l'orchestre Mando Négro Kwalakwa rentre à Brazzaville en 1970 en vue d'occuper une place dans les hautes sphères de la musique congolaise prédominées par les orchestres les Bantous de la capitale, Négro Band à tout casser, Cercule jazz, Nsinza kotoko Il sied de noter que le retour de cet orchestre dans la ville capitale fut relayé avec fracas par «Radio Congo» à travers l'émission «Le coin des orchestres» qu'animait tous les dimanches à partir de 15 h Ghislain Joseph Gabio et qui en fit un large écho au plan événementiel. Le nom Mando Négro était sur les lèvres de tous les mélomanes et amoureux de la bonne musique qui affluaient les week-ends au bar Choisis, à côté du rond-point Moundali, sans oublier « les nguembos » (terme qui désigne tous ceux qui écoutent un concert à l'extérieur des bars) agglutinés tout autour du bar et d'autres obstruant l'avenue de la paix empêchant les véhicules de circuler.

«Anonso» de Didi Siskala, «Milangui» de Marcel Mawakani, «Baleki na VW» de Fidèle Zizi, «Mélanie» d'Alphonse Sita, «Akam Ami Firme» de Roger Gahono sont des tubes explosifs qui ont marqué l'écosystème musical congolais et placé l'orchestre Mando Négro Kwalakwa au firmament. C'était l'apothéose, surtout avec l'exhibition de la danse dénommée « Ciao » qui



fut une création des fans de l'orchestre (Ciao fut une marque d'un vélo moteur très en vogue à l'époque vendue par la maison Vervex), l'orchestre Mando Négro Kwalakwa était au faite de sa gloire.

Au fil du temps, des artistes truffés de talents tels que David Diambuana alias Diam David (saxo), Roger Akouala, Roger Gahono (chanteurs), Michel Moumpala (guitariste solo), Loussaint Loussala (guitare acous-

tique) feront leurs entrées dans l'orchestre Mando Négro Kwalakwa en complément d'effectif suite à certains départs et défections que connut l'orchestre. Enchaînant succès sur succès, la renommée de l'orchestre Mando Négro Kwalakwa traversa les frontières. Ainsi? l'orchestre fut invité à Kinshasa où il livra deux concerts mémorables au Bar Vis-à-Vis.

«Serment», «Magui», «Massamba» et «M.J.» sont les derniers titres que le Mando Négro Kwalakwa lance sur le marché avant de sombrer suite aux scissions et départs qui vont l'affaiblir en 1974 et dont les causes sont endogènes et exogènes (conflit de leadership, mauvaise gestion de fonds, etc).

Ainsi, l'on notera les défections successives de Michel Moumpala (soliste) qui alla monnayer ses talents vers d'autres cieux, de John Ngounda alias Tamponé bango (guitare acoustique) qui porta sur les fonts baptismaux le groupe dénommé « Super Kwalakwa » et qui mit sur orbite Lambert Kabako, ensuite celles de Fidèle Zizi, chef de file au niveau de la chanson, Marcel Mawakani (chanteur) et de Master Mouana Congo (soliste) qui s'envolèrent pour la France. Bon gré mal gré, et devenu sans âme et soutien, le bateau battant pavillon Mando Négro Kwalakwa coula sous les eaux et disparut de la scène musicale congolaise en 1978. Les souvenirs sont toutefois restés gravés dans la mémoire de certains mélomanes congolais.

Auguste-Ken Nkenkela

Journée mondiale de l'environnement : L'événement va porter sur la lutte contre la pollution plastique

La Journée mondiale de l'environnement 2023 sera célébrée le 5 juin prochain avec pour thème « Les solutions à la pollution plastique ». L'Afrique sera à l'honneur, puisque c'est la Côte d'Ivoire qui accueillera l'événement en collaboration avec le Programme des Nations unies pour l'environnement.

Cette année marque le cinquantième de la Journée mondiale de l'environnement, après sa création par l'Assemblée générale des Nations unies en 1972. Au cours des cinq dernières décennies, cette journée est devenue l'une des plus grandes plateformes mondiales de sensibilisation à l'environnement. Des dizaines de millions de personnes participent en ligne et en personne à des activités, des événements et des actions dans le monde entier. A propos de la thématique de cette année, le ministre ivoirien de l'Environnement et du Développement durable, Jean Luc Assi, a déclaré : « *Le fléau de la pollution plastique est une menace visible qui a des effets négatifs importants sur chaque communauté dans le monde* », ajoutant : « *En tant qu'hôte de la Journée mondiale de l'environnement 2023, nous invitons tous les secteurs : les gouvernements, les entreprises et la société civile, à se réunir pour trouver*

et défendre des solutions ».

La Côte d'Ivoire a interdit l'utilisation des sacs en plastique depuis 2014, soutenant ainsi le passage à des emballages réutilisables. La plus grande ville du pays, Abidjan, est également devenue un pôle pour les start-up qui cherchent à vaincre la pollution plastique. Plus de 400 millions de tonnes de plastique sont produites chaque année dans le monde, la moitié est conçue pour être utilisée une seule fois et moins de 10 % du total est recyclé. On estime que 19 à 23 millions de tonnes de plastique finissent dans les lacs, les fleuves et les océans. Les microplastiques, de minuscules particules de plastique mesurant jusqu'à 5 mm de diamètre, se retrouvent dans la nourriture, l'eau et l'air. On estime que chaque personne sur la planète consomme plus de 50 000 particules de plastique par an et bien plus encore si l'on tient compte de l'inhalation des particules qui se trouvent dans l'air. Le plas-



tique à usage unique jeté ou brûlé nuit à la santé humaine et à la biodiversité et pollue tous les écosystèmes, du sommet des montagnes au fond des océans. En s'appuyant sur la science et les solutions disponibles pour s'attaquer au pro-

blème, les gouvernements, les entreprises et les autres parties prenantes doivent intensifier et accélérer les mesures pour faire face à cette crise. Cela souligne l'importance de cette Journée mondiale de l'environnement pour mobili-

ser une action transformatrice aux quatre coins du monde. Le mot-dièse ainsi que le slogan de la campagne de la Journée mondiale de l'environnement 2023 sera #CombattreLaPollutionPlastique.

Boris Karl Ebaka

Chronique

Renforcer le lien santé et environnement

La relation entre la santé humaine et l'environnement prend une importance considérable à une époque où les catastrophes et les pandémies annoncées ne cessent de se multiplier. Alors que les maladies infectieuses des siècles derniers avaient été relativement bien contrôlées, ou circonscrites, les mises en garde quant à la prolifération des sources de contamination sont à nouveau soulevées. Le réchauffement de la planète entraîne une délocalisation des vecteurs de transmission, étendant ainsi les sources potentielles de contagion bactérienne ou virale.

Les catastrophes naturelles des dernières décennies occasionnent des migrations importantes de la population humaine qui se retrouve sans toit et sans possibilité de s'alimenter. L'Organisation mondiale de la santé estime que jusqu'à 24% des maladies actuelles dans le monde peuvent être attribuées à la dégradation de l'environnement. La pollution urbaine augmente considérablement la prévalence des troubles respiratoires et des maladies cardiovasculaires. L'acuité des menaces environnementales à la santé est rendue évidente dans la progression des maladies des habitants des pays riches : le cancer et les maladies respiratoires ainsi que cardiovasculaires ont doublé entre les années 1980 et 1995.

La perspective d'une planète saine pour l'avenir et pour des personnes en bonne santé repose sur une nouvelle façon de penser : le modèle « se développer maintenant, nettoyer plus tard » doit passer à une économie proche du zéro gaspillage à l'horizon 2050. Selon des études, des investissements écologiques équivalents à seulement 2 % du produit intérieur

brut des pays du monde seraient suffisants pour assurer une croissance à long terme aussi forte que nous le prévoyons actuellement et qui aurait moins de conséquences négatives sur les changements climatiques, la rareté de l'eau et la perte des écosystèmes.

A l'heure actuelle, le monde n'est pas sur le point d'atteindre les objectifs de développement durable à l'horizon 2030 ou 2050. Des mesures urgentes s'imposent, car tout retard dans l'action pour le climat augmente le coût de la réalisation des objectifs de l'Accord de Paris ou annule nos progrès, quitte à les rendre tout simplement impossibles. Les humains doivent adopter des régimes alimentaires moins riches en viande et réduire le gaspillage alimentaire dans les pays développés ainsi qu'en développement, ce qui réduirait la nécessité d'augmenter la production alimentaire de 50 % pour nourrir les 9 à 10 milliards d'habitants de la planète prévus à l'horizon 2050. A l'heure actuelle, 33% des aliments comestibles produits dans le monde sont gaspillés et 56% de tous les déchets sont produits dans les pays industrialisés.

Depuis un quart de siècle, les programmes et initiatives des Nations unies adoptent une perspective globale, dans laquelle s'imbrique la santé, le développement et l'environnement. De nos jours, la communauté internationale possède les connaissances scientifiques, les technologies et les moyens financiers nécessaires pour évoluer vers un mode de développement plus durable.

Il convient de dire que ce sont les politiques publiques de l'ensemble des secteurs de vie qui déterminent les conditions préalables, notamment l'habitat, le transport, le niveau de revenus, le réseau social, le niveau d'éducation, la proximité des services de soins, qui deviennent le point de mire. La promotion de la santé, qui prend pour cible l'ensemble des déterminants de la santé, apparaît comme l'approche la plus apte à composer avec les causes réelles d'inégalités de santé et à réduire les écarts d'espérance de vie entre les populations disposant de moyens et celles qui en sont dépourvus.

Boris Kharl Ebaka

Le saviez-vous ?

Écharpe tricolore, l'indispensable accessoire du maire

L'écharpe tricolore ou municipale est l'un des attributs incontournables des maires, dans les différents départements du Congo, qui doivent la porter en certaines occasions. En tant qu'insigne officiel, elle permet non seulement de reconnaître les maires mais aussi d'attester leur fonction au sein de la République et l'autorité qui en découle. On l'utilise aussi pour les députés. Explications.

Avant toute chose, sachez que l'écharpe n'existe pas seulement dans notre pays. De manière générale, elle fait office de symbole porté par les titulaires de fonctions électives et porte les couleurs du drapeau national du pays concerné.

C'est dès la fin du XVIII^e siècle, avec la création des communes en 1790, que l'écharpe tricolore fait officiellement son apparition dans les textes en France. Elle a vu officiellement le jour en 1792 et avait pour usage de fixer un fourreau accueillant une épée. Le 20 mars 1870, le premier décret régissant et rendant obligatoire le port de l'écharpe par les maires parut. La réglementation fait qu'aujourd'hui tous les maires, adjoints au maire et conseillers, dans le cadre de leurs fonctions et lors d'occasions particulières, doivent porter des marques de distinctions telles l'écharpe tricolore mais aussi l'insigne du maire qui est, quant à elle, facultative.

Cette écharpe tricolore (Vert, jaune, rouge) comme notre drapeau national a aussi une signification. Le vert représente la nature du

pays. Le jaune signifie les ressources naturelles et la pureté, le rouge symbolise le sang versé lors du combat pour l'indépendance.

Qui peut porter l'écharpe tricolore ?

Selon l'article D. 2122-4 du code général des collectivités territoriales, l'écharpe tricolore doit être portée par le maire dans toutes les cérémonies publiques et à chaque fois que ce dernier doit, dans l'exercice de ses fonctions, arborer ce signe distinctif de son autorité. Précisons donc que l'écharpe ne doit pas être portée tous les jours, mais elle est obligatoire lors d'événements officiels, afin de respecter le protocole en vigueur.

Si le maire est absent et doit être remplacé, ses adjoints ou encore les conseillers municipaux peuvent porter l'écharpe tricolore pour le représenter, en vertu de l'article L. 2122-17. Par contre, ils ne porteront pas une écharpe tricolore avec glands à frange d'or comme le maire, mais d'argent. De plus, ils ne pourront la porter qu'en bandoulière et pas autour de la ceinture. Les adjoints peuvent porter l'écharpe dans l'exercice

de leurs fonctions d'officier de police judiciaire et d'officier d'état civil. Les conseillers peuvent porter l'écharpe lorsqu'ils sont amenés à célébrer un mariage par délégation du maire.

Comment se porte l'écharpe tricolore et dans quel sens ?

L'écharpe tricolore peut se porter de deux manières différentes : en bandoulière de l'épaule droite au côté gauche, ou autour de la ceinture. Au niveau de l'épaule, le vert doit être placé près du col, tandis qu'au niveau de la ceinture, le vert doit être en haut.

La différence avec les parlementaires

Le port de l'écharpe tricolore est différent pour les parlementaires. Ainsi, pour ces derniers, c'est la couleur verte qui va se placer près du cou. Un moyen subtil permettant de distinguer la fonction de chacun.

Notons que le port illégal d'un insigne réglementé par l'autorité publique est puni par la loi. Article 433-14 du code pénal français.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourses d'études en ligne: HFSP offre plusieurs bourses en sciences de la vie

Le programme de bourses HFSP soutient les propositions de recherche pionnière et potentiellement transformatrice dans les sciences de la vie. Les candidatures pour des projets à haut risque sont particulièrement encouragées.

Les projets doivent être de nature interdisciplinaire et remettre en question les paradigmes existants en utilisant de nouvelles approches et techniques. Scientifiquement, ils doivent aborder un problème important ou un obstacle au progrès dans le domaine. Les bourses postdoctorales du HFSP encouragent les scientifiques en début de carrière à élargir leurs compétences en recherche en se déplaçant dans de nouveaux domaines d'études tout en travaillant dans un nouveau pays.

DEUX BOURSES DIFFÉRENTES SONT DISPONIBLES.

Les bourses à long terme sont destinées aux candidats titulaires d'un doctorat sur un sujet biologique qui souhaitent se lancer dans un projet novateur axé sur les sciences de la vie.

Les bourses interdisciplinaires sont destinées aux candidats titulaires d'un doctorat dans une discipline non biologique (par exemple, physique, chimie, mathématiques, ingénierie ou

sciences informatiques) et qui n'ont jamais travaillé dans les sciences de la vie auparavant.

Il n'y a qu'un seul concours par an pour les bourses HFSP. Les candidatures pour les bourses de longue durée et interdisciplinaires HFSP 2024 (qui débiteront en 2024) suivront un processus de soumission en deux étapes via la plateforme de soumission en ligne ProposalCentral. Dans un premier temps, les candidats seront invités à soumettre une lettre d'intention à partir de laquelle le comité d'examen sélectionnera les meilleures propositions. Dans un second temps, les candidats retenus seront invités à soumettre une proposition complète.

Le lien vers le portail d'inscription de chaque programme est disponible dans les directives de candidature correspondantes.

Les directives de candidature pour les bourses de longue durée HFSP 2024 peuvent être téléchargées ici,

- Bourses interdisciplinaires peuvent être télé-

chargées ici.

Le portail de candidature HFSP dans ProposalCentral ouvrira le 15 mars 2023 pour les lettres d'intention.

Pour toute question concernant l'inscription à ProposalCentral, veuillez utiliser le contact suivant :

<https://proposalcentral.com/inforequest.asp>

E-mail : Cliquez ici pour afficher l'adresse e-mail

Téléphone : +1 703 964 5840

Dates limites :

Soumission d'une lettre d'intention avant 13 h 00 (heure de l'Est des États-Unis) avant le 11 mai 2023. Le candidat à la bourse sera informé entre la mi-août et la fin août si sa lettre d'intention a été sélectionnée ou non pour soumettre une proposition complète. Soumission des propositions complètes pour les candidats invités avant 13 h 00 (heure de l'Est des États-Unis) avant le 28 septembre 2023 via ProposalCentral.

Par concours

Maladie contagieuse

La syphilis, une IST très contagieuse

La syphilis, qui a décimé des centaines de milliers de personnes dans la France du XIXe siècle, n'a pas disparu. Cette infection sexuellement transmissible (IST) due à une bactérie a fait son retour il y a une trentaine d'années

Au XIX^e siècle, la syphilis a été à l'origine d'un nombre considérable de décès, parmi les anonymes et les célébrités de l'époque, comme Baudelaire ou Maupassant. L'infection bactérienne sexuellement transmissible et hautement contagieuse, également connue sous le nom de vérole et qui a presque disparu après la découverte des antibiotiques, a fait son retour dans les pays industrialisés il y a une trentaine d'années. Elle touche désormais tout

particulièrement les hommes ayant des rapports sexuels avec les hommes : ils représentaient 78% des 3 300 cas diagnostiqués en 2021 dans les Centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic des infections sexuellement transmissibles (CeGIDD), relaie l'Assurance-maladie. Dans les pays en développement, la maladie n'a jamais totalement disparu.

Comment la syphilis se transmet-elle ?

Le plus souvent, la maladie est transmise lors de rapports sexuels non protégés avec une personne déjà infectée, qu'il s'agisse de rapports impliquant une pénétration vaginale, une pénétration anale ou de rapports oro-génitaux. La contamination a lieu lors d'un contact avec le ou les chancres syphilitiques, un ou plusieurs boutons rouges qui apparaissent sur les organes génitaux, l'anus ou au fond de la gorge.

Comment la maladie évolue-t-elle ?

Les chancres évoluent en ulcère non douloureux pendant plusieurs semaines, sans symptôme, et guérissent spontanément. C'est la phase précoce de la maladie, et c'est la période pendant laquelle la contagion est maximale. Elle dure environ un an. Si la syphilis primaire n'a pas été traitée survient la syphilis secondaire. Elle se caractérise « par des lésions très contagieuses survenant au niveau

de la peau et des muqueuses. Ces lésions sont très variées et trompeuses prenant l'aspect d'une roséole banale, d'acné, de varicelle, de psoriasis... ce qui rend le diagnostic difficile », prévient la Société française de dermatologie.

Ces lésions disparaissent au bout de deux ans, mais en l'absence de traitement, la maladie est toujours présente. Cette phase peut durer plusieurs années et mener à de graves complications qui apparaissent dans les dix à trente ans après la première contamination : « rupture de gros vaisseaux sanguins, troubles neurologiques ou psychiatriques, destruction d'organes, voire décès », détaille l'édition en ligne du manuel médical américain de référence, le manuel Merck.

Comment se protéger contre la syphilis ?

Préservatif à chaque rapport et dépistage régulier contre les IST sont les seuls moyens de prévenir et dépister la maladie. Quel

que soit le stade de son évolution, celle-ci est traitée avec la benzathine pénicilline G, utilisée sous une forme « retard ». « C'est-à-dire que le principe actif du médicament est libéré progressivement, de manière efficace et constante, dans l'organisme », explique l'Assurance-maladie. Les partenaires sexuels doivent aussi être traités. Il faut également savoir que la syphilis expose à un risque accru d'infection par le VIH/sida via les lésions qu'elle provoque. Un « risque de trois à cinq fois plus élevé », précise le manuel Merck.

A noter : la syphilis peut être transmise de la mère au fœtus pendant la grossesse, avec un risque de transmission de 70% en cas de syphilis précoce et de 10% lorsqu'elle est tardive, et des conséquences graves pour le fœtus. Cependant, en France, la syphilis congénitale est rare grâce au dépistage chez les femmes enceintes.

Destination santé



Une main contaminée/DR

Stress et hypertension

Mauvais duo

Sans en être la seule origine, l'exposition au stress favorise le risque d'hypertension artérielle. Et plus globalement, à quel point le cœur est-il fragilisé en cas d'anxiété chronique ?



La prise de tension/DR

Niveau anormalement élevé de la pression artérielle, l'hypertension constitue le premier motif de consultation en médecine générale. Atteignant un Français sur trois, elle est surtout un important facteur de risque d'accident vasculaire cérébral et d'infarctus du myocarde. En cause : la pression excessive accélère le vieillissement des artères et du cœur. Le muscle cardiaque va donc devoir doubler d'effort pour rester le plus efficace possible : mais comme tout muscle trop sollicité, il va grossir et s'épuiser.

Travail, sommeil et hypertension

Entre autres facteurs, l'hypertension artérielle peut être favorisée par le stress qui agit comme une bombe à retardement sur le cœur. L'anxiété contracte les vaisseaux, phénomène à l'origine de spasmes artériels.

Le stress favorise l'hypertension mais aussi des comportements néfastes pour la santé. « Les personnes sujettes au stress chronique ont ainsi tendance à

prendre du poids, à négliger l'activité physique et à trouver du réconfort dans le tabac et l'alcool, qui sont de faux amis : ils donnent l'impression d'une détente, mais génèrent en fait davantage de stress », déclare le Pr Claire Mounier-Vehier, cardiologue au Centre hospitalier universitaire de Lille et co-fondatrice du fonds de dotation Agir pour le cœur des femmes.

A noter : selon une étude menée par des chercheurs allemands, une hypertension artérielle cumulée à un stress d'origine professionnelle et à un manque de sommeil triple le risque de décès lié à une maladie ou un incident cardiovasculaire. « La valeur limite au-delà de laquelle on parle d'hypertension artérielle est de 140/90 lorsque la mesure est faite au cabinet médical et 135/85 lors d'une automesure. Plus la PA est élevée, plus le risque de maladie cardiovasculaire est important », selon la Fédération française de cardiologie.

D.S.

Sommeil

Les cinq aliments à éviter

Certains aliments et boissons sont connus pour favoriser le sommeil. Mais d'autres sont à bannir avant d'aller se coucher. Pour tomber facilement dans les bras de Morphée, suivez nos conseils.

La caféine. Le café comme le thé et les colas sont à éviter trop tard dans la journée et a fortiori le soir avant de se coucher puisqu'ils contiennent tous de la caféine. Laquelle empêche l'endormissement, mais nuit aussi à la qualité du sommeil et les effets peuvent durer jusqu'à 6 heures après ingestion. Comment ? « Elle fragmente le sommeil et induit des micro-éveils. Le sommeil est plus léger et moins riche en sommeil lent profond », décrit l'Institut du sommeil et de la vigilance (INSV). Résultat, un sommeil moins réparateur.

L'alcool. Autre boisson à éviter, l'alcool

des éveils nocturnes fréquents et une insomnie en fin de nuit », explique l'INSV.

Les plats épicés. Contenant de la capsaïcine, composant actif du piment, ils allongent la digestion et dérèglent la température du corps, ce qui rend difficile l'endormissement.

Les viandes rouges. Très riches en protéines, elles favorisent la production d'adrénaline et de dopamine, les hormones de l'éveil. C'est pourquoi il vaut mieux les réserver aux repas du midi.

Les plats trop riches. Plus votre repas sera lourd, plus votre digestion sera



Alcool et café/DR

qui produit un effet en deux temps. D'abord « il facilite l'endormissement en favorisant le relâchement du tonus musculaire, mais il induit ensuite une instabilité du sommeil avec

longue et potentiellement difficile. Ce qui risque d'affecter la qualité de votre sommeil. Evitez donc tartiflette, fondue, et autres gratins dauphinois au dîner.

D.S.

A la découverte de ...

Vick Satyam Nsondé Ndangani, un habitué des podiums

Le jeune Vick Satyam Nsondé Ndangani dit Maestro Satyam est un sportif inné. Il pratique les arts martiaux, particulièrement le karaté, depuis l'âge de 5 ans. Ce Diable rouge a participé et continue de participer aux grandes compétitions nationales et continentales où il termine souvent sur le podium.

Maestro Satyam combat dans la catégorie des - 67 kg. Il est, en effet, l'un des athlètes sur lequel le Congo mise dans sa catégorie puisque sur le tatami, il met en exergue ses atouts physiques et intellectuels ainsi que sa technique.

Selon ses explications, il est dix fois champion de Pointe-Noire, souvent de façon successive. Vick est également champion du Congo à plusieurs reprises ainsi que meilleur compétiteur congolais en 2016 et vice-champion d'Afrique centrale en 2021. Il est également détenteur de plusieurs trophées et médailles locaux
« J'ai commencé à pratiquer le karaté à l'âge de 5 ans au shukan club du grand Me Ensouzoumou. Actuellement, j'évolue au club de mon frère, mon initiateur. Ici au Bushido club karaté de Me Brice, le travail est intense et nous y mettons pour rehaus-



ser le niveau de notre sport », a expliqué cette ceinture noire 3e dan.

Le karatéka puise sa force et ses inspirations dans les situations douloureuses, notamment son voyage manqué lors de l'Open d'Autriche et sa défaite « humiliante » en 2014. Il dit pratiquer les arts martiaux, entre autres, pour rendre hommage à son père qui l'avait demandé de travailler afin d'intégrer le cercle des meilleurs puis y demeurer. En même temps, il n'oubliera jamais le jour qu'il a participé à la finale des - 67kg avec son frère aîné au Championnat d'Afrique et promet de participer aux combats UFK et de les remporter.

Malgré le manque d'accompagnement au quotidien des athlètes congolais, Vick Satyam Nsondé Ndangani rêve de terminer sa carrière au sommet et marquer positivement son passage.

Rude Ngoma

Football

Pronostics de notre expert

Notre expert vous propose une série de pronostics pour ce week-end.



Les paris sûrs de la semaine

En Angleterre: Brighton bat Crystal Palace; Newcastle bat Bournemouth ; Arsenal bat Brentford.

En France: Marseille bat Clermont; PSG bat Monaco; Lille bat Strasbourg et Reims bat Troyes.

En Allemagne : Bayern Munich bat Bochum ; Borussia Dortmund bat Werder Brême et

Leipzig bat Union Berlin.

En Italie : Naples bat Cremonese ; A.S Roma bat Lecce et Bologne bat Monza.

En Espagne : Séville bat Majorque ; Real Bétis bat Almeria ; Barcelone bat Villarreal ; Atletico Madrid bat Celta Vigo.

Les bonnes côtes de la semaine

Chelsea bat West Ham ; Brighton bat Crys-

tal Palace ; Borussia Dortmund bat Werder Brême; PSG bat Monaco ; Marseille bat Clermont ; A S Roma bat Lecce.

Victoire ou match nul

Ces huit équipes vont gagner ou faire match nul : Séville, Chelsea, Bologne, PSG, Roma, B. Dortmund, Atletico Madrid, Newcastle.

La Rédaction

Plaisirs de la table

La viande de poulet

Au Congo et partout ailleurs dans le monde, la viande de poulet est énormément consommée aussi bien par les tout-petits que par les plus grands. Naturellement tendre, il suffit de peu pour la préparer et même le temps dédié à la cuisson s'avère être un véritable atout pour servir le repas en un temps raisonnablement court. Découvrons-ensemble tout ce que l'on ignore encore sur cet aliment.

Le poulet est essentiellement élevé pour sa chair d'où l'appellation bien connue de poulet de chair. Toutefois, cette jeune volaille peut être mâle ou femelle. On retrouve également le terme « pondeuse » qui vient spécifier que les poules cette-fois ne sont élevées que pour leurs œufs.

L'animal de cette semaine est aussi appelé coquelet pour le mâle ou poulette pour la femelle. Deux termes peu utilisés mais qui viennent marquer la différence. Néanmoins, le poulet vient aussi désigner le petit de la poule avec l'apparition de plumes et pas toujours ce que l'on retrouve dans l'assiette. Ici, il ne s'agit pas du poussin mais d'un jeune coquelet ou poulette. En cuisine, la viande de poulet représente tout ce qu'il y a de succulent, de tendre grâce aussi aux diverses variétés ou races d'où elles proviennent. Selon les amateurs de la bonne cuisine, ce sont les faveroles qui détruiraient toutes les autres races.

Celles-ci semblent être spécialement plus goûteuses et d'une finesse exceptionnelle.

En général, la viande de poulet est peu calorique d'où elle est parfaitement indiquée dans les régimes alimentaires. La graisse dans le poulet est essentiellement concentrée dans la peau de la volaille.

Au Congo, le poulet est surtout braisé et pour le constater, il suffit de compter dans les artères des quartiers périphériques le nombre de vendeurs de volailles grillées qui s'adonnent à cette spécificité avec des mélanges aussi différents que rares, selon les arrondissements. Sauce mayo pour certains, sauce tomate pour d'autres, sans compter tout ce que l'on peut présenter comme salades pour accompagner le bon morceau de poulet !

A propos de morceaux, connaissons-nous bien les différentes parties du poulet qui passent ensuite à la découpe ?

On va commencer par citer bien



évidemment les filets blancs appelés aussi poitrines en Amérique du Nord. Puis, il y a les très célèbres cuisses qui, grâce à leurs formes, se consomment simplement sans trop en perdre une miette ou sans se tâcher les doigts !

Au milieu de celles-ci se

trouvent les sot-l'y-laisse qui sont des morceaux très fins retirés au-dessous du croupion. On n'oubliera pas également de mentionner les ailes, les pilons et cerise sur le gâteau, les abats de poulet qui sont le plus souvent présentés dans des bouillons de légumes, dans un fond

de sauce tomate ou encore pour régaler toute la maison avec un fond de sauce à base de cacahuète communément appelée sauce d'arachide.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Sauté de poulet aux poivrons

INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

500 g de poitrine de poulet

120 g de carottes

Trois poivrons

Un oignon

Trois cuillères à soupe de sauce soja (facultatif)

Une cuillère à soupe d'huile d'arachide

Sel, poivre

PRÉPARATION

Commencer par éplucher puis hacher l'oignon finement. Laver ensuite couper les carottes et les poivrons en lanières.

Dans une poêle chauffer l'huile puis faire revenir l'oignon pendant trois minutes. Incorporer tous les légumes, saler et poivrer et laisser mijoter pendant près de dix minutes en ajoutant un demi verre d'eau.

Réserver le jus de cuisson et laisser cuire le poulet coupé en morceaux pendant quelques minutes dans une marmite. Pour la petite touche finale, ajouter la sauce soja dans la marmite et ajouter les légumes. A laisser mijoter pour quelques cinq minutes.

Servir chaud avec du riz cuit.

Bon appétit !

S.A.



SOLUTION :

Le mot-mystère est : *impresario*

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

M	M	B	L	O	G					
M	O	L	E	C	U	L	E	B	O	A
N	A	T	A	T	I	O	N	S	I	
B	O	C	A	L	S	N	O	B	S	
K	O	L	Y	M	A	U	B	A	C	
P	I	N	P	U	S	E	T	E		
N	I	E	S	J	O	U	E	U	R	
L	I	Q	U	O	R	E	U	X	R	I
	U	N	E	U	T	D	E	S		
A	I	E	U	L	S	A	L	E	S	A
M	Q	U	I	G	N	O	N	I		
L	I	T	U	A	N	I	E	G	R	E
T	R	E	N	E	T	O	U	I		
L	E	I	D	U	O	U	E	D	S	
R	E	L	A	X	A	N	T	E	U	

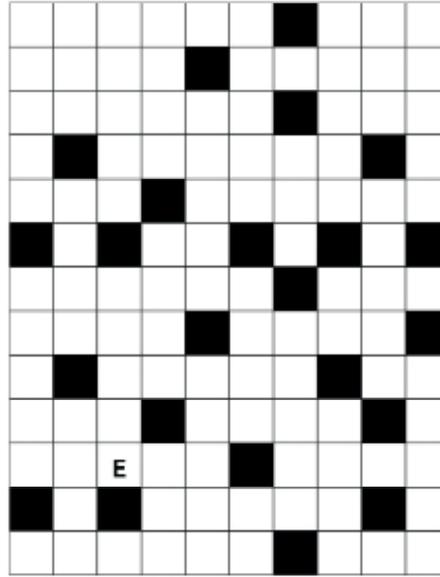
• SOLUTION DE LA GRILLE N°682 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°691 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°139



2 LETTRES

EH - OR - OS - SI

3 LETTRES

ADO - CRU - DON - IDE - LOI - NOS
- OSE - SOU - VAS - VIS

4 LETTRES

AVIS - EDEN - GNOU - IRAI - LOGE -
MENA - OGRE - ORNA - QUIR - OVNI
- SKIS

5 LETTRES

AMENA - BRIDE - CAUSE - DEGEL -
EBENE - GENOU - HAIKU - INOUI -
LESEE - MANIE - NENNI - NIENT -
SENTI - TREVE - USAGE - VIDEO

6 LETTRES

DINGUE - GENOME - KANSAS -
NEROLI - NICKEL - NUANCE

APOGÉE JEU DE LETTRES	ANIS DOIT ÊTRE PLANTÉ	BOULIER COUPE DE DEUX	DESTI TURRAI	MINISTÈRE	DU REVÈ À LA VERRE PROVENANT
				PASSE EN COURANT	
PRÉCIS POUR JEU DE DOULES			LANGAGE CÔBÉ LICHEN		
				ARMÉE FÉODALE	
SANS FAIRE DE VAGUES	PHYSIQUE DU DÈMI VILLE DES J.O. 1988				
				AGITÉ DANS L'ARÈNE	GERMA NOUËL
PARTIE DU CORPS C'EST LITRES		TOUJOURS EN RETRAITE "SICILE" SOMRE			
	ÎLE FLOTTANTE	VILLE DE BOURGOGNE DÉPITÉE			DOULES DE HASKIN
ADONN PAS DOUCE			PRONOM PERSONNEL ESQUIVER	COUTUMES NYMPHE	
PETITE LUCARNE PLUS À MANIÈRE			MER POÉTIQUE	MOUCHE QUI FIGE SON POU LA RÉSULTÉ	
		YOUNG DES MOLDAVES KAPPEL			
FOYER	DÉPLOYE POSSESSIF			ONGULE DANS LE COUP	
			EN JOIE FINALEMENT		
ACCEPTER				LAC ÉCOSSAIS	

• SUDOKU • GRILLE N°683 • FACILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°692 • DIFFICILE •

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

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

ALBEDO
BELIER
BREVET
CABOSSE
CAPSULE
CHAOS
CORYZA
CRAPULE
CUPIDE
DEGRE
DERRICK
ESPADON
EVANGILE

FREGATE
FRIGO
GEISHA
GENESE
GLUCOSE
HARPON
HELICE
LABEL
LACUNE
LAYETTE
LIMANDE
NEVROSE
NUANCE
OURSIN

PELTON
PLOMBIER
POLLUEUR
PUITS
REGENT
RICOCHET
SARDINE
SERUM
TENDANCE
TEUTON
TITANE
TRIBUNE
VANILLE
VERDICT

A cœur ouvert

« Aimer comme les anges du ciel »

« Aimer à s'en brûler les ailes » ; oui, c'est sûr l'amour fait peur. Non pas parce que c'est l'expérience la plus valorisante qui soit et qui donne l'occasion de grandir et de s'épanouir sur le plan humain ; mais très justement les enjeux sont tellement importants pour notre ego qu'on y entre alourdi de bagages émotionnels.

Aimer le cœur léger, aimer juste pour donner. Aimer pour faire rayonner un vis-à-vis souvent caché et perdu dans une absence de miroir qui lui donne l'impression de ne pas avoir de valeur ou pas beaucoup. L'amour n'est pas censé recevoir, il donne libéralement et n'exige pas de recevoir. L'amour est dans son essence censé voir et valoriser une lueur en l'autre au point qu'elle devienne une grande lumière qui éclairera la maisonnée et nous qui l'avons détectée aussi.

Aujourd'hui et bien malheureusement, l'amour est perverti de quêtes égotiques et narcissiques. On

aime l'autre parce qu'il nous met en valeur. Une sorte de trophée que tout le monde veut empocher et qu'on est parvenu à nous décrocher. C'est bien la preuve que nous sommes nous aussi quelque part exceptionnel. Un amour de calcul mental ou de calculatrice qui voit tous ses problèmes triviaux réglés en une partie de jambes en l'air qui était censé être une communion qui devient comme une intention sans fond véritable.

Mais qui nous aimera nous si on ne fait que donner, servir des vis-à-vis parfois sans cœur ou prêts à s'en voler vers d'autres quêtes sans cœur. L'amour, selon

Jason Mraz, musicien, est une chose drôle qui nous revient lorsqu'on le donne. Un drôle d'effet boomerang. Peut-être qu'il ne nous reviendra pas sous la forme souhaitée, peut-être qu'il ne viendra pas de la personne qu'on veut absolument parce que le goumin (l'appellation en verlan ivoirien (nouchi) du chagrin d'amour. C'est lorsqu'on aime vraiment et qu'on est rejeté par notre partenaire) était trop fort et qu'on crie justice et restauration ; mais pour sûr, l'amour est égal à lui-même et se récompense lui-même d'une façon telle qu'on se demande si cela est possible.

Princilia Pérès

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

En couple, vous partirez à l'aventure avec la fougue qu'il faut pour vous entraîner dans des situations inusitées. De belles surprises se présenteront à vous, soyez ouvert à la discussion pour ouvrir toutes les portes possibles. Place au changement !

Lion
(23 juillet-23 août)

À force de réquisitionner les services de votre entourage et d'émettre un jugement sur tout, vous aurez la sensation de vous trouver seul aux moments importants de votre vie, tel en est le cas en ce moment. Revoyez votre manière de considérer les autres.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Avec le Soleil dans votre signe, vos actions même les plus petites se muent en réussites. Vous saurez quelles cordes tirer pour vous hisser sur le devant de la scène et faire entendre parler de vous. La complicité est au rendez-vous, en amour comme en famille.

Taureau
(21 avril-21 mai)

La patience ne sera pas votre fort cette semaine. Soucieux de voir des résultats effectifs au plus vite, vous aurez tendance à brûler les étapes. Attention à ne pas gâcher inutilement vos efforts ! un peu de recul ne vous sera que très bénéfique.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Avec la chance de votre côté, vous contournez aisément des situations litigieuses et imprévues. Dans un même ordre d'idée, les jeux de hasard pourraient vous rapporter gros...

Verseau
(21 janvier-18 février)

La persévérance sera votre moteur pour ce nouveau cycle. Tout ce que vous entreprendrez en ce moment, que ce soit d'un point de vue professionnel ou humain, demandera plus d'efforts qu'à l'accoutumée. Montrez-vous tenace et persuasif.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous accomplissez de grandes choses, vous pouvez en être fier. Vous vous montrez chaleureux, gai et dynamique, les choses iront naturellement dans votre sens. En amour, vous pouvez compter toute ce que vous pouvez compter sur votre moitié, cela vous sera précieux.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

Des étoiles dans les yeux, vous abordez les petites situations de la vie d'un angle des plus romantiques. La poésie qui émane de votre état d'esprit devrait avoir son effet sur l'être convoité. Ensuite, déclarez-vous sans hésiter !

Poisson
(19 février-20 mars)

Ressourcé et les idées claires, vous attaquez les jours à venir avec une grande sérénité. Cette attitude vous permettra de voir loin pour les mois à venir et de mettre en place un projet qui vous tient à cœur depuis longtemps. Vous serez dans les meilleures dispositions pour vous engager.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Créatif et passionné, vos projets prennent vie en un éclair et toujours sans fausse note. On peut dire que vous êtes actuellement dans les meilleures dispositions pour aller de l'avant et ouvrir des portes.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

On ne peut pas dire que vous manquez d'efficacité. Présent sur plusieurs fronts à la fois, vous menez à bien vos actions. Les réponses affluent et se font positives. Vos projets personnels prennent forme et vous mettent en joie.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Votre force de jugement sera particulièrement aiguisée et vous viendra en aide dans les moments difficiles. Le cœur à l'action, vous démêlez les situations du mieux que vous pouvez et de manière éclairée. Vous apprendrez beaucoup de cette période.



DIMANCHE
12 FÉVRIER 2023

Pharmacies de garde du 12 février

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

MAKÉLÉKÉLÉ

Bienvenu
Olivier
Mayanga

BACONGO

Bonick
Matsoua

POTO-POTO

Brant Jynes (gare PV)
Duo
FII
Foch
Joseph

MOUNGALI

Pharmapolis
Plateau des 15 ans
Reconfort
Metta
La Clémence
Lenal'O

OUENZÉ

Jehovah Nissi
Jane Viale
Texaco

TALANGAI

Mikalou
Mpila
Père Jacques

MFILOU

Teven
Djiri
La Florale
Bass