



# LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

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

N° 215 - VENDREDI 31 MARS AU JEUDI 6 AVRIL 2023

## ART

# La route de l'artiste en Afrique centrale

Pierre Claver Mabilia et Guy Narcisse Goma Makanga, de l'Espace culturel Yaro, ont parcouru quelques milliers de kilomètres pour dessiner, en Afrique centrale, la route de l'artiste qui, pour une fois, n'est pas un chemin de la croix mais une belle aventure hors de nos frontières. Il s'agit de mettre en œuvre le projet Route de l'artiste en Afrique centrale qui vise à faire une cartographie des acteurs culturels impliqués dans la circulation artistique et les circuits routiers en Afrique centrale.

PAGE 8



## MUSIQUE

# Idance en concert le 1er avril

Le groupe congolais de danse hip-hop, lauréat de la médaille d'or aux 7<sup>es</sup> Jeux de la francophonie organisés à Nice, en France, en 2013, revient avec un nouveau spectacle au Centre culturel Zola, à Brazzaville. La nou-

velle production dénommée « Fier et noir » est un cocktail de « street dance » et de chorégraphie locale assaisonné de slam, théâtre et de comédie musicale.

PAGE 4

## SOCIÉTÉ

# Mois de mars, et après ?



La Journée internationale des droits des femmes, célébrée le 8 mars dernier et dont les activités se sont déroulées tous le mois, range déjà, en ce dernier jour de mars, ses arguments et arsenaux en espérant avoir ouvert une nouvelle page du combat pour les droits tant attendus. Maintenant que les solennités sont passées, que peut-on attendre du discours qui devra meubler dans les prochains jours la quête vers cette parité afin qu'elle ne reste pas qu'un vœu pieux ?

PAGE 9

## CRITIQUE D'ART

# Les journalistes d'Afrique francophone à l'épreuve



Dans le cadre de sa mission de professionnalisation des journalistes culturels africains, l'association Nord-Ouest cultures (No'O cultures) organisera, à partir du 12 juin, pour une durée de six mois, une formation en critique d'art au profit des journalistes africains francophones. La participation à la session d'initiation est soumise à un appel à candidatures dont la date de clôture est fixée au 30 avril.

PAGE 4



## PEINTURE

# Soblog Florence et l'union entre les femmes peintres

PAGE 3

## Éditorial

### Par route !

Si le voyage par avion est trop coûteux et contraignant, l'une des solutions consiste à prendre la route. En plus de maîtriser le circuit routier et ses innombrables opportunités, la route de l'artiste en Afrique centrale vise à sortir les professionnels de la claustration liée à l'absence d'un véritable créneau de mobilité artistique.

Le projet initié au Congo, à Pointe-Noire notamment par deux jeunes virtuoses congolais de la culture, et déjà mis en œuvre, s'est donné le défi de divulguer aux artistes de la sous-région des informations précises destinées à trouver des pistes de voyage et de production sans obstacle.

Il est évident que l'initiative est saluée à la fois par les acteurs eux-mêmes que par les institutions spécialisées qui soutiennent la culture mais sont préoccupés par l'isolement des artistes qui peinent à circuler aisément, à organiser des tournées et à franchir les rideaux de multiples festivals du fait de la cherté des billets d'avion. Bien qu'entérinée, la libre circulation des ressortissants dans la sous-région reste freinée par différents facteurs, dont le transport. Les artistes en paient un lourd tribut.

Le projet envisage de ce fait de réaliser d'ici fin 2023 une cartographie des acteurs culturels et des marchés. Et ce, en comptant sur les institutions d'intégration sous-régionale avec les Etats, qui fournissent des efforts dans la construction des routes, ce qui permettra à terme de connecter tous les pays d'Afrique centrale.

*Les Dépêches du Bassin du Congo*

## LE CHIFFRE

« 600 »

*C'est environ le nombre de millions de Francs CFA mobilisés pour le lancement du « Projet d'appui au renforcement de la gouvernance des industries extractives en République du Congo ».*

## PROVERBE AFRICAIN

*« Celui qui épouse une belle femme a besoin de plus de deux yeux ».*

## LE MOT

« PHALLOCRATE »

☐ *Tiré du mot grec « phallos » qui signifie « pouvoir », un phallocrate est un partisan de la domination de l'homme sur la femme. Il pense que les hommes doivent avoir plus de pouvoir que les femmes dans la société.*

## IDENTITÉ

« PATERNE »

*La racine du prénom Paternelle est arabe et latine. Elle vient de « pater » et signifie « père ». Paternelle laisse apparaître une personnalité attachante. Il est en demande de gentillesse et, probablement de nature douillette, il se montre aussi de nature positive. Parfois trop charmeur envers son entourage, Paternelle a tout de même toutes les qualités d'un individu proche de sa famille. Il se fixe des objectifs, se met au défi, et se donne les moyens de les tenir pleinement.*

## LA PHRASE DU WEEK-END

*« Au fond, ce sont toujours aux faibles que l'on fait la morale, tandis qu'on finit par blanchir les puissants ».*

- Simone Veil -



*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](http://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 Oledi, 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, Mbengué Okandzé

### LIBRAIRIE LES MANGUIERS

**Chef de service :** Émilie Moundako Éyala  
Eustel Chrispain Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphane 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](http://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](mailto:regie@lesdepechesdebrazzaville.fr)

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

## Théâtre

## Alex fait feu de tout bois !

**Alexandra Guénin, auteure, comédienne et directrice de Théâtre à la carte, s'apprête « à déporter » la culture du 242 de Pointe-Noire à Cayenne en passant par Limoges pour sa nouvelle pièce « Bois Diable » !**

C'est un courriel dans la boîte, avec l'en-tête « Les Francophonies – Des écritures à la scène » : « Nous avons le plaisir de... ». Le genre de courriel qui commence bien et qui te met direct un smiley en pleine tronche pour le restant de la journée. La tronche, c'est celle d'Alex, montée sur ressorts et plus expressive que ça tu meurs ! Sang créole dans les veines et gouaille dans la voix, Alex est femme de théâtre et femme de... son théâtre : à la carte et du 242 ! Mais au loin du 242, les sirènes de l'international font entendre leurs voix : « *Nous vous accueillerons en résidence d'écriture à la Maison des auteurs des Francophonies dans le cadre de notre programme Découvertes consacré aux jeunes autrices* ». Cool, reste à checker une résa pour un billet d'avion ! Car cette maison là se trouve à Limoges, commune en Nouvelle Aquitaine, dans le Sud-Ouest de la France, accessoirement connue pour sa porcelaine

et, dans cette maison, Alex va pouvoir ciseler un mois durant l'écriture de sa prochaine pièce de théâtre. Autant dire que ça déchire grave. Comme un bonheur n'arrive jamais seul, la célèbre Penda Diouf, auteure et comédienne française naturalisée sénégalaise, sera son accompagnatrice.

C'est donc en France qu'Alex va plonger bille et plume en tête dans l'encrier de sa prochaine pièce de théâtre intitulée « Bois Diable », un titre qui n'a rien d'une in-jonction à Satan pour sabrer le champagne à la lecture de cette bonne nouvelle. Oui, mais alors ? Alex nous dit tout : « *Bois Diable est une fable surréaliste retraçant l'histoire d'un homme apprenant le décès, dans d'étranges circonstances, de son père au Congo* ».

Lors de la veillée, son esprit cartésien se heurte à des croyances peuplées d'esprits et de prophéties anciennes qu'il avait jusque là ignorées. Sa quête de réponses entraîne l'homme à traverser

l'Atlantique pour se rendre jusqu'en Guyane où l'arbre du kapokier, dit bois diable, chuchote des histoires sans âge, où les esprits malins, les Baclou, sillonnent les faubourgs de Cayenne à visages découverts ». Ok, nous voilà à comprendre de quel bois se chauffe l'imagination fertile d'Alex et c'est même chaud bouillant : « *C'est une création en mouvements, à l'image de la vitalité afro-créole, traversée de rythmes, de danses, de chants, de musiques. Elle est née d'un constat du déficit d'enseignement de l'histoire de la déportation et de la créolisation occasionnées par le commerce triangulaire où 2 à 3 millions d'Africains furent déportés de leurs terres natales vers les Amériques. Au-delà de son écriture en France, l'aventure se prolongera en résidence avec de nombreux comédiens de nationalités différentes en Guyane, là où je suis née* », ajoute Alex.

Pour prendre forme, cet



ambitieux projet, porté par Théâtre à la carte 242 (Congo) et Expédition Invisible (France), société de production audiovisuelle et de spectacles ayant notamment produit le film «Kongo», aura bénéficié de l'ap-

port des précieux conseils de Gaëlle Médélus, directrice déléguée de l'Institut français de Pointe-Noire. Et l'arbre du kapokier de nous chuchoter « *Bravo les filles* » !

**Philippe Edouard**



## Peinture

## Soblog Florence prône la sororité entre les femmes peintres

**Bout en train, Florence Bilampassi, la quarantaine révolue, artiste peintre, décoratrice d'intérieur et sculptrice d'œuvres monumentales ( faites à base de déchets alimentaires et industriels ), est une activiste née dans l'âme. Soucieuse d'autonomiser les femmes, cette dernière s'est engagée dans la formation continue de la gente féminine. Rencontre avec Florence, la présidente du Collectif des femmes peintres du Congo, (CFPC), un groupement qu'elle dirige d'un bras de fer.**

« *Je rentre dans le monde des arts via un songe dans lequel je peignais. A l'époque, je vivais à Oyo et le lendemain, sans me poser des questions, je suis passée à l'acte en m'acquérant du matériel* », a expliqué Florence fière d'avoir pris cette décision qui a totalement révolutionné sa vie puisqu'en 1999, le ministère de la Promotion de la femme et une délégation du Pnud en visite à Oyo ont remarqué son travail et on l'a sollicitée pour former d'autres femmes. « *Une belle expérience qui s'est soldée par la création d'un collectif de femmes sous la demande de ces deux institutions qu'on a baptisées aujourd'hui CFPC* », a déclaré la présidente qui forme gratuitement toutes personnes désœuvrées y compris les autochtones désirant de faire de la peinture. « *Je crois à la sororité des femmes même si parfois les préjugés ont la peau dure parce que beaucoup pensent que les femmes ne bâtissent pas, mais ce n'est pas le cas chez nous* », a-t-elle ajouté. Grâce à ce travail acharné, Florence a réussi à mettre des antennes destinées à faire le suivi des apprenants.

**Des œuvres sculpturales fait à base de déchets**

L'artiste s'est également penchée vers la sculpture monumentale qu'elle réalise avec des objets de récupération non pas pour un effet de mode mais uniquement dans le but de lutter contre la dégradation de l'environnement. « *Ce projet est né à la suite d'un constat. Pointe-Noire ressemble de plus en plus à un dépotoir puisqu'il n'y a pas de structures appropriées pour transformer et recycler les déchets. En recyclant ces déchets pour en faire des œuvres d'art, je pose un acte d'activisme en ce sens que j'interpelle la population comme le gouvernement aux conséquences de la surconsommation entraînant l'insalubrité de la ville* », a mentionné l'artiste triste du paysage qu'offre la ville portuaire. « *Mon message porte sur la protection de l'environnement, mais aussi sur celle des animaux* », a-t-elle souligné.

Ainsi, son travail se résume en trois étapes : récupérer, réinventer et recycler. Florence Bilampassi sollicite l'apport de la mairie pour qu'elle investisse les ronds-points mais aussi les hôtels pour une plus grande visibilité du travail réalisé par son collectif.

**Berna Marty**

## Critique d'art

# Une formation au profit des journalistes d'Afrique francophone

Dans le cadre de sa mission de professionnalisation des journalistes culturels africains, l'association Nord-Ouest cultures (No'O cultures) organisera, à partir du 12 juin, pour une durée de six mois, une formation en critique d'art au profit des journalistes africains francophones.

La participation à la session d'initiation à la critique d'art est soumise à un appel à candidatures dont la date de clôture est fixée au 30 avril. A ce propos, le programme invite les candidats à fournir, entre autres, un curriculum vitae, deux articles critiques déjà publiés, une lettre de motivation précisant les raisons de la participation à cette formation, une lettre d'engagement du candidat à suivre toutes les étapes du cursus et à s'acquitter des frais de la formation. Peuvent candidater, les journalistes culturels, les agents des médias (presse écrite, radio, média en ligne) francophones chargés de rubriques ou d'émissions culturelles dans leurs médias basés en Afrique ou indépendants.

D'une durée de vingt-quatre semaines, environ six mois, le programme d'initiation à la critique d'art mettra à la disposition des participants les outils nécessaires pour décrire, analyser et évaluer une œuvre, un événement ou une pratique dans l'ensemble du secteur artistique et culturel. Aussi, il aidera

les participants à parvenir à la maîtrise des règles de la critique, mais aussi de l'ensemble des genres rédactionnels, notamment le reportage, l'éditorial, l'interview ; ainsi qu'à être aptes à les mettre en œuvre en fonction d'une ligne éditoriale et d'un public.

A en croire No'O cultures, « le cursus de la formation se déroulera en trois phases, toutes obligatoires. Une phase théorique en ligne qui s'étendra sur dix semaines au rythme des cours dispensés par des professionnels; une phase de mentorat à distance durant treize semaines qui comprendra des apprentissages encadrés, conférences de rédaction hebdomadaires, rédactions d'articles évalués ; et, enfin, une phase en présentiel d'une semaine à l'occasion de la semaine panafricaine de la critique d'art ».

L'objectif derrière ce programme est de fournir les connaissances de base et les outils pour faire de la critique d'art un véritable levier du développement des indus-



Une exposition des tableaux de peinture/DR

tries culturelles sur le continent africain. Rappelons que ce troisième appel à candidatures, lancé par No'O cultures, concerne uniquement les journalistes

francophones. Le nombre de places étant limité à dix. Une session anglophone est prévue au cours de l'année.

Merveille Jessica Atipo

## Musique

## « Idance Congo » en concert le 1<sup>er</sup> avril

Le groupe de danse dénommé « Idance Congo » organisera, le 1er avril, à Brazzaville un concert en vue de montrer au public la réinvention de la danse hip-hop.

A travers son concert sur le thème « fier et noir », le groupe « Idance Congo » entend démontrer sa fierté et son privilège d'être à la fois congolais et africain. « Je suis navré de constater que certaines personnes ne sont pas fières

d'être elles-mêmes, fières de leur culture ou de leur nationalité. Je respecte leur choix. Mais je trouve que c'est absurde ! On a beau faire de vouloir changer sa nationalité, refuser sa culture ou encore critiquer ses racines,

la vérité est que quoi que l'on fasse, on n'oubliera pas qu'on est Congolais et qu'on est Africain. Ça, c'est une réalité, un fait irréfutable ! C'est le message principal que nous voulons faire passer à ce spectacle », a déclaré le leader et manager du groupe, Aymara Jesse Mahoukou, alias T-time.

Au cours de ce concert, le public aura la possibilité d'écouter du slam, de suivre des pièces de théâtre, de tirer profit de la comédie musicale et de bien d'autres spectacles.

S'adressant à la jeunesse congolaise, Aymara Jesse Mahoukou a fait savoir qu' Idance Congo est à la recherche des danseurs amateurs, des danseurs à la quête de formation, d'encadrement et de perfectionnement. « Je demande aux jeunes congolais passionnés par la musique et la danse de nous rejoindre. La danse est à la fois un sport et une profession. Ces jeunes auront la possibilité d'abandonner la délinquance, le vandalisme et le banditisme pour poursuivre leur rêve de devenir danseur professionnel. Je vous prie de nous rejoindre dans les plus brefs délais », a-t-il dit.

Notons que le groupe Idance Congo avait remporté la médaille d'or aux 7es Jeux de la francophonie organisés à Nice, en France, en 2013.

Chris Louzany



Les membres du groupe Idance-Congo/DR

## Florice Kim présente son nouveau single « Ame perdue »

Le musicien congolais Florice Kounkou Kimbembe, alias Florice Kim, organisera le 16 avril, au Centre culturel Zola de Brazzaville, son premier concert en vue de présenter au public congolais son nouveau single baptisé « Ame perdue ».

Dans une interview accordée aux «Dépêches du Bassin du Congo», l'artiste Florice Kim a expliqué les raisons qui l'ont incité à composer son single. « Un bon jour, j'étais fauché comme un ver de terre. Je me suis perdu dans mes pensées. J'ai commencé à m'imaginer en train d'emprunter des voies obscures pour me faire un peu d'argent et me sortir de la galère. Quand je suis revenu à moi, j'ai sursauté. Et j'ai résolu de ne jamais avoir recours à la fraude, au vol ou à tout autre moyen malsain pour gagner de l'argent. J'ai réalisé que c'est ce genre de situations et de pensées qui incitent les jeunes au banditisme et à la délinquance. J'ai donc décidé d'écrire cette chanson pour essayer de porter conseil aux Congolais en particulier et aux Africains en général », a-t-il dit.

Par ailleurs, son spectacle sera l'occasion de faire découvrir au public les autres chansons que compte son répertoire, à l'instar de « Elikia », « Ngolo », « Maman », « Levez vos mains » ou encore « Jacqueline et Mokili ». Les mélomanes vibreront au rythme du « Kilombo vibe », un style musical que l'artiste pratique. C'est une combinaison du « Kilombo » et du gospel, qui, selon lui, permet de promouvoir la culture congolaise. « Les gens ont toujours pensé que le style de musique joué par les Kilombos est l'apanage des religieux. Je m'insurge contre cette vision des choses. Car ce style de musique est intimement lié à la culture kongo. Ce style musical est utilisé dans le bassin du Congo, notamment au Congo-Brazzaville, en République démocratique du Congo et en Angola. Le seul mérite qu'a la religion est de l'avoir conservé, de l'avoir valorisé et de l'avoir promu. Coup de chapeau à eux. Moi de mon côté, j'aimerais le faire connaître et le promouvoir à l'échelle internationale. C'est ma mission, c'est mon crédo », a-t-il plaidé.

Florice Kounkou Kimbembe a fait ses premiers pas en musique en 2016. Le jeune artiste a pris part à certaines compétitions musicales organisées sur le sol congolais et remporté un prix dans sa jeune carrière. Il a été lauréat du voigbytour en septembre de l'année dernière.

Ch.L.

## Musique

## Gypsie la tigresse en show case à Brazzaville

A l'occasion de la clôture du mois de la femme, Gypsie la tigresse livre un spectacle en show case ce 31 mars à l'hôtel Africa de Brazzaville, où elle est l'invitée principale de la soirée de gala qu'organise cet établissement hôtelier. Ancienne sociétaire de l'orchestre SOS salsa, elle réserve un spectacle inédit à son public.

Après avoir passé plus d'une décennie auprès de Romain Gardon, Gypsie la tigresse mène aujourd'hui une carrière solo avec le 242, son orchestre. En ce mois dédié à la femme qui se clôture ce 31 mars, elle n'a pas voulu décliner l'invitation.

« Je me suis dit que c'est le mois de la femme et je dois participer à cet événement pour donner une autre touche, une autre dimension à ce 31 mars, le dernier jour du mois. Il faut lui donner un côté plus tonifié, plus vrai », a expliqué Gypsie la tigresse à l'émission « Tam-Tam », diffusée sur le net.

Au cours de ce cocktail dinatoire, elle fera du show case pour ne pas saturer l'espace. Autour d'elle, il n'y aura pas que les musiciens, les artistes, mais aussi des danseurs très professionnels. Pour cet événement, elle aura à ses côtés deux danseuses et deux danseurs professionnels ainsi qu'un rappeur en vogue dont elle réserve la surprise aux spectateurs.

Aujourd'hui, Gypsie la tigresse évolue dans plusieurs projets après les Divas Amazones. Membre de To sala, elle est associée dans plusieurs concepts. A la fois productrice des spec-

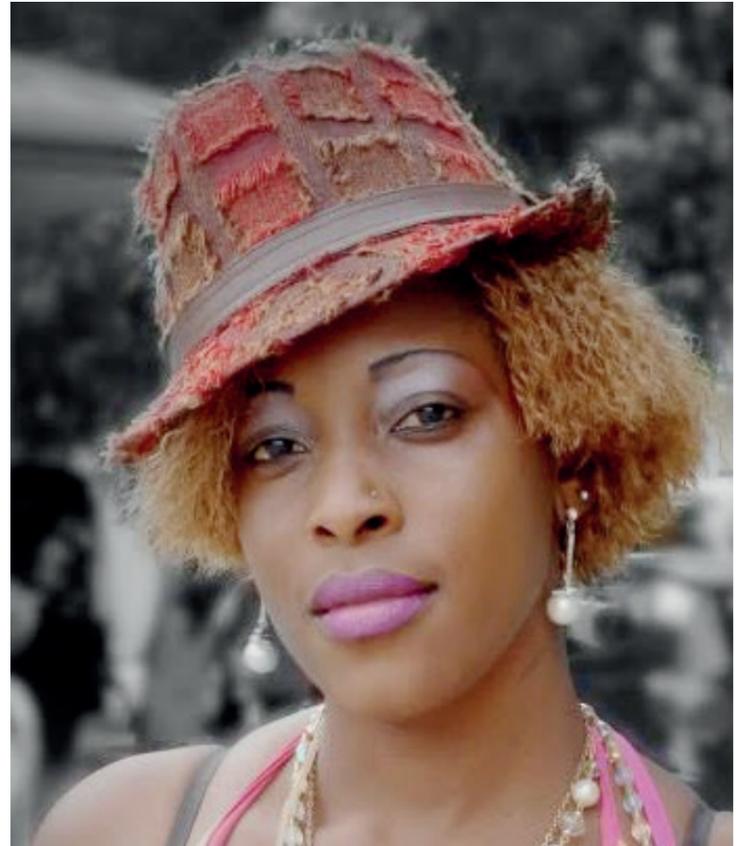
tacles et femme d'affaires, elle pense que la musique a un bel avenir avec l'arrivée des artistes musiciennes qui s'illustrent bien dans leur carrière. Pour mieux plonger les Brazzavillois dans ce rêve, elle a ouvert un coin des artistes pour leur permettre de jouer et s'exprimer.

« Cela m'étonne de voir des producteurs et promoteurs de musique qui croient plus aux orchestres des hommes, et on prend les femmes pour un décor alors qu'il y a des grandes femmes talentueuses au Congo. Je peux citer Chérie Gambo, Diane de Bana Poto-Poto, Oupta, Maman colonel et bien d'autres », s'est indignée Gypsie la Tigresse.

« Il y a des chanteuses religieuses qui font mieux d'ailleurs. On en a prouvé avec les Divas Amazones, les mamans du Congo... Toutes ces femmes défendent la cause de la musique au Congo. il y a des artistes musiciennes féminines qui émergent », a-t-elle assuré.

Notons que Gypsie la tigresse est aussi ambassadrice de la paix et de la rumba pour le Congo et l'Afrique centrale.

Achille Tchikabaka



## Prix des 5 continents

## Appel aux éditeurs francophones

En marge de la 22e édition du Prix des 5 continents qui se tiendra au cours du premier trimestre 2024, un appel à candidatures est ouvert jusqu'en juillet, à l'endroit des maisons d'édition des pays francophones pour présenter des œuvres publiées entre mai 2022 et juin 2023.



#Prix5continents

ORGANISME INTERNATIONAL DE LA FRANCOPHONIE

Depuis sa création jusqu'à ce jour, le Prix des cinq continents de la Francophonie permet de mettre en lumière des talents littéraires reflétant la diversité culturelle et éditoriale en langue française sur les différents continents de la planète terre et de les promouvoir sur la scène littéraire internationale. Pour sa vingt-deuxième édition, il distinguera un texte narratif de fiction écrit directement en langue française, publié entre le 1er mai 2022 et le 30 juin 2023, quelles que soient la nationalité et la maturité littéraire de son auteur. Le texte de fiction narratif peut être un roman, récit ou recueil de nouvelles. Ce dernier doit être original d'expression française.

Selon le comité d'organisation du concours, les candidatures, jusqu'à trois romans par maison d'édition, doivent être présentées par les éditeurs uniquement, jusqu'au 31 juillet 2023, via la plateforme de candidature et non pas par les écrivains eux-mêmes. L'examen des candidatures se fera par un « jury international composé de personnalités du monde littéraire. Des comités de lecture répartis au sein de l'espace francophone : au Congo-Brazzaville, au Canada, au Sénégal, en Belgique, en France et au Vietnam ».

Comme récompense, le lauréat bénéficiera d'une dotation de 15 000 euros, soit 9 840 000 FCFA. En plus de la dotation, le lauréat bénéficiera d'un accompagnement promotionnel pendant toute une année, l'Organisation internationale de la Francophonie assurant sa participation à des rencontres littéraires, foires et salons internationaux identifiés de commun accord avec lui. La mention spéciale recevra un don de 5 000 euros, soit 3 280 000 FCFA.

Notons que l'écrivaine canadienne Monique Proulx est la lauréate de la vingt-et-unième édition du Prix des cinq continents pour son ouvrage intitulé « Enlève la nuit », publié aux Editions Boréal.

M.J.A.

## « Prix BJKD »

## Donner un coup de pouce aux jeunes entrepreneurs africains

Dans le but de soutenir le talent, la passion et la créativité des jeunes entrepreneurs d'Afrique, la fondation Bénédicte Janine Kacou Diagou (BJKD) organise, pour une sixième fois consécutive, le « Prix BJKD » du jeune entrepreneur africain.

Lancée il y a quelques jours à Abidjan, en Côte d'Ivoire, l'édition 2023 du Prix BJKD est ouverte aux entrepreneurs des seize pays de l'Union économique et monétaire ouest-africaine, de la Communauté économique et monétaire de l'Afrique centrale, ainsi que de la République démocratique du Congo et de la Guinée. Les jeunes entrepreneurs africains dans tous les secteurs, y compris la culture et les industries créatives, peuvent postuler en ligne pour le prix, au plus tard le 30 juin. L'éligibilité étant assurée par le fait d'avoir entre 18 et 40 ans maximum, de diriger une entreprise en cours de développement et régulièrement constituée et immatriculée au registre du commerce et du crédit mobilier, ainsi que d'avoir son siège social dans l'un des pays concernés. Le thème qui accompagne cette sixième édition est « Jeunesse, osons les micro-industries ». L'ambition est d'accompagner les entrepreneurs soucieux d'améliorer leur capacité de production. Ce concept de micro-usine né autour des années 1990, au sein même des milieux universitaires américains et japonais, consiste à optimiser le besoin en ressources, en espace, en énergie, mais aussi en gain de temps. Ce, en rapprochant la taille de l'unité de pro-



Remise des prix lors d'une précédente édition /DR

duction de celle du produit fini.

« Le thème retenu intervient dans un contexte régional marqué par un engagement plus affirmé des autorités gouvernementales et des acteurs de développement de notre continent, au profit de l'employabilité et de la participation soutenue des jeunes au processus de développement de notre continent », a souligné Guy Abby Nogués, président du Comité scientifique de la fondation, lors de la cérémonie de lancement du prix 2023.

Destiné à récompenser après sélection par voie de concours les meilleures entreprises présentées par de jeunes entrepreneurs africains, le prix BJKD 2023 octroiera cinq récompenses aux lauréats d'une valeur de trois mil-

lions à vingt-cinq millions FCFA.

Soulignons que la finale de cette sixième édition du Prix BJKD se tiendra en septembre prochain, à Abidjan. Depuis cinq ans, la fondation BJKD s'engage fortement aux côtés de la jeunesse du continent pour accompagner son autonomisation et son insertion professionnelle durable. Pour Olga Djadjji, présidente de ladite fondation, « tout cela est possible grâce à l'appui des partenaires, toujours mobilisés à nos côtés. Au point que le prix BJKD de l'entrepreneuriat des jeunes est devenu, en l'espace de cinq éditions, un véritable label, en termes d'accompagnement financier, de visibilité, ou encore de formations offertes aux candidats ».

Merveille Jessica Atipo

# Petites escapades dans Brazzaville

## Couloirs d'histoire

« L'histoire est le récit des événements passés », a-t-on été enseigné. Elle se raconte de mille façons, dans les livres mais aussi dans la pierre. En allées à remonter le temps, sur le flanc de la Primature de Brazzaville et en arrière du jardin du mausolée Marien-Ngouabi, deux couloirs de bustes érigés racontent l'Histoire qui sombre malheureusement pour la deuxième fois dans le noir...

La gloire d'un peuple, c'est son histoire, mais aussi sa façon de la raconter. Honorer la mémoire des anciens, c'est saluer leurs combats, leurs victoires et comprendre les défis auxquels ils ont dû faire face pour nous permettre de mieux aborder le présent et de façonner l'avenir.

Les cités du monde, au gré des desseins de leurs leaders politiques ou de la muse de leurs artistes, racontent l'Histoire en la gravant dans la pierre, dans le marbre ou en la peignant sur des tableaux. Monuments, mausolées, musées et... allées de bustes érigés murmurent ainsi à l'oreille des citadins le nom des grands Hommes qui les ont précédés et ont préparé le chemin pour eux.

Si l'on a vu certains monuments être détrônés dans le monde, la plupart du temps, l'Homme fut assez bon et servit ses contemporains de telle sorte que son nom soit marqué dans le cours du temps. Le travail des mairies est alors important. Pourtant...

Ces sites commandés par les politiques et exécutés par de talentueux artistes sont pourtant livrés à une glaciale indifférence, qui fait presque peur. Mauvaises herbes, végétation luxuriante, dépôt d'immondices, parking de voitures, commerces de nuit pour



Des bustes de célébrités pour apprendre l'histoire/Adiac

une vie de la nuit... Le constat est et reste amer.

Aussi, pris dans le tourbillon de la vie et du quotidien, du stress généré par le tapis roulant des soucis et imprévus à gérer, des fins de mois à arrondir quand

déjà leurs milieux ne sont pas évidents, il est parfois difficile pour les challengers de la vie de remarquer les richesses qu'offre leur environnement.

La classe moyenne congolaise est souvent maîtresse dans l'art de

faire l'éloge des idées et constructions des « grands pays ». Ce qui en soi est valeureux. Les grands pays le sont de cette capacité à valoriser ce qu'ils ont aussi insignifiant que cela puisse paraître au premier abord : une cuisine,

un plat, un cru de vin, une rue, un hôtel, un jardin, une nationalité, une valeur, jusqu'à ce qu'ils trouvent de la valeur aux yeux de tous.

La richesse historique, culturelle et artistique de Brazza est telle que si l'on prenait le temps d'apprécier ce qu'on a ; si on se refusait un peu plus à cette insensibilité, cette désinvolture et cette passivité collectives, on aurait déjà fait la moitié du chemin.

En rendant visite à des amis ou à des voisins, on ne verra jamais les photos de leurs parents traîner à même le sol, livrées à l'abandon ou mal entretenues. Elles sont soit bien rangées, réservées dans l'intimité de la famille ; soit valorisées, exposées et joliment encadrées.

Nelson Mandela, Chaka Zoulou, Jean-Paul 2, Tchikaya U Tamsi, Sony Labou Tansi, Alfred Raoul, Jean Malonga, Paul Kamba, Sylvain Mbemba, Antoine Letembet-Ambily, en leurs titres et rangs respectifs sont autant d'esprits lumineux physiquement morts une première fois et qui malgré la volonté politique initiale de les honorer, sombrent pour la seconde fois dans le noir de la mémoire congolaise...

Princilia Pérès

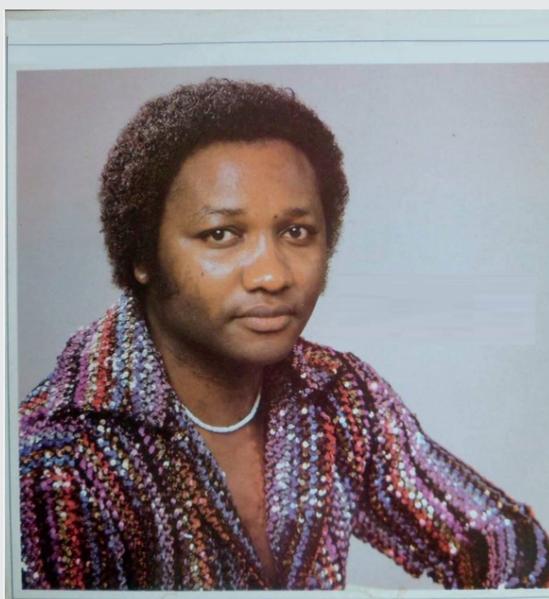
## Les immortelles chansons d'Afrique

# « Africa Music Non-Stop » de Elvis Kémayo

Figure emblématique du gotha musical camerounais, Elvis Kémayo a explosé avec plusieurs chansons à succès. Son titre « Africa Music Non-Stop », paru en 1984 grâce au label Safari Sound, a connu un buzz retentissant.

A travers sa belle œuvre « Africa Music Non-Stop », Elvis Kémayo invite le monde entier à danser au rythme de la musique africaine, notamment avec les chansons qui ont été en vogue au début des années 1980 comme « Muzi » de Ntessa Daliens, « Zonga Judas » de Lita Bembo, « Missengué » de Pierre Mountouari et « Amour de Nombakélé » de Pamelou Mounk'A. Cet air s'ouvre par les intonations de la guitare solo soutenue par la guitare basse et la batterie programmée. Ces intonations sont reprises par la section cuivre avant le lead vocal assuré par Elvis Kémayo qui chante en style question-réponse avec le chœur : « *Debout, debout dansez, dansez Africa music* ».

Ce disque 33 tours estampillé SAS 054 a été arrangé par Elvis Kémayo et Christian Remy. Il a connu la participation de Charlie Charrias et Michel Alibo à la basse, Philippe Darees et Jules Kamga à la guitare solo, Irène Essomo, Jacques Ferchit, Sissy Dipoko et Christian Remy au chœur. Ce dernier, outre le chœur, exploite le piano et le synthétiseur. Jean Claude Naimro assure le piano. Mam Ouari au saxophone, Alex Perdigom au trombone, Tony Brenes à la trompette, Jean Marie Bolangassa



du ballet Lemba de Brazzaville, le solo vocal est exécuté par Elvis Kémayo.

Né le 7 septembre 1948 à New-Bell, au Cameroun, Pierre Kémayo a eu une carrière musicale élogieuse qu'il a débutée à 14 ans au sein du Negro Fiesta, un orchestre de son quartier, avant de se professionnaliser en 1969 avec l'orchestre The kings club de Yaoundé. Après, il

se rendra d'abord au Gabon, ensuite à Paris, en France, en 1972 où il composera « Te revoir », un titre qui l'a propulsé vers les hautes sphères de la notoriété. Il créera son groupe Le Kémayo System par la suite. Avec ce groupe, il fera sa première tournée au Cameroun en 1976 et passera à l'Olympia de Paris en 1977. Dans les années 1980, il a été directeur de l'orchestre national gabonais qui avait à sa tête le ministre Jean Boniface Assélé. Ils ont produit « Les diabolins à Paris vol 1 », l'album dans lequel figure le titre « Associé » écrit par Malao Henney et arrangé par Elvis Kémayo. Il a été le précurseur de l'émission « Télé podium » au Cameroun. Avec Jean-Pierre Saah, il a créé le label JPS Production, lui étant directeur et Jean-Pierre Saah le financier. Ce label, signalons-le, a été une machine africaine de la production musicale. En 2000, Kémayo crée Vision, sa maison de production et a managé des artistes comme Manu Dibango, Werrason, Papa Wemba, Madilu, Koffi Olomidé, Grâce et Ben Decca, etc. Il a, en outre, été producteur et présentateur du festival de Bata, en Guinée équatoriale. Le 17 juin 2022, Elvis Kémayo s'est produit au Centre culturel Ubuntu, à Yaoundé, au Cameroun.

Frédéric Mafina

# Lire ou relire « Profession prêtre » de Philippe Mabilia

**Préfacé par Mgr Victor Abagna Mossa, avec la postface de l'abbé Paulin Pouconta, l'ouvrage « Profession prêtre » se présente comme une autopsie de la vie des prêtres congolais de Brazzaville.**

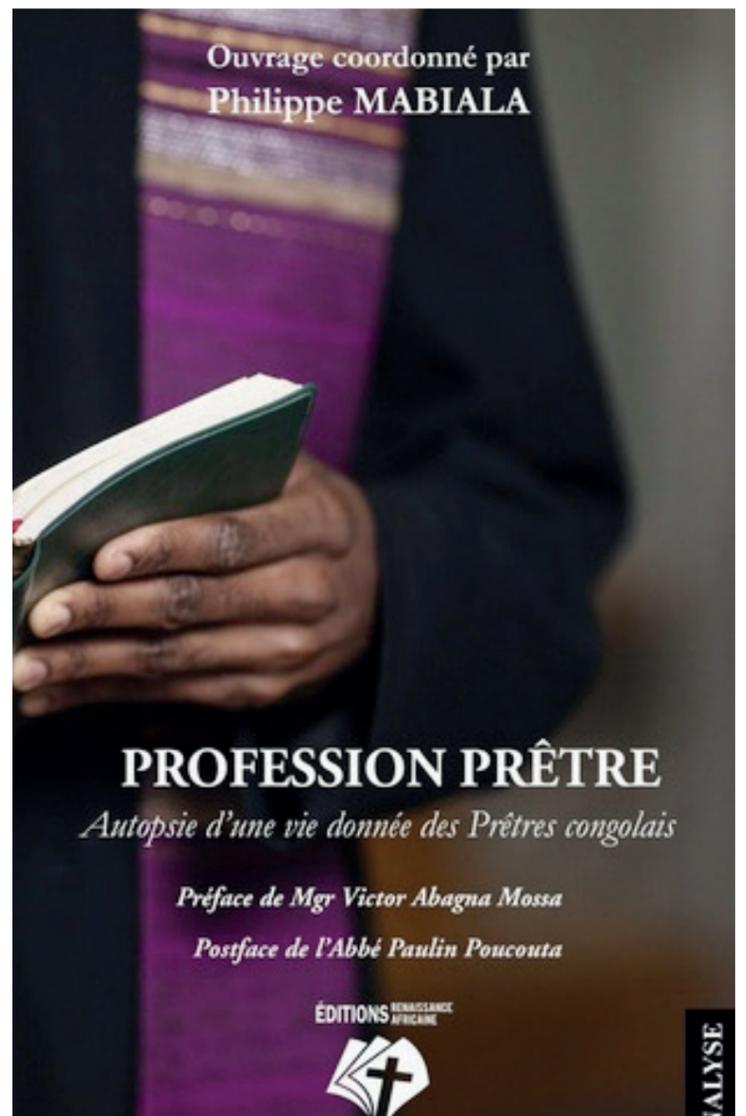
L'idée du livre est née suite à la retraite spirituelle des vétérans du clergé catholique du Congo à Liambou, à Pointe-Noire, en 2017 puis en 2018. Pour acter les fruits de ces grands moments de réflexion et d'échange, quelques prêtres de plus de vingt ou trente ans de sacerdoce ont pensé partager leurs expériences, leurs sentiments et leur passion à la postérité afin d'édifier les cadets qui se joignent à eux dans la prêtrise.

Cette réflexion rappelle avant tout la triple fonction du prêtre dans l'église, celle d'enseigner la parole de Dieu, de gouverner le peuple de Dieu et de sanctifier à travers les prières, les sacrements et la liturgie. Beaucoup de vétérans ont œuvré sous la soutane pendant des années en partageant les joies et les peines des hommes, femmes et enfants vivant dans leur champ de mission. Ils ont connu des moments de triomphe tout comme d'échec. C'est donc cette joie d'une vie librement donnée à la cause de l'évangile qu'ils ont bien voulu transmettre par écrit.

Dans ce livre, le lecteur sera édifié, entre autres, sur la situation actuelle des vieux prêtres, leurs défis et attentes. En plus quelques regards croisés de ces prêtres révèlent des témoignages fort éloquentes sur les champs pastoraux spécifiques de l'éducation, de la santé, de la vie carcérale, de la formation des jeunes, etc.

Lançant une sonnette d'alarme, Mgr Victor Abagna Mossa, premier archevêque d'Owando, écrit : « Pendant que beaucoup de brebis du Seigneur se plaisent à vivre hors de la bergerie, que beaucoup d'entre elles retournent aux pratiques ancestrales nouvelles et anciennes, ou sont victimes d'attaques sataniques, nous faisons ce constat que celui qui a la « profession » de prêtre a lui aussi les yeux tournés sur son nombril. Il cherche comment devenir un homme grand au milieu des grands de ce monde, comment acquérir les richesses de ce monde en maisons, voitures, femmes, argent ! »

Aubin Banzouzi



# «Le port de la croix» de Benoît Moundélé-Ngollo

**A travers son texte publié sous forme de brochure, l'écrivain congolais médite sur l'humilité de Dieu et les souffrances par lesquelles le Christ, son Fils, a expié les péchés de l'humanité.**

À la manière de Charles Péguy, de Victor Hugo et de bien d'autres auteurs qui se sont inspirés de la foi chrétienne pour léguer à la postérité des écrits majeurs, Benoît Moundélé-Ngollo, égale à lui-même, offre ce qu'on peut considérer comme l'un des plus beaux textes humanistes chrétiens de la littérature congolaise. Si nous étions en musique, on le comparerait par sa teneur au titre « 13<sup>e</sup> apôtre » de Koffi Olomide, un véritable chef-d'œuvre de la virtuose de la rumba congolaise.

ce long poème atypique est à point nommé par son message si édifiant une invite au rabaissement de soi et à la reconnaissance de la grandeur et la bonté de Dieu. C'est un régal expiatoire, exutoire et configuratoire que cette lecture exaltante et pénétrante. Chacun est mis face à la vérité de sa conscience devant un amour divin et pleinement miséricordieux à l'égard de l'humanité pécheresse. O quelle hauteur et noblesse de cœur digne d'être contemplée et imitée ! C'est toute une prière d'exorcisme et de bénédictions qui profile à chaque strophe, dans un élan d'amour stoïque et inclusif.

On peut donc lire, à la strophe 19, « Jésus, je remets ma vie, celle de mes enfants, de ma descendance, celle de ceux que j'aime et qui m'aiment ou ne m'aiment pas, et même celle de mes ennemis, entre Vos Mains ; partant, cela revient à dire, entre les Mains de Votre Père Céleste et entre les Mains du Saint-Esprit ».

Signalons tout de même que ce texte est une reprise retouchée d'un texte de Benoît Moundélé-Ngollo publié auparavant en 2008 aux éditions Hemar, dans son livre « À bâtons rompus ». À la demande

insistante de ses lecteurs, l'auteur a choisi de le publier de nouveau.

A.B.



A cette période de carême où les catholiques reméditent le chemin de la croix du Christ chaque vendredi soir,

# Voir ou revoir

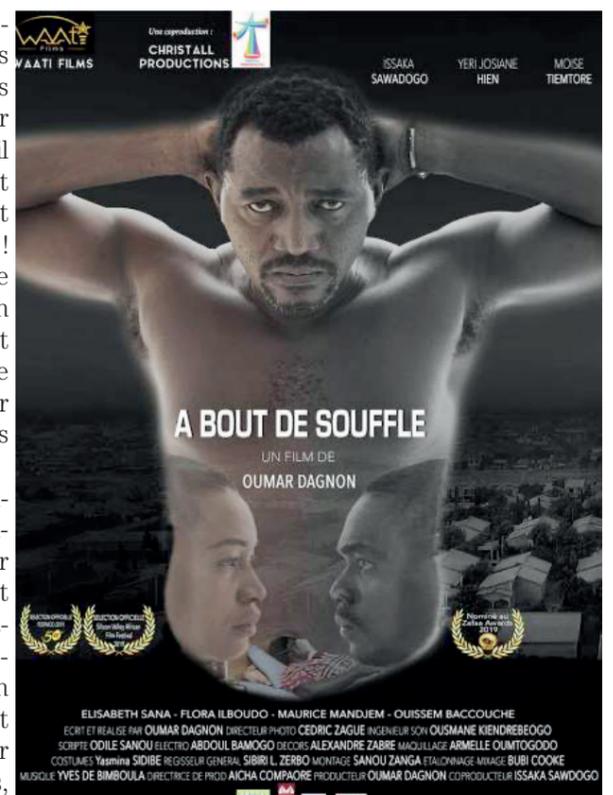
## « A bout de souffle » d'Oumar Dagnon

**Fiction dramatique burkinabé d'environ 1h 20 min, « A bout de souffle » suit la vie énigmatique de Malik, dont le passé semble lui coller à la peau.**

Malik Traoré est un ancien gangster. Ce chemin toujours pas évident, qu'on choisit quelques fois par dépit, il a réussi à l'abandonner après sa sortie de prison. Depuis, il se bat pour demeurer sur le droit chemin jusqu'au jour où réapparaît Coulio, son acolyte d'antan. Pause ! Généralement, prendre une bonne décision est un fait mais tenir son engagement, c'est vraiment tout autre chose. C'est même là que l'univers nous met à l'épreuve pour tester notre fidélité à nos paroles et notre ténacité.

Revenons-en à Malik ! Ce personnage principal qu'incarne parfaitement Issaka Sawadogo, pour joindre les deux bouts, s'est fait employer dans une usine de fabrication d'engins. Malheureusement, peu de temps après son embauche, il se fait abusivement licencié par le président directeur général, M. Baron. Entre-temps, sa mère tombe gravement malade et se fait hospitaliser. Mais les frais exigés par la clinique sont énormes pour le jeune homme. Il se rabat sur Coulio, espérant avoir son aide mais ce dernier lui suggère de rejoindre son gang pour le braquage d'une banque. Malik est pris au piège. Lui qui a changé de vie et qui fuit son passé de gangster est partagé entre deux sentiments, celui de rester sur le bon chemin ou basculer du côté obscur...

Derrière les séries de malheurs qui accablaient Malick, se cache une puissante secte. Mais quelquefois, le pouvoir et la richesse d'une poignée d'hommes puissants ne peuvent influencer le choix d'un pauvre individu, aussi impuissant paraît-t-il. Ce film



éduque sur le choix de l'entourage. Bon ou mauvais, on finit par en récolter les fruits. Intelligemment ficelé avec un jeu d'acteurs captivant, des images immersives et une trame qui emporte l'attention du spectateur, « A bout de souffle », sorti en 2019, a déjà été sélectionné lors de plusieurs festivals. En 2019, lors du Zafaa Global Awards organisé à Abuja, au Nigeria, le long-métrage a reçu le prix du meilleur acteur francophone pour Issaka Sawadogo et celui du meilleur scénario de long métrage francophone pour Oumar Dagnon. Outre Issaka Sawadogo, on retrouve également, dans son casting, Yéri Josiane Hien, Mose Tiemtore, etc.

Merveille Jessica Atipo

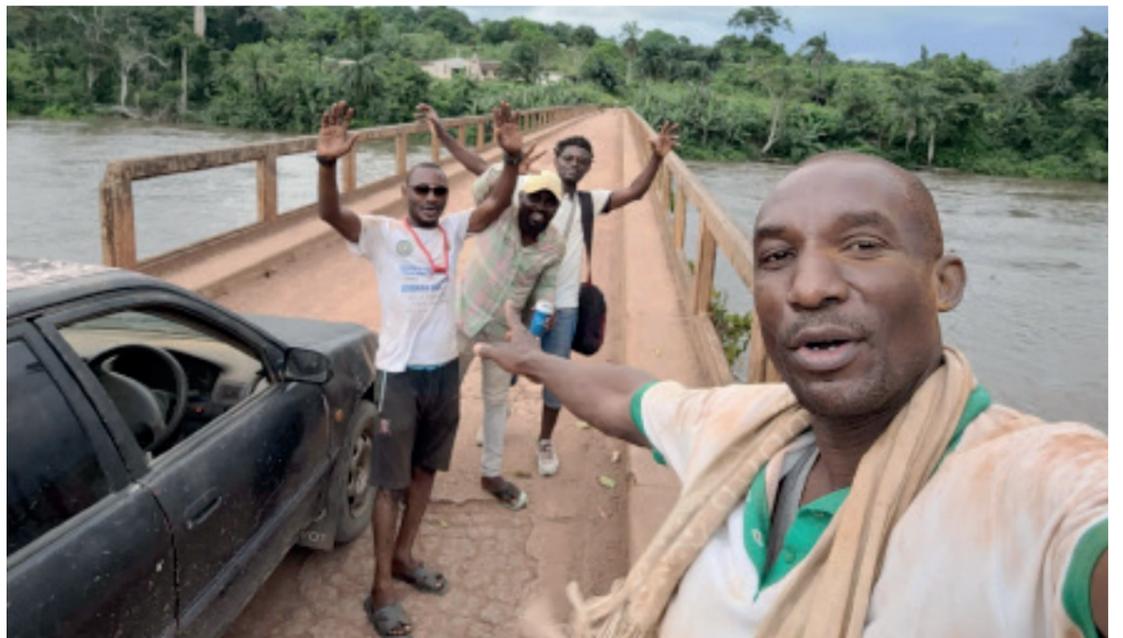
Art

# La route de l'artiste en Afrique centrale

**Pierre Claver Mabiala et Guy Narcisse Goma Makanga, de l'Espace culturel Yaro, ont avalé quelques milliers de kilomètres pour dessiner en Afrique centrale la route de l'artiste qui, pour une fois, n'est pas un chemin de croix mais une belle aventure hors de nos frontières.**

Cela pourrait être un carnet de voyages. 4 600 kilomètres en neuf jours, au cœur de l'Afrique centrale, voilà ce qui s'appelle tailler la route ! Tantôt en voitures légères ou en 4/4, tantôt en bus qu'il soit mini ou maxi, tantôt encore en moto, peu importe, l'important est d'arriver à destination. Pour Claver et Guy Narcisse, nos deux aventuriers, un leitmotiv : quitte à tailler la route autant que ce soit pour la bonne cause ! De fait, la cause est bonne, elle est surtout innovante : « Il s'agit de mettre en œuvre le projet RAAC (la Route de l'artiste en Afrique centrale) sous financement du programme

ACP-UE Culture - Créer en Afrique centrale - un projet qui vise à faire une cartographie des acteurs culturels impliqués dans la circulation artistique et les circuits routiers en Afrique centrale. Ce projet va permettre aux professionnels et aux spectacles de circuler plus facilement, de pouvoir s'exporter et gagner en visibilité dans les pays de la sous-région. Les données que nous collectons seront disponibles sur un web-site dédié pour renseigner les artistes et les autres professionnels de la culture afin qu'ils utilisent la route qui est le moyen de transport le



**Pierre Claver Mabiala au premier plan/Adiac**



**Guy Narcisse Goma Makanga/Adiac**

plus économique », explique Claver, directeur de l'Espace culturel Yaro, l'un des chefs de projet.

Sac sur le dos, voilà donc nos deux voyageurs partis de Pointe-Noire, traversant la forêt du Mayombe et jusque là, tout va bien. Un peu plus loin, ça se complique légèrement. Torturée par les grumiers, la route allant de Nianga à Ngongo s'avère être en cette saison des pluies un horrible borborygme qu'il faut parfois contourner par des pistes hasardeuses. « On a cru plusieurs fois s'embourber, tomber en panne, on s'était préparé mentalement à dormir en pleine brousse, heureusement nous sommes

arrivés peu avant minuit à Ngongo, près de la frontière gabonaise », se remémore Guy Narcisse, responsable administratif et financier de l'Espace culturel Yaro.

Le reste du périple n'aura été que bonheur et les bons souvenirs s'accrochent à la mémoire avec ce qu'il faut de piment à l'aventure comme cette nuit d'un court sommeil passée à la gare routière de Libreville, pour attraper un bus à 2 heures du matin ou encore d'avoir à payer des places « fantômes » pour remplir un taxi brousse afin de précipiter son départ vers Ntam, village situé dans la région du Haut-Nyong, à l'Est du Cameroun.

**Philippe Édouard**

Danse

# Tiwawa salsero et la magie des cérémonies

**La danse est un moment de détente, de gaieté et de défolement pour les ambianciers. Les groupes qui y excellent s'expriment à l'occasion des grandes cérémonies organisées à différentes occasions. Et le groupe Tiwawa salsero intègre bien cette façon de faire.**

Créé en 2020, Tiwawa salsero est un groupe de danse qui fait la joie des Congolais lors des cérémonies. Au départ jouant le rôle de lever de rideau pour les Bantous de la capitale, ce groupe de vétérans de la danse doit son existence à Noël Sita dit Tiwawa.

« Quand l'orchestre Bantous de la capitale jouait la chanson «Tiwawa», en 1975, j'étais le premier à monter sur la piste de danse. Ça se passait au bar Super jazz de Poto-Poto, où cet orchestre jouait les matinées de 15h à 18h et les soirées commençaient de 21h à X heure », a souligné Noël Sita.

En effet, Tiwawa salsero a été créé après le départ de ce dernier de Salsa idéale présidée par Bouétoum. « Les Bantous de la capitale nous louaient pendant les retraits de deuil, pour être des garçons d'honneur. Pendant notre marche, j'ai voulu comprendre la gestion de l'argent que les organisateurs des cérémonies payaient au groupe. Nous ne nous étions pas compris et finalement, nous nous sommes séparés. Des jours après, je vais faire la connaissance d'une dame, Mireille, qui aime la salsa. Nous allons mettre sur pied ce groupe de danse, dont le moins âgé a 45 ans », a expliqué Tiwawa. Depuis lors, Tiwawa salsero preste partout dans le pays et est régulièrement invité à des spectacles divers. Ce qui le fait vivre.

Notons que le groupe a pris part à la dernière édition du Festival panafricain de musique et à plusieurs activités ministérielles dont la plus récente est celle organisée par le ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche scientifique et de l'Innovation technologique.



**Le groupe Tiwawa salsero**

**Achille Tchikabaka**

## Mois de mars

## Que se passe-t-il ensuite ?

**Au Congo, outre la Journée internationale des droits des femmes célébrée le 8 mars de chaque année, le mois de mars est considéré comme un moment dédié à la femme. À cet effet, plusieurs activités en lien avec son émancipation sont menées tout au long de ce mois.**

Défilés, conférences-débats, marches, sensibilisations, célébrations en tout genre ont fait partie des animations les plus observées lors de ce mois de mars. Avec ferveur, les rôles modèles féminins et organisations féminines du Congo ont montré leur savoir-faire, engagement et désir de faire bouger les lignes. Puis, rendez-vous en mars prochain.

En effet, il existe un « pendant le mois de mars » au Congo, mais « un avant » et « un après mars » peinent à se dessiner. Lorsqu'avril pointe son nez, tout recommence. Les discours tenus et activités organisées ne sont plus qu'un lointain souvenir. Après avoir pointé les progrès qui tardent à venir, les inégalités persistantes, les discriminations tenaces et les solides plafonds de verre sur les plateaux de télévision, les réseaux sociaux ou dans la rue, chacune retourne à ses occupations, oubliant presque tout ce qui avait été dit, retournant à sa place, pour jouer son rôle, dans les habituelles conditions.

Pareille ritournelle n'est pas entièrement inutile. Mais cette mobilisation, autour des droits des femmes cantonnées tout au long du mois de mars, a à sa façon quelque chose d'irritant, sinon d'offensant. Car, en plus de n'être qu'annuelle et formelle, dans les faits, pratiquement rien n'a bougé. Les grilles salariales et organigrammes sont toujours défavorables aux femmes, les stéréotypes toujours actifs et le droit de cuissage toujours au menu.

Dans les discours, non plus rien n'a changé fondamentalement. On déplore, on exhorte



*Une femme dans la perspective d'un achat du pagne du 8 mars/©Gaston Bassouamina/DR*

et mobilise presque de façon mécanique ces femmes congolaises qui, encore aujourd'hui, résumant les droits des femmes au port du pagne et à diverses célébrations tenues tout le mois de mars.

C'est dans les esprits que tout commence à bouger, avec la prise de parole, de conscience, de l'omniprésence des plateformes de dénonciation, et une mobilisation active qui fera, désormais, de chaque jour de l'année le Jour des droits des femmes.

Il se peut que nous soyons en train de passer, indubitablement, des discours d'un jour qui ne changent rien aux actions durables qui changent tout. Raison pour laquelle, les jours suivants le 8 ou le mois de mars ne doivent plus être ceux où tout retombe. Plutôt ceux où, même sans fanfares, tout continue à être de moins en moins comme avant dans le quotidien des femmes congolaises.

**Durly Emilia Gankama**

## Les souvenirs de la musique congolaise

## Dissidences et dislocations des orchestres congolais de 1960 à 1970 (1)

**Les décennies 1960 et 1970 furent dominées par des orchestres créés à la suite de l'implosion d'un noyau originel. Les excroissances de ce noyau imploient à leur tour, donnant naissance à des nouveaux orchestres. Ce phénomène connaîtra une ampleur et deviendra une constance de la vie des orchestres des deux rives du fleuve Congo.**

**H**istoriquement, l'éclatement en 1956, à Léopoldville, du Negro Jazz (orchestre de Brazzaville et ancêtre de l'orchestre Bantous composé d'Essous, Edo Ganga, Célestin Kouka, Nino Malapet, Isidore Diaboua Lièvre, Yengo Bruno...) fut la première grande dislocation d'un groupe musical sur les deux rives du fleuve Congo. Ainsi, du Negro Jazz naissent le Rock'A Mambo, l'Ok Jazz et Maquina Loca, groupes emblématiques de la fin des années 1950.

L'âpre concurrence des maisons d'éditions à Léopoldville, entre autres, Ngoma, Loninguisa, Opika, Esengo... ayant permis à la musique congolaise de s'épanouir fut la raison essentielle de la dislocation du Negro Jazz. A la suite, Essous, Edo Ganga et Célestin Kouka intègrent la maison Loninguisa tandis que Nino Malapet puis Essous et Rossignol sont récupérés par la maison Opika.

En 1960, le Jazz africain éclate. Il en naît d'une part l'orchestre Tenace du Congo, dirigé par papa Bouanga, et, d'autre part, le Vox Africa de Jeannot Bobenga. Les raisons de cet éclatement sont liées à des questions de susceptibilité et d'incompatibilité des humeurs. Les mêmes raisons sont à l'origine de la séparation du bassiste Mountou Typoa et de Paul Ngombet alias Penki, qui quitta l'orchestre Novelty pour créer Manta Lokoka.

Vicky Longomba et Brazzos, sociétaires de l'Ok Jazz, vont renforcer l'African Jazz qui se rend en Belgique à la table ronde. Au retour de cet orchestre de Bruxelles, Nico crée une aile éponyme. La guerre fut de courte durée entre Kallé et l'aile Nico, Rochereau et Roger Izeidi. De leur côté, Vicky, Brazzos et Bolhen de l'Ok Jazz montent l'orchestre Negro succès.

Après un voyage à Conakry, en Guinée, le Beguen Band connut une scission. Depiano,

Tchade et De la France d'un côté montent le Beguen Jazz, et, de l'autre, Damoiseau, Roitellet, Tino Baroza et Depuissant créent le Milo Jazz. L'éclatement du Conga Jazz donne naissance au Conga succès de Jhonny Bokelo et Co-Bantous de Bewayon (frère aîné de Jhonny Bokelo).

En 1963, Nico, Rochereau, Roger Izeidi quittent de nouveau l'African Jazz pour créer l'African Fiesta. Ces derniers contestent la gestion financière peu orthodoxe de Joseph Kabaselé Grand Kallé qui fait appel à Jeannot Bombenga pour reformer l'African Jazz et débauche Papa Noël des Bantous de la capitale. Ce renfort entraîna la mise entre parenthèses du Vox Africa. Ainsi va la vie dans la musique des deux rives du fleuve Congo.

(A suivre)

**Auguste Ken-Nkenkela**

# Restauration des zones humides dégradées

## Des pays s'unissent pour une action commune

**Une coalition de gouvernements composée de la Colombie, la République démocratique du Congo (RDC), l'Équateur, le Gabon, le Mexique et la Zambie a lancé, lors de la conférence des Nations unies sur l'eau qui s'est tenue à New York, le 23 mars dernier, la plus grande initiative jamais entreprise pour restaurer les fleuves, les rivières, les lacs et les zones humides dégradées.**

Le défi de l'eau douce annoncé lors de la conférence vise à restaurer 300 000 kilomètres de cours d'eau ainsi que 350 millions d'hectares de zones humides d'ici à 2030. Ce sont des écosystèmes essentiels pour faire face à l'intensification des crises de l'eau, du climat et de la nature dans le monde. Outre l'approvisionnement en eau, des écosystèmes d'eau douce en bonne santé offrent une multitude d'avantages à l'être humain et à la nature, et sont essentiels pour atténuer les changements climatiques et s'y adapter, ainsi que pour atteindre les Objectifs de développement durable (ODD). Pourtant, un tiers des zones humides de la planète a disparu au cours des cinquante dernières années, et sa disparition est toujours plus rapide que celle des forêts. Les rivières et les lacs sont les écosystèmes les plus dégradés au monde. La population de poissons qui y vivent, dont beaucoup sont vitaux pour la sécurité alimentaire des communautés, a énormément di-

minué.

Le sixième rapport d'évaluation du Groupe intergouvernemental d'experts sur le climat, récemment publié, souligne les graves conséquences des changements climatiques sur les écosystèmes d'eau douce et met en évidence la nécessité de les protéger et de les restaurer afin de renforcer les mesures d'adaptation aux changements climatiques et de créer des sociétés, des économies et des écosystèmes résilients. Soutenu par les gouvernements de la Colombie, de la RDC, de l'Équateur, du Gabon, du Mexique et de la Zambie, le défi de l'eau douce encourage tous les gouvernements à s'engager à atteindre des objectifs clairs dans leurs stratégies et plans d'action nationaux actualisés en matière de biodiversité, leurs contributions déterminées au niveau national et leur plan national de mise en œuvre des ODD, afin de restaurer d'urgence des écosystèmes d'eau douce en bonne santé. Réagissant à cette initia-



tive, la directrice exécutive du Programme des Nations unies pour l'environnement, Inger Andersen, a déclaré : « Des cours d'eau, des lacs et des zones humides sains sont la fondation de nos sociétés et de nos économies. Pourtant, ces écosystèmes sont

régulièrement sous-évalués et négligés. C'est la raison pour laquelle l'engagement des gouvernements de la Colombie, de la République démocratique du Congo, de l'Équateur, du Gabon, du Mexique et de la Zambie est remarquable. Alors que les

pays se sont engagés à restaurer un milliard d'hectares de terres, le défi de l'eau douce est une première étape cruciale pour se consacrer aux écosystèmes d'eau douce, qui en ont bien besoin ».

**Boris Khari Ebaka**

## Chronique

# L'Afrique face au défi de l'économie verte

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

L'économie verte englobe des activités dans des domaines variés allant de l'agro-alimentaire aux énergies en passant par la gestion des déchets, l'eau, la santé et le tourisme. Pour répondre au triple objectif social, environnemental et de rentabilité économique, les activités vertes nécessitent de gros investissements ou engendrent des coûts de production significatifs. Par exemple, les énergies renouvelables nécessitent des investissements initiaux importants bien que leurs coûts d'exploitation soient faibles, contrairement aux énergies fossiles.

Les activités vertes créent de nouveaux marchés et permettent la création d'emplois. La transition vers une économie verte ne pourrait qu'améliorer la croissance économique des pays africains. Les besoins de financement de cette transition sont certes importants mais se-

lon le Programme des Nations unies pour l'environnement, à l'échelle globale, investir 2% du produit intérieur brut mondial d'ici à 2050 dans des secteurs cibles comme l'agriculture et l'énergie permettrait d'accélérer la croissance économique sur le continent. C'est ainsi que les dirigeants africains ont lié le financement de la lutte contre le dérèglement climatique à celui de la transition verte.

L'économie verte s'inscrit dans la logique des réflexions en cours sur les modèles d'économies durables qui se proposent de conjuguer à la fois croissance, développement et protection des ressources naturelles. En ce sens, elle est affichée comme une solution pertinente pour mobiliser le secteur privé dans l'atteinte des objectifs du développement durable sur le continent africain.

Il existe des opportunités pour un développe-

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

**Boris Khari Ebaka**

## Le saviez-vous ?

# L'art oublié de la discipline dans l'éducation des enfants

**Nous n'avons pas la même notion de compréhension lorsque nous parlons de « discipline ». Il y a, d'une part, ceux qui commentent des erreurs dans l'éducation de leurs enfants en imposant parfois des règles qui deviennent toxiques et extra venimeuses et, d'autre part, celles qui sont appelées « mères poules ». Pourtant, il est nécessaire d'établir les règles positives et des limites pour mieux élever et éduquer nos enfants.**

Les parents doivent faire de leur mieux pour que leurs enfants grandissent en bonne santé, sur le plan émotionnel. La discipline positive aide les petits à pouvoir apprendre les règles de leur environnement, les limites qui existent et, surtout, à comprendre qu'une action a toujours des conséquences.

Pour qu'un enfant construise une estime de soi saine et forte, il est essentiel qu'il comprenne les règles, les limites et qu'il ait une plus grande responsabilité de ses actes. Cependant, les punitions et les cris prévalent souvent, ce qui peut provoquer de graves blessures émotionnelles très difficiles à guérir.

Punir

Lorsqu'un enfant est puni de manière punitive, on lui montre que c'est l'adulte qui a le pouvoir et que, par conséquent, il ne peut rien y faire. De cette façon, son opinion et ses émotions n'ont pas d'importance, peu importe ce qu'il fait ou dit. Par exemple, les punitions peuvent consister à l'envoyer dans sa chambre pendant plusieurs heures, lui faire copier une phrase ou arrêter de lui parler. Ce type de sanction, en plus d'être toxique,



nuit grandement aux émotions de l'enfant.

Mettre des étiquettes, crier ou menacer

Mettre des étiquettes avec une connotation négative peut causer de graves problèmes émotionnels aux enfants qui les portent. Parfois, lorsque les parents veulent corriger un comportement, ils essaient, à travers l'étiquette, de faire comprendre son comportement à l'enfant en prononçant des mots, des phrases qui peuvent

dans les années à venir avoir des répercussions négatives dans la vie des enfants. Ce sont des étiquettes qui font beaucoup de dégâts. Et, ce qui est pire, c'est que les enfants y croient et que le comportement qui devait changer devient le principal problème. Ils arrêtent automatiquement d'écouter ce que leurs parents leur disent. Ainsi, l'adulte s'éloigne d'eux, même s'il est à côté d'eux. Ces attitudes déclenchent l'instinct de défense et, par conséquent, les enfants peuvent ressentir de la peur et de l'insécurité, ce qui affecte leur estime. Pour cette raison, il est nécessaire de ne pas étiqueter les enfants et de séparer la personne du comportement. Dans ces cas, il est préférable de parler du comportement pour trouver des solutions.

Si les parents sont le guide, l'exemple et la référence pour les enfants, ce sont eux qui doivent

apprendre à leurs enfants à bien se comporter grâce à une parentalité sereine, ayant pour base l'amour et le respect mutuel. Il faut savoir que les enfants apprennent vite à travers l'amour ; néanmoins, si l'environnement est hostile, ils se replient sur eux-mêmes et les conséquences sur leur développement affectif peuvent être très dangereuses.

*Jade Ida Kabat*

# Bourses d'études en ligne

## Bourses d'études de Google pour les étudiants africains

**Niveau :** doctorat.

**Date limite :** 11 mai 2023.

**Financement :** 30 000\$ durant trois ans.

**Groupe cible :** citoyens des pays d'Afrique.

**Organisation :** Google.

### AVANTAGES DES BOURSES DE GOOGLE

La bourse de Google comprend les avantages suivants : Une allocation annuelle de 30 000 USD pour couvrir les frais d'inscription, l'hébergement, les activités liées à la recherche et les frais de voyage. Elle est attribuée pour trois ans. Un mentor de recherche Google. Assister au sommet annuel des boursiers, où vous pouvez rencontrer et réseauter avec d'autres boursiers, des chercheurs de Google et des experts de l'industrie. Accès aux ressources et à l'expertise de Google pour vous aider à se préparer à votre future carrière dans le milieu universitaire ou l'industrie.

La bourse d'études de Google est non restrictive : le candidat peut la dépenser selon ses besoins. Les boursiers Google peuvent également effectuer un stage chez Google. Cependant, ceci n'est pas garanti.

Les fonds de la bourse seront versés directement à l'université du boursier. L'étudiant reçoit l'allocation sous forme de paiement régulier. Aucun frais général ne doit leur être imputé du montant original.

### CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ

Pour être admissible au programme de bourse de Google pour l'Afrique, vous devez être un étudiant de premier cycle, master, doctorant précoce (en début de thèse) ou un professionnel.

Si vous êtes un étudiant de premier cycle, master ou un professionnel :

Postuler et être accepté dans un programme de doctorat en informatique (ou dans un domaine adjacent) dans un établissement de votre choix (dans votre pays d'origine ou n'importe quel autre pays africain). Être inscrit à un programme de doctorat au moment de candidature n'est pas obligatoire. Néanmoins, si vous êtes sélectionné, le montant de la bourse ne vous sera versé que si vous prouvez votre inscription à un programme de doctorat. Rester inscrit à temps plein dans le programme de doctorat pendant toute la durée de la bourse. Pour le professionnel, être employé/affilié à une organisation enregistrée et en Afrique.

Si vous êtes déjà un doctorant :

Rester inscrit à temps plein dans le programme de doctorat durant toute la durée de la bourse. Être un doctorant précoce (dans votre première année de doctorat ou au début de vos recherches).

### DOMAINES DE RECHERCHE ÉLIGIBLES

Les domaines de recherche suivants sont éligibles pour les bourses de doctorat de Google pour l'Afrique :

Algorithmes, optimisations et marchés. Sciences neuronales et cognitives computationnelles. Recherche en santé. Interaction homme machine. Apprentissage automatique. Perception artificielle, technologie de la parole et vision par ordinateur. Informatique mobile. Traitement du langage naturel (y compris la recherche et l'extraction d'informations) Vie privée et sécurité. Langages de programmation et génie logiciel. Informatique quantique. Systèmes de recommandation. Données structurées et gestion des bases de données. Systèmes et réseaux.

### COMMENT POSTULER AUX BOURSES

### DE GOOGLE ?

Les étudiants peuvent postuler en ligne sur le lien suivant : <https://cseduapplication.withgoogle.com/applications/phdfellowshipafrica2023>.

La fenêtre de candidature au programme de bourses de doctorat de Google pour l'Afrique est ouverte jusqu'au 11 mai 2023. La notification des décisions sera faite en juillet 2023.

Durant votre candidature aux bourses de Google, vous aurez besoin des documents suivants dans un seul fichier PDF (en anglais uniquement) :

Votre CV avec des liens vers le site Web et les publications (si disponibles). Curriculum vitae court (une page) du directeur de votre programme de doctorat (pour les doctorants actuellement). Relevés de notes disponibles à partir de la première année / semestre de licence à ce jour. Proposition de recherche (maximum trois pages, hors références). Deux à trois lettres de recommandation de personnes familières avec le travail du candidat (au moins une du directeur de thèse pour les doctorants actuels). Un essai (limité à 350 mots) où vous répondez sur la question : quel impact le fait de recevoir cette bourse aurait-il sur votre éducation ? Décrivez toutes les circonstances affectant votre besoin d'une bourse et les objectifs éducatifs que cette bourse vous permettra d'accomplir.

Pour toutes questions à propos de la bourse d'études de Google, consultez cette FAQ, envoyez un e-mail à [research-africa@google.com](mailto:research-africa@google.com) ou visitez le site officiel de la bourse Google pour l'Afrique.

Postuler ici

*Par Concoursn*

## Sidaction 2023

## Cinq questions sur le VIH/sida

Trois jours de mobilisation les 24, 25 et 26 mars. Pour la trentième édition de l'événement, l'association Sidaction l'affirme : « On n'a jamais été aussi proche de jouir d'un avenir sans sida ». L'occasion de rappeler l'histoire de la maladie et du virus qui en est la cause, le VIH.

## Quand le VIH est-il apparu ?

L'origine du virus de l'immunodéficience humaine (VIH) a longtemps fait l'objet de théories complotistes : accident en laboratoire, création de la CIA, dissémination volontaire au sein de la population africaine... En réalité, on sait que l'« ancêtre » du virus est d'origine simienne et « a dû apparaître en Afrique dans les années 1920-1930 », indique l'Inserm. « L'humain a probablement été contaminé à plusieurs reprises depuis lors, via la consommation de viande de chimpanzé ou des morsures de ces animaux », fait-on savoir. La plus ancienne infection d'un humain, un marin britannique, a été datée a posteriori de 1959. C'est au tout début des années 1980 que le virus se répand, d'abord dans la communauté homosexuelle américaine.

## Comment se transmet-il ?

En 2020, quelques semaines ont suffi pour séquencer le génome du virus SARS-CoV-2, responsable du covid-19. Quatre décennies plus tôt, des mois de travail impliquant des équipes de chercheurs du monde entier ont été nécessaires pour découvrir la



cause de la maladie inexpliquée que l'on n'appelait pas encore sida, et qui provoquait des décès par milliers.

C'est donc en janvier 1983, deux ans après l'apparition des premiers cas, que les professeurs français de l'institut Pasteur Luc-Montagnier, Jean-Claude Chermann et Françoise Barre-Sinoussi découvrent que cette infection est causée par un virus, le virus de l'immunodéficience humaine, qu'ils parviennent à isoler. Peu à peu, les scientifiques établissent les différents modes de transmission du virus. « Par pénétration (anale ou vaginale) lors d'un rapport sexuel, par transfusion sanguine, par le partage d'aiguilles contaminées dans les établissements de soins et chez les toxicomanes, mais aussi de la mère à l'enfant au cours de la grossesse, de l'accouchement et de l'allai-

tement », résume l'ONUSIDA.

## C'est quoi le sida ?

Le syndrome de l'immunodéficience acquise (Sida) est donc le dernier stade de l'infection par le VIH. « Il correspond au développement d'une ou de plusieurs maladies opportunistes chez les personnes infectées », décrit l'Institut Pasteur. En l'absence de traitement, le sida apparaît huit à dix ans après la contamination. Il se caractérise par la survenue « de certains cancers et d'infections opportunistes comme la pneumocytose pulmonaire, la tuberculose, la toxoplasmose cérébrale, la candidose œsophagienne, la maladie de Kaposi et les lymphomes non hodgkiniens », indique l'Inserm.

## Comment s'en protéger ?

Le préservatif reste à ce jour le moyen le plus facile d'accès pour

se protéger du VIH (et des autres infections sexuellement transmissibles). En cas d'exposition au virus, il existe des outils de dépistage, de l'autotest disponible en pharmacie au test en laboratoire. Il y a une quinzaine d'années, la stratégie du TasP (Treatment as prevention, le traitement comme prévention) a fait son entrée dans l'arsenal des méthodes de réduction du risque de transmission : la personne séropositive suit un traitement qui permet de rendre la charge virale indétectable ; elle ne peut donc plus transmettre le virus.

Autre méthode, la prophylaxie pré-exposition (PrEP), « un médicament de prévention de l'infection par le VIH particulièrement efficace lorsque sa prescription est scrupuleusement respectée ». Elle réduit d'environ 99% le risque de contracter le VIH lors de rapports sexuels, précise l'Institut Pasteur, et d'au moins 74 % celui de le contracter lors d'injections de drogue.

## Peut-on en guérir ?

Depuis l'apparition du Sida, quelques rémissions ont fait la une de l'actualité, comme

celles des patients de Berlin, de Londres ou de Düsseldorf. Leurs rémissions durables, considérées comme des guérisons, ont été obtenues à la suite de greffes de cellules souches de moelle osseuse de donneurs porteurs d'une mutation génétique rare, conférant une résistance naturelle au VIH. Mais pour l'heure, aucun traitement reproductible à grande échelle n'a encore été inventé contre le virus. Côté prévention, un candidat vaccin formulé par l'Inserm-ANRS a récemment fait la preuve de « sa sécurité et de sa capacité à induire une réponse immunitaire » lors d'essais de phase 1. Des résultats qui restent à confirmer.

A noter : Pour connaître le programme du Sidaction 2023 et envoyer vos dons pour aider la recherche, rendez-vous sur le site 2023.sidaction.org. Selon les chiffres de Santé publique France, en 2021, environ 5 000 personnes vivant en France ont découvert leur séropositivité. Dans le monde, 38 millions de personnes vivent avec le virus. 40 millions sont mortes des suites des maladies liées au sida depuis les années 1980.

Destination santé

## Ados

## Comment réguler leur temps d'écran ?

Sédentarité, temps de sommeil, santé mentale... Sans pour autant les accuser de tous les maux, les écrans sont régulièrement blâmés pour leurs effets négatifs sur la vie des ados. Et, bien souvent, de leurs parents... Voici quelques suggestions pour remettre collectivement les écrans à leur juste place.

Il ne dispense pas uniquement des conseils pour nous aider à manger nos cinq fruits et légumes par jour et effectuer notre quota quotidien d'activité physique. Le Programme national nutrition santé, via son site Mangerbouger.fr, donne également des conseils pour réduire le temps d'écran des ados et aussi des parents.

**Comment ?** Avec un peu de volonté et beaucoup de bon sens. Commencez, par exemple, par activer les fonctionnalités présentes dans la plupart des smartphones, qui permettent d'indiquer le temps passé dessus chaque jour, de programmer une alerte au bout d'une certaine durée et de désactiver les notifications. C'est déjà un premier pas.

Bien sûr, si tous les membres de la famille jouent le jeu, c'est mieux. Et on peut corser l'exercice en y ajoutant quelques défis. Par exemple, récompenser le membre de la famille qui aura passé le moins de temps sur son téléphone durant toute une semaine, preuve à l'appui et petit cadeau à la clé.

On peut aussi « désigner tous ensemble (ou tirer au sort) un jour par semaine « sans écran » où tout le monde doit faire une activité sans écran en rentrant à la maison après l'école et le travail : faire de l'activité physique, cuisiner un plat maison, faire un jeu de société, lire, dessiner... », propose le site Mangerbouger.fr.

## Fixer des règles (et les respecter)

Il est également important de « sacrifier »

des temps sans écran « pendant les devoirs, les repas, avant de se coucher, pendant la nuit, pendant les discussions en famille... ». Mais également de fixer un temps limité par jour, les jours de temps libre. L'idéal est de fixer ces règles « au moment de l'achat du premier téléphone ». Et pourquoi pas de rédiger un contrat d'engagement que toute la famille signera.

Et ensuite, que faire de tout ce temps libre gagné sur le téléphone (les Français passent en moyenne deux heures par jour en ligne, quatre chez les 15-24 ans, selon une étude Médiamétrie publiée en février) ? Là encore, le site Mangerbouger.fr regorge d'idées toutes simples et faciles à mettre en œuvre.

Par exemple, discutez avec vos ados de leurs centres d'intérêt en ligne « et trouvez des alternatives proches de ce qu'ils aiment, mais sans écran ». Les amateurs de jeux en ligne seront ravis que vous leur fassiez découvrir des jeux de société « à l'ancienne », et ceux qui regardent des vidéos d'humoristes apprécieront certainement d'assister à de véritables spectacles sur scène, et pourquoi pas d'en faire une activité extra-scolaire ? Dernière option : proposez à vos ados d'inviter leurs amis chez vous, « en vrai ». Car s'ils passent autant de temps en ligne, c'est principalement sur les réseaux sociaux, « une manière pour eux de créer et garder du lien avec leurs amis ».

D.S.

## Fruits et légumes

## Faut-il sauver leurs peaux ?

Beaucoup de vitamines se trouvent dans la peau des fruits et des légumes. Mais lesquels peut-on manger ? Et pourquoi est-il important de bien laver les aliments avant de croquer dedans ou de les découper ?



Pomme, poire, courgette, pomme de terre... Nous avons pour habitude d'éplucher la plupart de nos fruits et légumes. Un réflexe qui dans certains cas peut diminuer la qualité nutritionnelle de ces produits. En effet, « la peau des fruits et légumes regorge de micronutriments (vitamines, minéraux, antioxydants...) », souligne l'Observatoire des aliments. « En moyenne, on estime que la peau concentre environ 25% des apports en vitamines, minéraux et antioxydants des fruits et légumes », indique-t-il. A titre d'exemple, « la peau des pommes contiendrait quatre à cinq fois plus de vitamine C que la chair », précise l'Observatoire.

Commencez par choisir les fruits et les légumes dont la peau est belle et bien comestible :

Fruits : baies, cerises, raisins, poires, pêches, prunes, pommes, abricots, aubergines, courgettes... Légumes : pommes de terre, patates douces, carottes, tomates...

« L'idéal serait d'essayer de les consommer tout en évitant le piège des pesticides ». Raison pour laquelle le rinçage de vos aliments à l'eau est incontournable, associé à la technique du « trempage dans une eau coupée de bicarbonate de soude », ajoute l'Observatoire des aliments. « Selon certains scientifiques, il faut mettre une bonne quantité de bicarbonate (trois cuillères pour un litre d'eau) et laisser tremper environ 15 minutes pour obtenir un effet réel ».

Autre point, privilégiez si possible les produits biologiques qui contiennent peu voire pas de pesticides. Même avec des fruits et légumes bio, « on ne se dispensera pas du lavage ou brossage-lavage des fruits et légumes pour cause de bactéries et autres contaminations ».

## Astuces compotes et soupes

Une fois cuits à l'eau bouillante et mixés sous forme de soupe ou de compote, vos fruits et légumes n'en seront que plus savoureux si vous gardez la peau. Cette préparation fait fondre la peau, la dissolution rend la texture onctueuse ou liquide. Et si vous n'avez rien contre la compote en morceaux, n'hésitez pas à arrêter le mixeur un peu avant la décomposition intégrale de vos fruits ! Seul souci, la cuisson peut altérer les qualités nutritionnelles de certains produits.

D.S.

## 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 Brentford; Arsenal bat Leeds; Chelsea bat Aston Villa et Manchester City bat Liverpool.

**En France:** Marseille bat Montpellier; Lille bat Lorient; Nice bat Angers et PSG bat Lyon.

**En Allemagne :** Borussia Monchengladbach bat Cologne ; Leipzig bat Mayence et Union Berlin bat Stuttgart.

**En Italie :** Juventus bat Hellas Verone ; Inter Milan bat Fiorentina et Lazio bat Monza 1912.

**En Espagne :** Athletic Bilbao bat Getafe ; Real Madrid bat Real Valladolid ; Atletico Madrid bat Real Bétis ; Barça bat Eiche.

#### Les bonnes côtes de la semaine

Barça bat Eiche ; Chelsea bat Aston Villa ; Leipzig bat Mayence; PSG bat Lyon ; Lazio bat Monza ; Marseille bat Montpellier.

#### Victoire ou match nul

Ces huit équipes vont gagner ou faire match nul : Barça, PSG, Marseille, Union Berlin, Atletico Madrid, Juventus, Chelsea, Brighton.

## A la découverte de ...

# Chamulia Okota, une expérimentée des coups de poing à 15 ans

**La boxeuse congolaise Chamulia Okota participe actuellement au championnat national de la boxe. Elle caresse le rêve de réaliser une grande carrière sportive.**

**A**nimée par le désir de comprendre les secrets de la force de frappe de son père, Chamulia avait décidé, dès son bas âge, de l'accompagner aux entraînements jusqu'à monter sur le ring. Inscrite dans la catégorie mi-mouches, elle se donne le défi de sauver l'image dans la pratique des sports de combat au Congo.

La jeune championne rêve grand et souhaite faire mieux que son père. Malgré son parcours encore dans la phase embryonnaire, Chamulia compte plusieurs récompenses et médailles départementales et nationales.

« Je suis toujours assez prête lors je me lance dans l'exécution d'un travail et d'une mission. Je m'entraîne régulièrement. Je caresse le rêve de devenir championne du monde. Nous sommes certes filles, mais nous avons le droit vivre pleinement notre vie. C'est très intéressant de pratiquer le sport. D'aucuns pensent que la boxe est violente mais, je m'inscris en faux car je ne vois pas du tout la brutalité dans la pratique de la boxe. Je demande aux

filles de se lancer dans la pratique de la boxe car elle n'est pas violente mais beaucoup plus instructive », a expliqué la jeune Chamulia.

A cheval entre l'école et les entraînements, au club Mabanga, Chamulia arrive à faire la part des choses entre sa scolarité et son sport préférée. D'ailleurs, elle est actuellement en classe de seconde.

A en croire ses amis boxeurs, cette fille pourra surprendre dans l'avenir. « Elle n'a pas peur mais elle est très respectueuse. Même à l'école, elle fait partie des meilleurs et parfois nous comptons sur elle lorsqu'il s'agit de certaines matières. C'est la même réalité à la boxe où elle fait parfois plus que certains garçons. Au début, elle pleurait mais actuellement, nous comptons sur sa capacité à défendre la nation », a lancé l'un de ses collègues du club.

Faisant partie des très rares filles qui pratiquent régulièrement la boxe, cette fille mérite un suivi et un accompagnement nécessaire afin de faciliter son expansion professionnelle.

**Rude Ngoma**



## Plaisirs de la table

# Le « nadjébe », l'ail traditionnel chez les Bakouélé

Cette semaine, nous partons pour la découverte des petits trésors dont regorgent nos forêts où poussent de multiples plantes aux formes parfois étonnantes mais toujours intéressantes de par la richesse qu'elles réservent en cuisine.

Le « nadjébe » ne pousse pas par terre mais sur un arbre buissonnant. Il porte des rameaux dépourvus d'épines comme le piment. De cette plante sauvage encore bien inconnue du Congolais lambda sont également consommées les racines dont l'odeur forte rappelle bien celle de l'ail ordinaire. C'est un légume épiphyte car il pousse sur une autre plante.

Ecrasé le plus souvent sur une pierre spéciale, cet ail est marron à la présentation ; il est à peine plus grand qu'une bille de garçons. D'ailleurs, sa forme ronde cabossée est à la fois proche des cerises locales ou des célèbres « ntsui-téké ». Notre condiment est, en effet, protégé par une coque.

Les consommateurs du « nadjébe » n'hésitent pas à en agrémenter tous les plats de poisson ou de viande autant que l'on ferait avec de l'ail commun. Mais si la plante n'attend que d'être connue et mieux commercialisée, les ménagères se rappelleront qu'à côté du

condiment de cette semaine, l'ail « batéké » est aussi vendu dans les grands marchés. Néanmoins, il n'a rien à avoir avec celui des Bakouélé, on le confondrait à l'ail usuel, celui reconnu internationalement, s'il n'y avait pas cette différence qu'il est plus petit et se caractérise aussi par sa coloration plutôt rosâtre.

Pour en revenir à la petite merveille à l'honneur, elle est utilisée comme condiment mais aussi comme ingrédient principal dans la fabrication du café indigène, appelé localement le « sokosso ». La préparation de cette boisson énergivore chaude suggère qu'on peut lui associer aussi les petites aubergines vertes traditionnelles, qui sont également bien écrasées à leur tour.

L'ail traditionnel est menacé par son succès car il n'est pas seulement consommé en cuisine. Il jouit d'une solide réputation en pharmacopée parce qu'il possède des vertus médicinales. On a découvert, en effet, qu'il est un ex-

cellent remède naturel contre le paludisme, la fièvre typhoïde, c'est également un bon allié contre le mauvais cholestérol. La liste de ses bienfaits n'est pas exhaustive puisque le condiment serait également efficace contre les maux de gorge.

De manière générale, l'ail aiderait, en outre, à maintenir une bonne santé cardio-vasculaire, respiratoire et régulerait le bon fonctionnement du foie. D'autres variétés comme l'ail noir contiendraient un taux plus élevé de propriétés pour lutter contre certaines pathologies selon les spécialistes en santé.

Dans la description de cet ingrédient, il faudrait retenir que si sa forme ne laisse pas transparaître que ce n'est pas de l'ail, l'odeur qu'elle dégage fait bien comprendre que l'espèce appartient à la classification de l'allium sativum.

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

**Samuelle Alba**



## RECETTE

### Steaks à l'ail

#### INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

Quatre steaks de bœuf coupés assez fin  
Quatre gousses d'ail  
Deux cuillères à soupe de vinaigre blanc  
Une cuillère à soupe de farine  
Douze cuillères d'huile végétale (ou d'olive)  
Sel, poivre

#### PRÉPARATION

Commencer par bien saler vos morceaux de viande. Laisser reposer pendant une heure avec l'ail finement haché et le vinaigre.

Puis, dans une poêle, faire griller vos morceaux de steaks.

Après la marinade, mettre vos morceaux de viande à frire dans une poêle, tout en prenant le soin de bien revenir sur les côtés.

Servir chaud avec du riz blanc ou encore des pommes de terre sautées.

Bonne dégustation !

S.A.



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

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

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

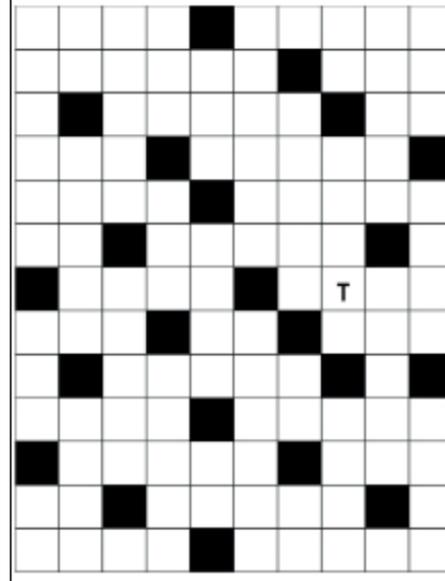
• SOLUTION DE LA GRILLE N°689 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°698 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°146



2 LETTRES

DO - DU - ET - FA - LU - MA - NU -

3 LETTRES

ADO - ANE - BUT - CGT - EAU - LES

- OST - RAI - RIA - UNI

4 LETTRES

ARIA - AVEU - CLUB - COTE - ETAT -

ETRE - HIER - OSSU - OVNI - VAMP

5 LETTRES

AVALS - ENFER - GATER - GESTE -

GITAN - IMPOT - ITEMS - MIAOU -

OSANT - OUEST - RACLE - RAILS -

REINS - RUERA - SEULE - SIEGE -

SUENT - UNITE

6 LETTRES

AORTES - CLOCHE - GEMIRA -

LUNULE

PROFITEUR PLUTÔT DOUCE	TUEURS D'ABÊLLES PALIER	PRENDRE LEUR REPAIS DETENTION ILLEGALE	ETAT AMERICAIN STATION SPATIALE RUSSE	ACCROCHE AUBIER	VILLE DES ETATS-UNIS L'IRLANDE DU POËTE
CAPITAL DE L'ARDONNAIS PETER MAC				PERROQUET	
PIRE NAVIRE LONGUES PERIODES			HERNORI EN CHIFFRE BEN PORTANT	REPAIS A TERRE STOFFE DES PAYS PROXES	
ENVIRON NEUF MOIS	NEPHEU	AUTREFOIS DIFFICILES		RECHERCHE VA DE PAIR AVEC LES PLUMES	MEMORISEA
APPAREIL LANCE- PIERRE		ETAT NATUREL VASTE		IL A TRAVÉ CIBELLO	ADVERBE
TERRIS GRASSE	CLONAGE VEGETAL TRAINARD		FOSSÉ D'ECOS- LEMMENT		PIÈCE AUX CONGRES
SURPLUS	SEX A ROME	SOUS LE MICO NANO- SECONDE	OR AU LABO	FORME D'AVOR RAD BOURSIER	
STOFFE				PURLE	
				NIL AU CINEMA	

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

- |           |            |         |
|-----------|------------|---------|
| AMBASSADE | CUISSE     | PELOUSE |
| AMBIANCE  | DECENNIE   | PERGOLA |
| APLOMB    | DOCILE     | PITRE   |
| AUGUSTE   | ECOLIER    | POGROM  |
| BEOTIEN   | GEISHA     | POURPRE |
| BONHEUR   | HANCHE     | PROFANE |
| BRASERO   | HOCHET     | RENEGAT |
| CACAOYER  | HOCKEY     | ROMANCE |
| CALIBRE   | INDIGENE   | SOLEIL  |
| CAVALIER  | JOKER      | SUPERBE |
| CELLULE   | MERCENAIRE | TORRENT |
| COCON     | ORIGAN     | TRACT   |
| CONIFERE  | PARFUM     | VIDEO   |
| COULOIR   | PELERIN    |         |

• SUDOKU • GRILLE N°690 • FACILE •

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

SUDOKU • GRILLE N°699 • DIFFICILE

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

# A cœur ouvert

## « Belle et rebelle »

**Le dernier jour du mois de mars ne signifiera certainement pas la fin de la mise en lumière des maux féminins. Pour le conclure en beauté, beauté sera le fil rouge de cette chronique. Beauté pas une fois, mais deux fois. Belle et re...Belle.**

Que dira-t-on encore de la femme ? Après avoir reconnu tout le bien qu'elle nous fait, tous les drames qu'elle nous cause et tous les maux qui lui tombent dessus, nous ne pouvons que reconnaître en ce jour du 31 mars que la vie serait bien ennuyeuse sans elle.

Triste et ennuyeuse. Fade. Sans beauté. On s'en crèverait sans doute le cœur et on chevaucherait les ailes d'un aigle invisible pour aller la chercher dans les cieux, contempler sa beauté...

Créature merveilleuse dont le corps à lui seul suffit à provoquer des guerres, des tremblements de terre..., et dont le cœur, l'amour, suffirait à panser tous les maux de la Terre. Enfin presque, si seulement elle n'avait pas un caractère étrange et des émotions ingérables! Incompréhensibles d'ailleurs.

Il faudrait qu'on nous dise pourquoi ces dames se révoltent? Et contre qui elles se rebellent ? Une femme rebelle n'est sans doute pas belle. Elle n'attire point, elle repousse comme une poubelle. Elle ne donne même pas envie de

l'approcher.

Alors, dites à ces dames de laisser tomber leurs armes. Dites-leur que les hommes ne leur feront pas la guerre. Enfin, plus jamais ! Ils les aimeront tous les jours que Dieu fera et se souviendront de leur besoin primitif de ne pas être seuls.

Dites à ces dames qu'à l'intérieur comme à l'extérieur, pour ce que l'œil voit et ne voit pas, elles sont belles. Pas une fois seulement, non ; elles sont belles et re-belles !

*Princilia Pérès*

### HOROSCOPE



#### Bélier

(21 mars - 20 avril)

Vous êtes poussé par une série d'éléments stimulants qui vous poussent à vous réinventer. De superbes perspectives s'offrent à vous, vous serez enthousiaste à l'idée de faire partie de grandes aventures.



#### Lion

(23 juillet-23 août)

Vos efforts de tous les jours vous rendent la vie bien plus simple et agréables, particulièrement dans vos cercles amicaux. Vous savez revendiquer vos droits et vos envies et atteignez ainsi vos objectifs plus vite.



#### Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

Attention à ne pas trop vous précipiter ! Vous avez du mal à filtrer vos paroles et laissez transparaître vos intentions, vous pourriez brusquer certaines personnes. Vous saurez toutefois trouver votre équilibre et pourrez vous démarquer.



#### Taureau

(21 avril-21 mai)

Vous êtes plein de fantaisie et de créativité. Vous vous sentez stimulé par les éléments et les personnes qui vous entourent, cela vous donne de nouvelles idées pour vos projets en cours de réalisation.



#### Vierge

(24 août-23 septembre)

Vos conversations avec des proches nourrissent vos réflexions personnelles et vous poussent à affirmer davantage vos idées et positions. Vous vous sentez plus solide et votre confiance se renforce. Votre vie amoureuse n'en sera que plus heureuse..



#### Verseau

(21 janvier-18 février)

L'agitation qui se joue autour de vous ne sera que plus stimulante et vous poussera à passer à l'action. Cette énergie changera considérablement certains aspects de votre vie, place à la nouveauté !



#### Gémeaux

(22 mai-21 juin)

Vous êtes tenté de faire de nouvelles rencontres et de vous laisser charmer, particulièrement si vous êtes célibataire. Les choses vont vite, vous pourriez avoir de bien belles surprises.



#### Balance

(23 septembre-22 octobre)

Vous aurez tendance à jalouser les personnes qui vous entourent. Pourtant vous n'aurez rien à leur envier ! Prenez du recul sur certaines situations si vous ne voulez pas perdre confiance en vous.



#### Poisson

(19 février-20 mars)

Vous êtes prêt à partir à l'aventure ! Vous avez besoin dans votre vie de changement et de renouveau, cela tombe bien car vous serez impliqué dans de beaux projets mené par des personnes de confiance.



#### Cancer

(22 juin-22 juillet)

L'incertitude pourrait brouiller vos démarches professionnelles et dans votre vie sentimentale : attention aux conséquences que cela pourrait avoir. Il vous est fortement recommandé d'user d'audace en cas de doute, affirmer votre position et la défendre.



#### Scorpion

(23 octobre-21 novembre)

Vos idées prennent vie et vos projets se concrétisent. Cette semaine, c'est le moment de passer à l'action. Vous aurez de belles occasions devant vous et serez en mesure de les saisir. Foncez et profitez de votre position pour vous impliquer là où vous pouvez.



#### Sagittaire

(22 novembre-20 décembre)

Vous balayez les rumeurs et ne vous concentrez que sur du concret. Vous reprenez confiance en vous et votre intuition vous portera plus loin et plus haut. De belles réussites vous attendent.



PHARMACIES  
DE GARDE

**DIMANCHE  
2 AVRIL 2023**

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

#### **TALANGAÏ**

Mikalou  
Mpila  
Père Jacques

#### **MFILOU**

Teven

#### **DJIRI**

La Florale  
Bass