



LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

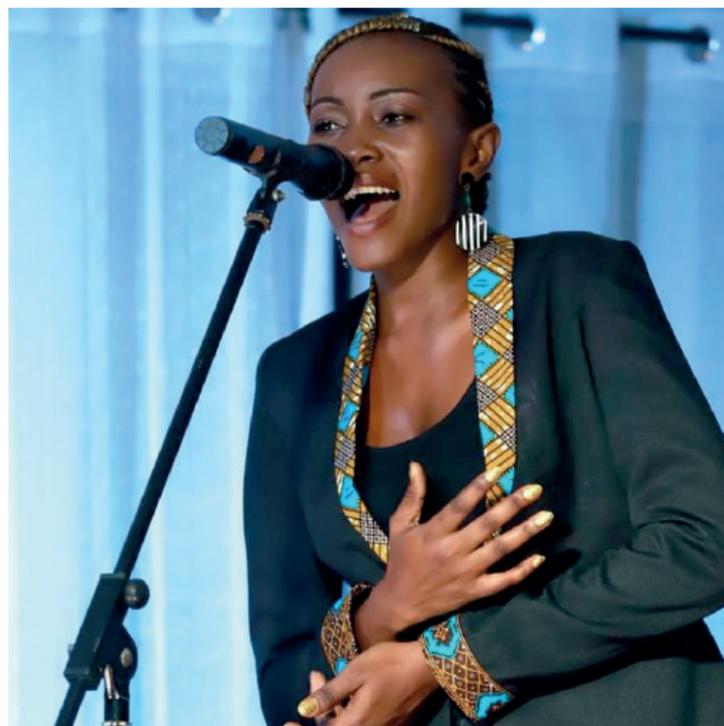
N° 216 - VENDREDI 7 AU JEUDI 13 AVRIL 2023

CONCERT CARITATIF

Zina Hope prête sa voix aux orphelins de l'Amaco

Ambassadrice de l'Association maison du cœur-Amis du Congo (Amaco), Zina Hope a pris l'initiative d'organiser un concert caritatif en faveur des orphelins de l'association. La scène qu'elle partagera avec le chanteur français, Chris, est prévu le 22 avril au Jaipur restaurant Sea Lounge, à Pointe-Noire. Les revenus du concert viendront soutenir les orphelins de la Maison « Nzo Mukolo » de Kingoué, dans le département de la Bouenza.

PAGE 5



MODE

L'upcycling, ou réutiliser des vieux vêtements

Dans le cadre de la deuxième édition de la semaine de la mode qui se tient du 4 au 8 avril à Brazzaville, l'Institut français du Congo a organisé une rencontre entre deux acteurs de l'upcycling (une pratique qui consiste à

réutiliser des articles en fin de vie) : le collectif Thrifty du Congo et la Casa 93 de la France qui ont échangé sur le thème « L'upcycling, une pratique vertueuse de l'éco conception ».

PAGE 8

ART ET ENVIRONNEMENT

Un appel d'offres au profit des artistes congolais



Les artistes congolais, toutes disciplines confondues, peuvent postuler au programme « Réponses culturelles et artistiques aux changements environnementaux », dont l'appel à candidatures se terminera le 30 avril. Le programme d'un an vise à accélérer les pratiques culturelles communautaires engagées à l'intersection des arts et de l'environnement, à lancer un réseau international de créatifs et à en favoriser le leadership.

PAGE 7

INTERVIEW

Zed Lebon : « L'image c'est le reflet du moi intérieur »



Consultant en photographie à l'Unicef Congo, directeur du festival Kokutan'Art (Rencontres internationales de la photographie d'auteur de Brazzaville) et promoteur de la plateforme Mbongui art photo, Ziaoula Lebon Chansard dit Zed Lebon

se démarque dans son travail photographique par un véritable voyage vers l'inconnu. Il partage, dans l'entretien qu'il nous a accordé, les secrets du mystère de l'image dans la carrière de l'artiste.

PAGE 3

SOCIÉTÉ

Prix RFI théâtre 2023 : l'appel à écriture ouvert

PAGE 4



Éditorial

Mode

Et si l'on parlait de l'économie de la mode qui pourrait offrir au continent africain un gain essentiel de prospérité ! Les analyses et les chiffres à ce sujet existent. Même les discours les plus solennels, comme ceux des chefs d'Etat de l'Union africaine, en 2019, sur l'initiative panafricaine en faveur de la mode, qui témoignent de la volonté de l'Afrique à aller vers une industrie plus concertée. Pourtant l'attente se fait longue chez ceux qui vivent de cet univers assez complexe.

Les mêmes attentes ont fait écho à Brazzaville, cette semaine, lors d'une conférence sur la richesse de l'économie de la mode, animée par des stylistes bien connus. Si nous revenons sur le sujet, c'est parce qu'il est clair que développée dans son ensemble, depuis la production de matières premières jusqu'aux textiles et aux accessoires, la mode pourrait bien être un axe majeur de diversification de l'économie du continent.

Dépassé les feux des podiums et les fashions week, lesquels offrent une bonne visibilité au génie des acteurs, il est plus que nécessaire d'aller vers des feuilles de route concrètes sur le soutien à la mode. A l'immédiat, c'est, sans doute, de mettre ensemble les acteurs de la chaîne de valeur. Penser ensuite à la formation, à la certification des intrants et des produits, à la qualité et traçabilité, aux investissements en infrastructures, sans oublier le point saillant de la protection des savoir-faire traditionnels. Et ce n'est pas tout !

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 2 572 »

C'est le nombre de milliards de F CFA à investir dans les micro-projets, selon la Commission nationale des investissements.

PROVERBE AFRICAIN

« C'est en eau agitée qu'on reconnaît la qualité du bois du bateau ».

LE MOT

« ÉCHAUGUETTE »

□ *De l'ancien français escargaite, échaugnette signifie au sens premier « troupe faisant le guet ». C'est une guérite en pierre sur une muraille servant à surveiller. Des châteaux forts, des bastions et églises en sont équipés.*

IDENTITÉ

« MARIEN »

Controversé de par son origine (égyptienne, latine ou hébraïque), Marien est un prénom qui évoque l'enthousiasme. Au caractère, Marien est réputé virtuose de la contradiction interne et farouchement décidé à ne pas se laisser dominer, ni par les hommes ni par quoi que ce soit. On célèbre Marien le 30 avril en mémoire d'un martyr de Cirta, aujourd'hui Constantine, en Algérie, exécuté en 259.

LA PHRASE DU WEEK-END

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

- Maya Angelou -



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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

Grand-reporter :

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

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

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

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

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

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

Rédaction en chef délégué : Quentin Loubou
Durlly 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 Ndongidi, 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 Olebi, Siméon Ntsayouolo, Jean Bruno Ndokagna

INFORMATIQUE ET NOUVEAUX MEDIAS

Direction : Emmanuel Mbengué

Assistante : Dina Dorcas Tsoumou

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

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

Chef de service : Émilie Moundako Éyala

Eustel Chrispain Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphanie Mozali

Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

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

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepechesdebrazzaville.com

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

Président : Jean-Paul Pigasse

Directrice générale : Bénédicte de Capèle

Secrétaire général : Ange Pongault

Interview

Zed Lebon : « L'image c'est le reflet du moi intérieur »

Consultant en photographie chez Unicef Congo, directeur du festival Kokutan'Art (Rencontres internationales de la photographie d'auteur de Brazzaville) et promoteur de la plateforme Mbongui art photo, Ziavoula Lebon Chansard dit Zed Lebon est un artiste visuel dont la signature photographique est un voyage vers l'inconnu. Il nous partage dans cet entretien les secrets du mystère de l'image dans la carrière de l'artiste.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.): Pourquoi faut-il s'intéresser à l'image sinon à son impact dans la carrière de l'artiste ?

Z.L.: L'image est liée à la personnalité de l'artiste, son style et son identité artistiques. Les artistes qui ont une personnalité forte et authentique qui reflète leur art peuvent être plus attractifs pour les fans et les professionnels. De même, un style unique et reconnaissable peut aider à se distinguer des autres artistes et à établir une identité artistique forte.

L.D.B.C.: Pensez-vous que le rôle de l'image n'est plus simplement d'informer le consommateur mais de l'immerger dans une expérience ?

Z.L.: L'image peut être utilisée pour créer des visuels percutants pour les pochettes d'albums, les affiches de concerts, les flyers de promotion et les supports de communication en général. Elles peuvent également être utilisées pour créer une présence visuelle cohérente sur les réseaux sociaux, les sites web et les autres canaux



de communication

L.D.B.C.: Comment créer son image et son identité artistique pour ne plus stagner à l'avenir ?

Z.L.: Créer son image et son identité artistique est un processus qui peut prendre du temps, mais qui est crucial pour ne pas stagner dans sa carrière. Il est important de développer un style unique, un message clair, une présence en ligne cohérente; de participer

à des événements artistiques et de se faire accompagner par des professionnels.

L.D.B.C.: L'artiste n'est plus que jamais confronté aux conditions du marché mondialisé et actuellement numérisé. Comment crédibilisez-vous vos produits et services, partant de la création jusqu'à la valorisation ?

Z.L.: Avec l'avènement des médias sociaux, l'artiste doit développer

un style unique, une présence en ligne cohérente afin de se démarquer dans un marché de l'art de plus en plus compétitif.

L.D.B.C.: Comment alignez-vous votre personnalité avec la culture artistique, les partenaires, les clients et votre environnement ?

Z.L.: Il est important de comprendre la culture artistique dans laquelle vous travaillez, ses normes et ses valeurs afin de vous y insérer plus facilement. Assurez-vous de vous renseigner sur les tendances actuelles, les événements importants, les acteurs clés et les communautés artistiques. Il est également important d'adapter votre communication en fonction de votre environnement et de vos interlocuteurs. Par exemple, si vous travaillez avec des clients ou des partenaires issus de cultures différentes, vous devrez peut-être adapter votre langage et votre comportement pour mieux vous intégrer à leur culture.

L.D.B.C.: Un artiste photographe doit-il bénéficier d'un coaching vestimentaire ?

Z.L.: Le style vestimentaire est lié à la personnalité de l'artiste et aux valeurs qu'il défend. Un style vestimentaire unique peut aider à se distinguer des autres artistes. Avec ou son coaching d'un coach vestimentaire, l'artiste doit être créatif.

L.D.B.C.: Vous êtes-vous déjà confronté à une situation de droit à l'image ?

Z.L.: Non. En photographiant, je demande souvent l'avis de la personne photographiée. Au pire des cas, l'intéressé signe un contrat de cession de droit. C'est très important, cela vous épargne des conflits liés au droit à l'image

L.D.B.C.: Un dernier mot ?

Z.L.: J'invite les artistes à prendre massivement part à la rencontre professionnelle autour du thème «L'impact de l'image dans la carrière de l'artiste» que nous allons approfondir ensemble. Cette rencontre est organisée à l'occasion de la deuxième édition de Slamouv, festival international de poésie urbaine qui va se tenir du 20 au 22 avril, à Brazzaville.

Propos recueillis par Divine Ongagna

Art

Claude Pandzou, deux pieds pour danser, deux mains pour jouer

Claude Pandzou, chorégraphe, danseur et guitariste, a plus d'une corde à son arc et à sa guitare. C'est un fan de danse afro-contemporaine et de Jimmy Hendrix. Portrait d'un diamant brut et poli dans une vie partagée entre Pointe-Noire et Luanda.

Une démarche gracile qui balance ses dreadlocks dans l'air du temps, Claude Pandzou a l'âme d'un artiste, il en a surtout le talent pur. Danseur, chorégraphe sous les projecteurs et guitariste dans l'ombre. Une ombre qu'il s'apprête à balayer de quelques riffs sur le manche de sa guitare électrique ! Né un 14 février, tout ce que le jeune homme touche n'est forcément qu'amour ! Les amoureux de la danse hip hop et contemporaine se souviennent probablement qu'il fut, il y a plus d'une dizaine d'années, le chorégraphe de Number One, l'une des meilleures, sinon la meilleure, troupe de danse à Pointe-Noire. Cette notoriété alors qu'il n'a pas encore 20 ans le propulsera sur les scènes de Booba, Sidiki Diabaté, Kiff No Beat, Widkizz... A la clé des récompenses : comme celles d'Airtel Dance Crew ou encore du Krump.

Et pourtant, rien ne semblait gagné sur la ligne de départ !



Claude Panzou /DR

Claude est le dernier né de la famille. Avant lui trois sœurs: Astrid, Blanche et Claudia, aujourd'hui éparpillées sur le globe entre Angola, République démocratique du Congo et France. Et d'entendre au loin le père soupirer : « Enfin un garçon ». Si le paternel est artiste peintre à ses heures perdues, peut-être ne voit-il pas d'un bon

œil la danse que l'inconscient collectif prête plutôt aux jeunes filles et qui n'a rien d'un métier. Malgré tout, épris de liberté, Claude abandonnera ses études d'informaticien en seconde année à l'université pour se donner pleinement à sa passion qui n'est autre que la danse et rien que la danse. Rien que la danse ? Pas tout à fait...

Car au quartier Roy de Pointe-Noire, sa sœur Claudia aime à faire courir ses doigts sur le manche d'une guitare. « Moi, j'avais 22 ans, un âge tardif pour apprendre la guitare, d'autant plus que j'étais focus sur Number One. Mais, à voir jouer Claudia, j'avais l'envie d'essayer. Ma sœur m'a donc donné des cours mais une fois que j'ai su les principaux accords, j'ai posé la guitare. Les accords diminués, les mineurs, les septièmes, tout ça me saoulait un peu », dit Claude en souriant.

Entre Pointe-Noire et Luanda, où se mélangent ses racines, le guitariste en herbe se performera plus tard en autodidacte sur Internet jusqu'à tomber sur les performances de Jimmy Hendrix. Coup de foudre ! Claude endiable alors une guitare électrique achetée dans une boutique du Grand marché, près de la galerie Moka, et devient féru de riffs ravageurs. That's

rock and roll ! Fin mai 2023, la chance et le téléphone sonnent. Zina Hope cherche un guitariste à l'esprit rock pour le concert qu'elle donne avec Chris, le 22 avril à Pointe-Noire. Alors que Claude n'a jamais joué en groupe, le coup d'essai est un coup de maître ! De la gentillesse, de l'humilité, de la ponctualité et du talent : un amateur devenu pro en l'espace d'une seule première répétition. Zina et Chris ainsi que le back band, tous sont sous le charme !

Pour autant, Claude Pandzou n'en oublie pas son métier de chorégraphe et danseur à l'image de sa récente création du spectacle de danse Kuluka, avec Brice Mbemba, donnée à l'Institut français du Congo Pointe-Noire. Créateur de sa propre compagnie de danse afro-contemporaine « Soleil d'Afrique », Claude prouve ainsi qu'il a plus d'une corde à son arc et à sa guitare !

Philippe Edouard

Prix RFI théâtre 2023

L'appel à écriture ouvert

Rendez-vous annuel pour les auteurs de théâtre, l'appel à écriture pour la 10e édition du prix RFI théâtre est lancé. Les candidats ont jusqu'au 23 avril pour inventer, affiner, peaufiner, ajuster leur texte et envoyer avant la date limite.

Pour participer au challenge, les auteurs et autrices doivent avoir entre 18 et 46 ans et envoyer un texte en français comportant un minimum de 15 pages. Le prix est ouvert exclusivement aux auteurs et autrices nés et vivant en Afrique, dans les Caraïbes, dans l'océan Indien ou encore au Proche-Orient.

Pour prendre en compte les situations politiques locales, l'appel à écriture est aussi ouvert aux ressortissants des pays des zones précitées, vivant en France depuis moins de quatre ans et titulaires d'une carte de résidence ou d'un statut de réfugié politique. Ce prix a pour objectif de promouvoir la richesse des écritures dramatiques contemporaines francophones du Sud et de favoriser le développement de carrière de jeunes écrivains en français.

Ce prix permettra au lauréat d'être en-

tendu sur les ondes de RFI dans le cadre du cycle de lecture de "Ça va, ça va le monde" enregistré au festival d'Avignon. RFI et ses partenaires offriront aux lauréats un soutien professionnel et une résidence à la villa Saint Luis Ndar, au Sénégal, une résidence de création scénique sur le texte lauréat au Centre dramatique national de Normandie - Rouen, une dotation financière attribuée par SACD ; l'organisation et le financement par l'Institut français d'une résidence d'écriture à la maison des auteurs de Limoges et à Paris avec théâtre ouvert.

Le nom du nouveau lauréat sera connu en septembre prochain lors du festival des zébrures d'automne, à Limoges. Pour plus de précisions les candidats, sont appelés à consulter le site prixtheatre@rfi.fr

Cissé Dimi



Africa Fashion Up

Appel à candidatures ouvert aux créateurs africains

Les jeunes créateurs, stylistes et designers africains ont jusqu'au 15 avril pour soumettre leurs candidatures à la troisième édition consécutive d'Africa Fashion Up. Les sélectionnés présenteront leurs créations de marques africaines lors du grand défilé qui sera organisé le 7 juillet, au musée du Quai Branly Jacques-Chirac, à Paris, en France.



Les mannequins d'Africa Fashion/DR

Organisé par l'association Share Africa, l'événement permettra aux artistes africains de montrer qu'ils sont aussi capables d'éblouir le monde... Longtemps méconnue du grand public, la mode africaine est de plus en plus dynamique et son rayonnement croissant se reflète à travers l'émergence et le positionnement de plusieurs maisons africaines à l'échelle internationale, ainsi qu'à travers la reprise de ses codes par des marques et des créateurs de par le monde.

Le défilé Africa Fashion Up est une opportunité unique pour les lauréats qui seront sélectionnés de démontrer leur savoir-faire tout en mettant à l'honneur la mode africaine contemporaine, car ils représentent, en effet, un vivier de talents et de créativité.

Les lauréats de cette édition bénéficieront d'un accompagnement complet, allant de la formation au mentorat dispensé par Balenciaga durant plusieurs jours, à Paris. Ils seront invités à découvrir de grandes maisons de luxe telles que Sisley et les Galeries Lafayette. Le créateur dont le profil aura remporté l'adhésion du jury recevra le prix "Designer Africa Fashion Up 2023".

Pour plus de détails, les candidats intéressés peuvent consulter le site internet WWW.Africafashionup.com.

C.D.

JNDA 2023

Une édition placée sous le signe du dynamisme africain

Sur le thème « Ensemble célébrons le dynamisme de l'Afrique », la 10e édition des Journées nationales de l'Afrique et de ses diasporas (JNDA) qui se tiendra du 15 au 17 juin à Bordeaux, en France, réunira plus de mille acteurs, cadres de la diaspora africaine, entrepreneurs, décideurs, politiques, hautes personnalités travaillant avec l'Afrique. Ouverte à tous, elle sera organisée par le club des bâtisseurs et l'Agence Bloom.



La 10e édition des JNDA se déroulera durant trois jours au cours desquels se tiendront des conférences-débats, des échanges, des animations, des workshops et des expositions dans différents lieux emblématiques de Bordeaux. Elle s'articulera autour des thématiques majeures, à savoir économie et finances, agri business, énergie et ressource, santé et protection sociale, sport, gouvernance et diplomatie afin de créer des synergies pour construire des partenariats, valoriser la pensée africaine et promouvoir les dimensions artistiques et culturelles à travers une véritable fête populaire partagée avec les habitants de la ville de Bordeaux.

Les JNDA sont véritablement le projet d'une Afrique et de sa diaspora, à la recherche de toutes les énergies susceptibles de l'accompagner sur les chemins de son développement économique, de sa renaissance culturelle et du progrès social de sa population. La finalité est que le continent soit une terre d'opportunités et d'espérance, notamment pour la jeunesse africaine et ses diasporas.

En d'autres termes, les JNDA ont pour ambition de devenir à la fois le rendez-vous business incontournable pour tous ceux qui souhaitent saisir toutes les opportunités de partenariat qu'offre le continent africain, mais aussi de consolider un événement grand public de dimension européenne et panafricaine.

Le but étant de développer et de mettre en lumière les initiatives économiques, sociales, politiques, culturelles et artistiques des diasporas africaines à travers la France et l'Europe et le tissu économique bordelais, en connexion avec les différents acteurs publics et privés en Afrique.

C.D.

Concert caritatif

Zina Hope prête sa voix aux orphelins de l'Amaco

Chanteuse de rock au cœur joyeux, Zina Hope, au style artistique unique et particulier dans le paysage congolais, prête sa voix à une œuvre de cœur : un concert caritatif qui aura lieu le 22 avril au Jaipur restaurant Sea Lounge, à Pointe-Noire, en faveur de orphelins de la Maison « Nzo Mukolo » de Kingoué, dans le département de la Bouenza.

La palette de couleurs qu'offre la musique congolaise nous garde les deux pieds dans une magnifique africanité au travers des rythmes bantous modernisés, de la rumba et de ses voyages métissés.

En dehors du rap, style largement répandu avec l'occidentalisation et son alliée la télévision, il est encore rare de trouver à Brazzaville des rythmes qui viennent d'ailleurs.

Si la musique ne connaît pas de frontières, Zina Hope, fille de parents musiciens qui ont fait les beaux jours de « Chez Faignond » se fait chair de cette observation : elle a choisi le rock comme outil d'expression.

Coachée par son manager qui lui prête aussi sa plume, Zina s'évade et concrétise l'aspiration de rythmes fluides et légers.

Loin du hard rock, sa musique reste fluide, estivale et légère ; presque rosée. C'est un chemin de roses qui se dresse sous les pieds de Zina, le sourire toujours au rendez-vous, une gaieté de cœur presque enfantine qui émet de belles ondes autour d'elle.

C'est cette facilité sociale sans doute, liée à sa sensibilité d'artiste qui l'a emmenée au cours de ses échappées de faire la rencontre de l'abbé British, administrateur de l'Amaco – l'Association maison du cœur – Amis du Congo ; une organisation non gouvernementale italo-congolaise installée dans le département de la Bouenza qui vient en aide aux enfants en situation de vulnérabilité.

Sur un site de huit hectares, les enfants ont trouvé une deuxième maison : « Nzo Mukolo » ou maison du cœur en langue téké, un orphelinat qui accueille une vingtaine d'enfants qui peuvent aussi s'initier à différents métiers, s'intéresser aux métiers de la Terre grâce à l'exploitation agricole, sans parler de l'auberge et de l'office touristique qui leur offrent

l'occasion de penser le monde autrement.

Admirative du travail abattu par cette association et nouant des liens de cœur avec les enfants, mais aussi avec l'abbé British avec qui une véritable amitié va naître, Zina Hope s'est ainsi vu proposer la mission de devenir le visage, mais aussi et surtout la voix de la Maison « Nzo Mukolo » au travers de sa musique, de son art.

Ambassadrice de l'Amaco et faisant partie des voix féminines du Congo, Zina a pris l'initiative d'organiser un concert caritatif en faveur des orphelins de l'association. Devenant maillon de connexion entre son public et ces enfants, elle collecte fonds et vivres pour le bon fonctionnement de la maison et offre un spectacle digne de son nom.

Dans le même esprit de sociabilité, de partage et de convivialité, elle partagera, le 22 avril, la scène avec Chris, le Mundélé qui fait des reprises avec son groupe Koyemba, juste pour le plaisir.

Si l'on s'en tient à la qualité du clip et de la production du clip « Nzo Mukolo » dont les ventes vont au fonctionnement de la maison, l'on peut attester que la scène du Jaipur restaurant Sea Lounge sera de haute altitude.

Et ça s'annonce très bien au vu des guests invités à honorer de leur présence la scène de Chris et Zina : Mixton, Mack Toob, Kimvouka groupe de percussionnistes et danseurs traditionnels ; Astride Miko, gymnaste et danseuse contemporaine ; et Patrick Bayoga, contorsionniste.

Avec un panel aussi créatif que diversifié, la chanteuse interprète de « ça me chifonne la tête », « Papa irresponsable » et de « Mama Rita » promet de faire des étincelles pour réchauffer le foyer de « Nzo Mukolo ».

Princilia Pérès



L'artiste Zina sur scène/DR

Kokutan'Art 2023

Une formation au profit des artistes photographes

En prélude à la troisième édition des Rencontres internationales de la photographie d'auteur de Brazzaville (Kokutan'Art), prévue en mai prochain, Mbongui Art Photo va organiser une formation à l'endroit des professionnels et passionnés de la photo. La date limite de dépôt de candidatures est fixée au 30 avril.

L'appel à candidatures s'adresse aux photographes émergents, en voie de professionnalisation ou pré-professionnels. Cette année, il s'agira pour les apprenants de s'interroger sur la question de la « Nuit » sous toutes ses formes. En effet, le thème retenu pour l'occasion est « Nocturnes », une thématique inspirée du travail de Pascal Maître, photographe français de renommée internationale. Il abordera les problématiques d'électrification sur le continent : absence d'électricité, difficulté de transition énergétique, rareté de solutions alternatives pour le continent.

« C'est à travers les clichés de photographes professionnels venus du Congo, de Madagascar, de la République démocratique du Congo, de la France que sera mis en lumière le quotidien de la population qui plane dans le noir », précise Lebon Chansard Ziaoula, directeur du festival Kokutan'Art.

La formation qui s'étendra sur dix jours débutera le 9 mai. Au total, dix photographes seront sélectionnés, notamment sept à Brazzaville et trois à Pointe-Noire afin de bénéficier dudit atelier photo. Chaque artiste se doit de fournir un curriculum vitae et cinq photos de son travail

par mail à mbonguiartphoto@gmail.com. « Tu es photographe ou amoureux de la photographie, inscris-toi maintenant », lancent les organisateurs.

Initié par Mbongui Art Photo, en partenariat avec l'Institut français du Congo, l'événement a pour objectif cette année de promouvoir la création et la production photographique contemporaine du Congo et du continent ; favoriser la reconnaissance, le développement et la professionnalisation des acteurs de la photo en vue de renforcer leurs capacités à créer et développer des projets dans ce domaine. Il sera également question de développer le secteur de la photographie d'auteur en Afrique centrale.

Notons que la restitution de l'atelier aura lieu le 25 mai pendant le festival au Centre culturel Zola. Rendez-vous incontournable des photographes nationaux et internationaux, le Festival Kokutan'Art propose des ateliers, des expositions, des rencontres et des projections ayant pour objectifs de créer une plateforme d'expression des photographes d'Afrique et de promouvoir la création photographique contemporaine du Congo et du continent.

Gloria Lossele

Musique gospel

Acoustic V rêve des scènes internationales

De son nom à l'état civil Dominique Veidge Manocia Mouanga Dziky, Acoustic V est d'une voix tendre et touchante. Bercée par un apprentissage dans les chorales et groupes gospel du Congo, la jeune artiste ne cache pas son désir de braver les scènes internationales dans un futur proche.

8 novembre 1994, dans l'un des hôpitaux de Brazzaville, retentit les cris d'un bébé féminin, la nommée Dominique Mouanga. Aînée d'une fratrie de quatre enfants, la jeune femme a grandi dans une atmosphère de logique et de responsabilité. Un peu comme pour pouvoir devenir un modèle et un exemple pour ses frères et sœurs. A côté de cela, la religion a toujours occupé une place de choix au sein de sa famille, d'une part, catholique du côté paternel, et de l'autre, protestante du côté maternel. « C'est au sein de l'église protestante que j'ai développé ma passion pour la musique », révèle-t-elle.

À 4 ans, Acoustic V pouvait déjà chanter et danser en public sans aucune honte ni timidité quelconque. De là, après la guerre civile de 1998, la petite fille revient en ville et intègre avec beaucoup d'enthousiasme l'école de dimanche de Mayangui où elle marque ses premiers pas dans le chant de 2001 à 2002. Après un changement de quartier, elle rejoint l'école de dimanche du Centre d'accueil. Ce sera le début d'un avenir musical beaucoup



plus passionné et serein. « Là, je marque le début de mon histoire en tant que chanteuse, et par la suite auteure, compositrice, interprète », affirme-t-elle. Avec un timbre vocal à la Céline Banza, l'artiste congolaise s'est toujours armée de patience pour aiguiser son talent auprès des anciens aguerris dans le domaine. A ce jour, son expérience en musique est, entre autres, marquée par des collaborations avec les artistes nationaux tels Berlea Bilem, Scafio, Hibrabim kololo, Kitio Mussi kongo, Doc j dans des studios d'enregistrement, avec lesquels elle a « également partagé des scènes, notamment du Palais des congrès, de l'Institut

français du Congo, de la préfecture, et des airs libres dans plusieurs localités du Congo ».

Aujourd'hui, au-delà des voyages et scènes musicales sur le plan national, des échanges avec les grandes personnalités musicales locales qui ont contribué à faire d'elle ce qu'elle est aujourd'hui, Acoustic V ne cache pas son désir de signer des scènes internationales et de faire parler de la musique gospel congolaise qui semble en retrait par rapport à d'autres pays. Membre du groupe La trompette depuis 2010, elle chérit grandement l'idée de participer, avec ce dernier, à des concerts et festivals sur le plan international.

« Les scènes internationales sont le rêve de tout artiste. Traverser les frontières pour non seulement évangéliser par le chant mais aussi pour découvrir de nouveaux horizons et enrichir ses connaissances », a confié Acoustic V. En attendant de décoller en solo, l'artiste entretient de bonnes relations avec son équipe et continue de bosser dur pour réaliser son vœu.

Merveille Jessica Atipo

Les petites escapades dans Brazzaville

Les petites mains de la ville

Vivre à Brazzaville, c'est nager dans un style de vie axé sur la débrouillardise. Loin des villes du tout automatisé, riches et développées, Brazzaville, c'est avant tout la ville de l'informel, des petits métiers, des produits et services de proximité. Vivre à Brazzaville, c'est croiser les petites mains de la ville, celles qui rendent de précieux services, bâtissent des édifices et tissent la vie d'une nation.

En termes de contrastes, Brazzaville est une ville qui frappe fort à l'égale de plusieurs de ses consœurs en Afrique centrale. Il y a, d'une part, ceux qui s'en sortent sans gros effort, et, d'autre part, ceux qui doivent rouler leur bosse du matin au soir pour ne gagner parfois que la valeur d'un pourboire.

Quel que soit leur lieu de naissance, leur appartenance ou leur destinée, leur choix de vie, leurs stratégies ou leur rapport spontané et incertain à la vie, tous partagent le commun d'un territoire, d'une ville, d'un cadre de vie : Brazzaville.

Les traits de Brazzaville sont dessinés par des hommes de terrain, ceux qui en connaissent les circuits de survie, qui ne trouvent rien de sot dans un métier tant qu'il permet de ne pas rentrer le soir les mains vides ou de laisser vide le ventre des enfants. Ces hommes vaillants, mais aussi ces femmes battantes n'ont pas peur de tremper les mains dans le cambouis,

à servir leurs égaux aux egos parfois immesurables qui ne prennent pas le temps de s'arrêter un instant, de les regarder vraiment, de leur adresser un mot gentil ou un sourire, tout à fait gratuit.

Pourtant, ce sont souvent des personnalités colorées, des caractères bien trempés, des énergies et des regards inédits sur la vie, des âmes qui sont passées maîtresses dans l'art d'aborder l'humain et même d'en discerner les secrets.

Ainsi, l'on vous proposera de laver votre voiture pour deux fois rien, même quand elle scintille de brillance. Des vendeurs au visage parfois marqué par les années qui approcheront de la vitre de votre voiture pour vous vanter les mérites de leur bonbon Tangawiss, quitte à vous raconter la bonne blague « Ya lelo eleki ya lobi ». Ce sont les gilets jaunes de Momo qui seront prêts à vous activer des forfaits de codes que vous n'êtes pas prêts à mémoriser tant ils sont longs ou à faire des dépôts/envois de votre compte pour s'em-



Une vue des vendeurs du pain à Brazzaville/Vox TV

presser d'aller chercher la monnaie à votre gros billet ; peinant à vous faire remarquer votre indécatesse à n'avoir pas mentionné d'être en possession d'un gros billet si vous avez l'air d'être un vrai boss ou ne cachant pas le plaisir de vous heurter, si vous ne paraissez pas loin d'être dans la même lutte quotidienne qu'eux.

Les petites mains sont aussi celles qui nettoient les grandes artères de la ville, perdant leur identité derrière

cette combinaison bleue, ce chapeau et ce masque de protection, fort encombrants mais ô combien nécessaires. Ce sont les maçons qui préparent des briques, font monter les bastings sur les édifices en étage sous les ordres d'un chef de chantier soit téméraire, soit un ancien de cœur. Les petites mains de Brazzaville sont aussi celles de ceux qui vendent des enveloppes, des stylos et des mouchoirs ; de la kola ou du piment indigène mais aussi rendent

belles les mains de ces dames ; celles qui caressent la nuque de certains grands noms de la ville.

Les petites mains de la ville, bien qu'endurcies par le labeur, cousent la vie de la ville et font son quotidien. Autant elles servent avec humilité ou une révolte à peine voilée, autant elles ont besoin elles aussi d'être servies à travers ces visages d'enfants livrés à la rue, à la mendicité et à tous ses travers.

Princilia Pérès

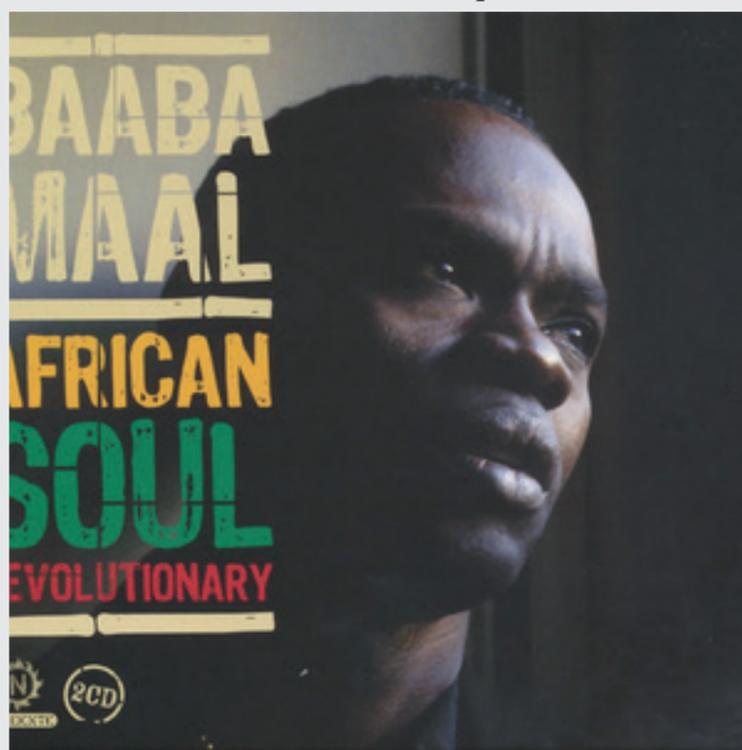
Les immortelles chansons d'Afrique

« Diahowo » de Baaba Maal

Auteur-compositeur, percussionniste, guitariste et interprète, Baaba Maal a su s'imposer dans le show biz musical en infusant la musique traditionnelle de son terroir avec des sonorités modernes. Son titre « Diahowo » est une chanson purement traditionnelle.

Extrait de l'album « Baayo » paru en 1991 aux Etats-Unis grâce au label Mango, le titre « Diahowo » figure à la quatrième piste de la face A du disque vinyle dont la référence est 162 539 907-1. Il évoque le ressenti d'une jeune fille qui voit son bien-aimé partir en guerre pour combattre aux côtés des Français. Après un temps d'absence, elle effectuera un voyage à travers ses pensées pour lui parler. En un mot, « Diahowo » est la lettre fictive d'une amoureuse à son fiancé. Dans cette lettre, la jeune fille y relate quelques événements qui se sont succédé pendant la période d'attente, notamment la perte de sa mère et les harcèlements des garçons restés au pays. Malgré cela, elle promet de lui rester fidèle afin de lui épargner tout tourment.

« Sinno debbo ina maaja ina elana ina muta e lugge ina yaba e leydi ina werlo (weddo) kaye maa debbo lomto njool mum baleejo, jon baka rommbal ». Elle veut faire comprendre à son bien-aimé que s'il était permis à une femme d'aller en guerre pour combattre, elle irait à la place de son homme. Par ailleurs, l'artiste vante les qualités de la province de Fuuta, la convivialité qui règne dans toutes ses localités, à telle



enseigne que tout originaire absent se presse d'y retourner : « Eeh walla, mi yigi ya ade so mi yidi ya ade Fuuta e Kummbaaru ko do cooyatee-mi, ko do keftintee gilga leelaari Eeh walla, mi yidi ya ade tooro e mbelweeldi,

nokku mo ngoowaa mi ».

Ce titre est chanté en polyphonie. La chanson use la forme question-réponse ou chant responsorial, un style que l'on retrouve la plupart du temps dans la musique traditionnelle africaine. Baba Maal assure le solo vocal tout en renforçant le chœur exécuté en duo avec Malick Sow. Pendant près de cinq minutes et vingt-huit secondes, on écoute les deux voix qui se chevauchent avant l'intervention des percussions de Bada Seck.

Avec des titres aux multiples succès, Baba Maal continue de sillonner le monde en donnant des concerts ça et là. Né le 12 novembre 1953 à Podor, dans la province de Fuuta, au Sénégal, sa riche et élogieuse carrière est constituée de vingt-cinq albums en partant de 1984 à 2015. C'est sous l'influence de son ami et griot familial Mansour Seck qu'il se consacrera à l'apprentissage de la musique auprès de sa mère et du directeur de son école. Après cela, il poursuivra des études musicales à

l'université de Dakar où il obtiendra une bourse d'études supérieure aux Beaux-Arts de Paris, en France. Il est devenu l'écho qui fait retentir la langue Pulaar dans le monde.

Frédéric Mafina

Réponses culturelles et artistiques aux changements environnementaux Le Congo parmi les pays éligibles

Les artistes congolais, toutes disciplines confondues, peuvent postuler au programme « Réponses culturelles et artistiques aux changements environnementaux », dont l'appel à candidature se terminera le 30 avril.

Initié par la Fondation Prince Claus, en partenariat avec le Goethe Institut, le programme interdisciplinaire d'un an vise à accélérer les pratiques culturelles communautaires engagées à l'intersection des arts et de l'environnement, à lancer un réseau international de créatifs et à favoriser le leadership.

La contribution des lauréats sera, entre autres, d'expérimenter des travaux artistiques et critiques sur une gamme de questions liées aux biens communs mondiaux, à l'environnementalisme, à la crise climatique et à la justice climatique. Travail qui, en parallèle, favorise la prise de conscience, la cohésion sociale et l'empathie ; mais également crée un changement durable grâce à l'activisme environnemental et permet de renforcer et d'amplifier de nouvelles perspectives écologiques positives.

Le processus de candidatures ouvert depuis un moment en ligne implique de remplir une page de couverture avec des questions et des informations de base, de fournir un aperçu du concept de travail à développer dans le cadre du mentorat, de présenter un portefeuille de travaux antérieurs et une motivation en format ouvert

(audio, vidéo, écrit).

Au terme des candidatures, le programme retiendra et rassemblera douze artistes et praticiens culturels à mi-carrière, avec huit à quinze ans d'expérience professionnelle pertinente, avec quatre mentors, tous travaillant dans un éventail de disciplines et de problèmes environnementaux. L'objectif étant de favoriser la conversation et la collaboration au sein de la cohorte et de soutenir chaque artiste dans sa propre pratique individuelle.

« Ce programme, conçu en tenant compte des besoins des participants sélectionnés, comprendra différents types d'interaction tels que des ateliers, des conférences d'invités et des échanges entre pairs », souligne la Fondation Prince Claus. Par ailleurs, chaque artiste recevra un prix de 10 000 euro, soit près de 6 560 000 FCFA pour travailler sur le concept d'un corpus d'œuvres qu'il décrit dans sa candidature. A cet effet, la fondation interpelle tous ceux qui seront lauréats sur le fait que « ce prix n'est pas limité à un budget prédéterminé, mais doit être utilisé pour le développement du concept décrit dans



Un extrait de la série photographique « Ciel de saison » du Congolais Baudoin Mouanda sur le changement climatique/DR

la candidature. Les participants doivent participer activement à tous les aspects du programme de mentorat et être disponibles pour toutes les réunions, déplacements et communications prévus. Le soutien continu dépend de cette participation active. La Fondation Prince Claus com-

munique les attentes exprimées en temps opportun ».

Notons qu'outre le Congo, d'autres pays d'Afrique peuvent également postuler comme la République démocratique du Congo, la Côte d'Ivoire, la Guinée Bissau, le Gabon, l'Égypte, l'Angola, l'Afrique du Sud, etc. Seulement, « les anciens bé-

néficiaires de la Fondation Prince Claus ne sont pas éligibles pour postuler à moins que leur subvention précédente ne soit terminée et clôturée avant la date limite de soumission des candidatures pour cet appel », précisent les initiateurs du programme.

Merveille Jessica Atipo

Voir ou revoir « Mayouya » de Claudia Yoka

Long métrage comédie sorti l'an dernier lors du festival de Cannes, « Mayouya : un film africain sans budget » présente la bataille des cinéastes congolais, et plus largement des artistes africains, à pouvoir faire vivre l'industrie culturelle et artistique par des efforts personnels.

Si au sens propre dans le jargon lingala, l'une des langues nationales du Congo, « Mayouya » peut se donner à comprendre comme une magouille, pour son récent long métrage, Claudia Yoka aborde le terme sous le prisme de la débrouillardise, de la résilience et de la stratégie comme art de survie. Lesquelles aujourd'hui permettent à bon nombre d'artistes congolais de produire, de rayonner à l'international et d'espérer un lendemain meilleur. Pour ce faire, la trame dénonçant cette frustration est vaillamment portée haut par plusieurs artistes, congolais et d'ailleurs, dont Sorel Boulingui, Monie Lek, Fortuné Bateza, Mira Loussi, Herman Kimpo, Passi, Tatiana Rojo, Marie Philomène Nga, Phil Darwin, Stana Roumillac, Tata Osca, Habi Touré, Serge Abessolo, Kader Gadji, etc.

« Après sa demande de financement rejetée pour son film sur l'excision, Frédérique, jeune réalisatrice, est choquée par la proposition du directeur de la banque de faire d'elle sa maîtresse en lieu et place. Elle décide de le déstabiliser. Avec l'aide de son mystérieux ami Jo, recherché pour plusieurs braquages, et de son frère Gérard, un habitué des commissariats, Frédérique recrute des femmes aux aptitudes exceptionnelles pour braquer la banque virtuellement. Pour commencer, elle obtient du banquier la faveur de tourner quelques scènes dans ses locaux. Réussira-t-elle à porter son film sur grand écran malgré beaucoup de qui-proquos amusants ? », renseigne le synopsis du film.

Par ce film d'environ 1h 52 min réalisé en français, majoritairement au Congo, la réalisatrice congolaise montre une fois de plus son attachement à des sujets engagés. Sur fond d'humour, Claudia Yoka

met en lumière les difficultés liées au manque de financement adéquat pour mettre sur le marché du cinéma des œuvres de l'esprit de qualité, capables de redorer le blason de l'art congolais. Une réalité qui ne touche pas que le cinéma, mais plutôt tous les secteurs artistiques dans l'ensemble.

Véritable cocktail panafricain de talents internationaux et nationaux, « Mayouya » a rassemblé plusieurs pays autour d'une même cause, à savoir le Congo, la Côte d'Ivoire, le Sénégal, le Cameroun, la Guyane, la République démocratique du Congo, la République centrafricaine, le Gabon, la Guadeloupe, etc.

Née en mai 1974 à Brazzaville, Claudia Yoka est titulaire de diplômes supérieurs. Fascinée par l'univers du cinéma africain dès sa jeunesse, elle se forme alors en réalisation et marketing de films courts. En août 2002, elle crée l'association Clapcongo qui milite pour la relance du cinéma congolais et aide les cinéastes en herbe à se former en récoltant des fonds auprès des entreprises privées au Congo. Réalisatrice et coproductrice, elle compte à son actif plusieurs réalisations : Brazza Blues (2000) ; Bozoba (Absurdités en Lingala) / sélection écrans noirs ; Circonstances atténuantes (2005) ; Manigances (sélection Fespaco 2007) ; Mères chefs ; Mayouya : un film africain sans budget (2022 /prix Sanza de la M'foa).

Claudia Yoka est également la fondatrice et directrice du Festival du film des femmes africaines « Tazama » depuis 2014. Dans le cadre de sa lutte pour la promotion du cinéma congolais, le festival du film congolais a créé, à Pointe-Noire en août 2022, le prix Claudia Yoka, récompensant les jeunes réalisatrices congolaises.

M.J.A.



TV5
MONDE



Mode

L'upcycling offre une seconde vie aux vieux vêtements

Dans le cadre de la deuxième édition de la semaine de la mode qui se tient du 4 au 8 avril à Brazzaville, l'Institut français du Congo (IFC) a organisé une rencontre entre deux acteurs de l'upcycling, à savoir le collectif Thrifty (Congo) et la Casa 93 (France) qui ont échangé sur le thème « L'upcycling, une pratique vertueuse de l'éco conception ».

L'upcycling est une nouvelle pratique éco-responsable qui permet de s'habiller mieux. C'est un mouvement à la fois écologique et économique qui émerge grâce à l'engagement des jeunes face aux problématiques environnementales actuelles.

Cette pratique existe depuis les années 1990 mais c'est aujourd'hui qu'il connaît sa démocratisation, surtout grâce aux jeunes générations. Avec une société de consommation et une industrie de la mode de plus en plus décriées, notamment par leur dangereux impact écologique, l'upcycling, dit « sur-cyclage », est davantage mis en avant. Soutenu majoritairement par les jeunes, il permet de redorer le blason du secteur de la seconde main en revalorisant les vêtements, contrairement aux grandes industries du textile qui les produisent en quantité considérable chaque année. « L'industrie de la mode est la seconde la plus polluante dans le monde. C'est pourquoi, la Casa 93, qui est une école gratuite de la mode, recrute les jeunes engagés qui



Le collectif Thrifty (Congo) et la Casa 93 lors de la rencontre/DR

veulent transformer le monde, dont l'âge varie entre 18 et 25 ans, les forme et les insère sur les nouveaux métiers de la mode afin de travailler sur toutes les

techniques et pratiques éco-responsables d'upcycling. Les industries créatives et les marques de mode en France, particulièrement, sont contraintes de

trouver des solutions pour leurs stocks invendus. C'est pourquoi nous faisons en sorte qu'elles aient besoin de nous », a fait savoir Nadine Gonzales, promotrice

de la structure Casa 93.

Quant à Thrifty (friperie), c'est une marque adoptée en 2019 par le Congolais Young Grace, un des membres fondateurs de cette structure dans le but de s'identifier, de sensibiliser et de partager la marque autrement. « Thrifty n'est pas qu'une marque, ce n'est pas qu'un collectif, tout le monde peut le devenir. Il suffit juste d'avoir l'esprit créatif et c'est ce que nous allons vous présenter à cette deuxième édition de la semaine de la mode. Nous allons mettre à votre disposition notre nouvelle collection 2023 « Tchimountou » qui, pour nous, représente l'identité, la notoriété, la personnalité à travers le vêtement », a expliqué Gloire Kepper, chargé de communication du collectif Thrifty.

Cette conférence qui a été riche en partage d'expériences et témoignages a pris fin par le lancement d'un échantillon de vidéos des différentes collections qui seront présentées à la deuxième édition de la fashion-week.

Divine Ongagna

Transport en commun

Les caprices des chauffeurs en période pluvieuse

Lorsqu'il pleut à Brazzaville, les usagers des transports urbains sont confrontés à des difficultés liées à l'accès aux différents moyens de mobilité que compte la ville. Caprices, langage inapproprié, sot d'humeur sont le lot des habitudes que certains chauffeurs adoptent face à leurs clients au quotidien, mais surtout en temps de pluie. Questionnés sur les raisons de ces agissements, quelques-uns d'entre eux se justifient.

« Quand il pleut, je suis obligé de faire monter toutes mes vitres. Le comble c'est qu'à ce moment, j'éprouve des difficultés pour bien voir les clients. Il arrive donc que je passe lorsqu'on essaie de m'interpeller », déclare Mathilde Sangouakanda, un taximan trentenaire.

Selon Daniel Nkoula, les périodes pluvieuses sont des occasions au cours desquelles les taximen en profitent pour se faire un peu plus d'argent. « L'occasion fait le larron, dit-on souvent. Il y a beaucoup de clients potentiels lorsqu'il pleut car chacun veut rentrer au plus vite chez lui. A ces moments, ce n'est plus le client qui choisit son taxi, mais c'est le taximan qui choisit son client. A cet effet, nous multiplions les courses pour gagner un peu plus d'argent », a-t-il



Une vue de la ville pendant la pluie/DR

révélé.

Le problème de sécurité constitue une autre raison qui incite les taximen à faire des caprices aux clients lorsqu'il pleut. En effet, comme le signale Marc Moussilou, taximan de plus de 50 ans, la conduite en période de pluie est plus dangereuse qu'à un autre moment, avec un taux d'accidents le plus

élevé. « Quand il pleut, je me précipite au garage, je cherche un endroit où je me sentirai le plus en sécurité. Un client qui me verra passer dira certainement que je suis arrogant ou moins sérieux, mais moi je le fais pour préserver ma vie et celle des usagers », a-t-il fait savoir.

L'état des routes fait égale-

ment partie des raisons qui poussent les conducteurs en général et les taximen en particulier à sélectionner les clients par rapport au quartier où ils vivent. Ceux du centre-ville sont favorisés au détriment de ceux qui vivent dans les quartiers périphériques.

Outre ces raisons, certains conducteurs manifestent

souvent des comportements qualifiés d'antipatriotiques. Bon nombre d'usagers se demandent s'il n'est pas nécessaire d'enseigner aux transporteurs les notions élémentaires d'instruction civique afin de mettre un peu d'ordre dans l'exercice de leur activité.

Chris Louzany

Utilisation post-covid du cache-nez

Qu'est-ce qui motive encore les Congolais ?

Depuis plusieurs mois, l'état d'urgence sanitaire décrété au Congo pour contrer la propagation du coronavirus a été levé et le port du masque n'est plus obligatoire. Toutefois, quelques Congolais continuent à en porter. Quelles sont les raisons de cette prudence ?

Dans des rues, des administrations et bien d'autres endroits publics de Brazzaville, il n'est pas rare de croiser quelques personnes arborant le masque ou cache-nez. Interrogées sur les raisons qui les incitent à porter le masque alors qu'il n'est plus obligatoire, elles évoquent l'aspect sanitaire.

« Je me sens obligé de mettre un masque quand je souffre de la grippe ou de la toux. Je le fais pour ne pas contaminer les autres. Pour moi, agir de la sorte, c'est en fait faire preuve de bonne manière et d'amour du prochain. Je ne porte pas mon masque pour le plaisir, mais je le fais par nécessité. C'est un devoir civique », a expliqué Nono Gomez Mabika, une femme d'une trentaine d'années.

Nadège Mabamaba, une



Un vendeur de cache-nez/DR

vendeuse dans un marché domanial de la place, a indiqué que le port du masque, dans le cadre de son activité professionnelle, lui permet de se protéger contre des mau-

vaises odeurs provenant des poubelles.

« Le cache-nez est devenu mon outil de travail. Dans le marché, on s'attend à tout. Ma table est située non loin des pou-

belles. Donc, aussi longtemps qu'elles ne sont pas vidées, je mets mon masque. Je me protège non seulement contre les odeurs, mais aussi contre les maladies

comme l'hépatite b, la triploïde et bien d'autres encore », a-t-elle dit.

Le port du masque ou cache-nez est devenu un mal nécessaire. La covid-19 a permis de développer des nouvelles habitudes utiles et salvatrices. Au départ, les gens détestaient le port du masque sous prétexte qu'il gênait la respiration. Cela pourrait s'avérer exact pour les personnes souffrant des pathologies cardiaques comme l'asthme et l'insuffisance respiratoire. En dehors d'elles, tout le monde ou presque connaît l'utilité du masque. Il a sauvé, sauve et sauvera la vie des personnes. Il est donc important, même pour celles et ceux qui sont encore septiques, d'en faire un bon usage quand les circonstances l'exigent. « A quelque chose, malheur est bon ! », dit-on.

Chris Louzany

Les souvenirs de la musique congolaise

Dissidences et dislocations des orchestres congolais de 1960 à 1970 (2)

Les dissidences et dislocations des orchestres dans le gotha musical congolais fut un phénomène qui connut une ampleur et devint une constance de la vie des orchestres du Pool Malebo au cours des décennies 1960 et 1970 à la suite de l'implosion d'un noyau originel donnant naissance à des nouveaux orchestres.

Après la création de l'African Fiesta en 1963 par Nico, Rochereau et Roger Izeïdi, leur union sacrée vola en éclat en 1966 sur la base d'un conflit de leadership. Rochereau et Roger Izeïdi créèrent l'African Fiesta National. De même, Bombenga quitte Kallé Djef pour ressusciter le Vox Africa. Du côté du Negro Band, Raph Loumbet, José Missamou et Julios profitent d'un voyage de cet orchestre à Abidjan, en Côte d'Ivoire, pour prendre la poudre d'escampette et former l'orchestre les Zoulous.

A Brazzaville, vers la fin de l'année 1965, sous l'instigation de Franco qui souhaitait le retour de De la lune dans l'Ok Jazz et en vue de mettre un terme à la rivalité qui opposait cet orchestre à Tembo (deux groupes ayant le même style de musique axé sur la rumba odemba ou rumba lourde dont les titres emblématiques de l'orchestre Tembo attiraient bon nombre d'ambianceurs en provenance de Léopoldville), onze musiciens constituant son ossature, en l'occurrence José Pados (guitare

solo), Loussaint Loussala (guitare accompagnement), Nona Arthur, Jean Saïdou, Pierre Loukouamoussou (saxophone), Tomba Ruben major (droumeur), Mpouela du Pool, Ponta Vickys (batteurs), Démond kazanaud, Sam Mangwana, Raph Loumbe (chanteurs), traversent le Pool Malebo dans l'optique de créer une autre vision de Tembo à Léopoldville avec l'aide de Franco qui leur assure l'encadrement et la prise en charge.

Lors de son séjour à Brazzaville, Franco est pris à partie par les fanatiques de Tembo qui le menacent, l'accusant d'être à l'origine de la déstabilisation de leur orchestre. De retour à Léopoldville, afin d'éviter les représailles de la part de ses accusateurs et autres autorités congolaises de l'époque qui soutenaient l'orchestre Tembo, Franco demande aux dissidents de ce groupe de repartir pur Brazzaville. Face à ce volteface et en désespoir de cause, ces derniers contactent Rossignol et créent l'orchestre Rock'A Tempo.

Pour les déstabiliser, Franco récupéra Mpouela

du Pool. Ce coup fourré contraindra les autres musiciens à regagner Brazzaville. Tomba Major, Démond Kazanaud, José Pados réintègrent l'orchestre Tembo et Nona Arthur l'orchestre Bantous de la capitale. Pendant ce temps, Sam Mangwana va jeter son dévolu sur Vox Africa de Jeannot Bombenga. Loussala Loussaint, Jean Saïdou, Ponta Vickys et autres musiciens recrutés à Léopoldville vont créer, avec l'aide d'un riche homme d'affaires de la place du nom de Baron Manoka, l'orchestre Opéra. En 1967, Nedoule papa Noël se sépare de Bombenga pour porter sur les fonts baptismaux son groupe dénommé Bamboula qui participe au Festival panafricain de musique en Algérie, en 1969. Une année avant, c'est-à-dire en 1968, alors que Franco, Verckys et Vicky se rendent en Europe pour des enregistrements, tous les musiciens hormis Simaro claquent la porte de l'Ok Jazz. L'orchestre Révolution, sous la férule de Kwamy, naît. Ainsi va la musique sur les deux rives du fleuve Congo.

Auguste Ken-Nkenkela

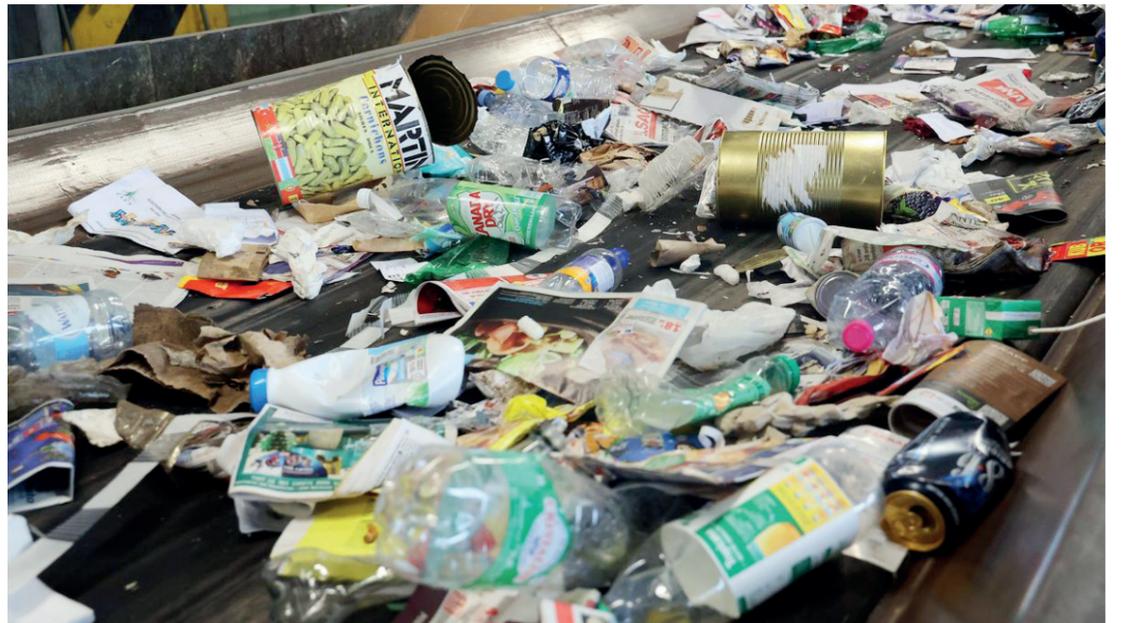
Climat

Célébration de la Journée internationale du zéro déchet

L'humanité a célébré, le 30 mars dernier, la première Journée internationale du zéro déchet qui invite chaque personne à limiter et minimiser les déchets et promeut un changement sociétal vers une économie circulaire. Face à l'aggravation des effets de la production de déchets sur la santé humaine, l'économie et l'environnement, la Journée internationale du zéro déchet vise à exposer les innombrables répercussions des déchets aux yeux du monde entier et à promouvoir une action mondiale à tous les niveaux dans le but de réduire la pollution et les déchets.

Etablie par une résolution de l'Assemblée générale des Nations unies faisant suite à d'autres résolutions concernant les déchets, notamment à l'engagement pris le 2 mars 2022 par l'Assemblée des Nations unies pour l'environnement en faveur de l'établissement d'un accord mondial pour mettre fin à la pollution plastique, la Journée internationale du zéro déchet est gérée conjointement par le Programme des Nations unies pour l'environnement et le Programme des Nations unies pour les établissements humains. Cet événement appelle toutes les parties prenantes, notamment les gouvernements, la société civile, les entreprises, les universités, les communautés, les femmes et les jeunes, à prendre part à des activités visant à faire connaître les initiatives zéro déchet. L'humanité produit plus de deux milliards de tonnes de déchets urbains solides chaque année, dont 45 %

sont mal gérés. Sans action immédiate, ce total atteindra presque quatre milliards de tonnes d'ici à 2050. Les déchets prennent des formes et tailles très variées, qu'il s'agisse de plastiques, de résidus d'activités minières et de chantiers de construction, de produits électroniques ou encore d'aliments. Leurs répercussions touchent, de façon disproportionnée, la population pauvre, jusqu'à quatre milliards de personnes n'ayant pas accès à des installations contrôlées d'élimination des déchets. Dans sa résolution établissant la Journée internationale du zéro déchet, l'Assemblée générale des Nations unies a souligné le potentiel des initiatives zéro déchet et appelé toutes les parties prenantes à mener des « activités visant à faire mieux connaître les initiatives zéro déchet aux niveaux national, sous-national, régional et local et leur contribution à la réalisation du développement



durable ».

Dans un message à l'occasion de la Journée internationale du zéro déchet, le secrétaire général de l'Organisation des Nations unies, António Guterres, a déclaré : « La crise des déchets réduit la capacité de la planète à accueillir la vie. Les déchets coûtent à l'économie mondiale plusieurs milliards de dollars chaque

année. En utilisant la nature comme une décharge, nous creusons nos propres tombes. Le moment est venu de réfléchir à l'empreinte des déchets sur notre planète, et de trouver de solutions à la plus dangereuse des menaces ».

Promouvoir l'adoption d'initiatives zéro déchet peut contribuer à l'ensemble des objectifs et cibles du Pro-

gramme de développement durable à l'horizon 2030, notamment l'objectif de développement durable 11 visant à faire en sorte que les villes et les établissements humains soient ouverts à tous, sûrs, résilients et durables, et l'objectif de développement durable 12 visant à établir des modes de consommation et de production durables.

Boris Khari Ebaka

Chronique

Comment limiter la pollution du transport aérien ?

Depuis longtemps, lorsqu'on parle de réchauffement climatique, le secteur des transports, particulièrement celui de l'aviation, est celui qui est principalement indexé. On a tendance à blâmer les voyages en avion comme étant responsables majeurs de la pollution atmosphérique. En effet, depuis de nombreuses années, l'avion est considéré comme le mode de transport le plus polluant, largement plus polluant que le train, le bus et même la voiture. Mais cette idée reçue correspond-elle vraiment à la réalité ?

Les avions sont effectivement un poids lourd pour l'environnement et favorisent le réchauffement climatique. Avec plus de quatre milliards de passagers en 2022 et plus de 100 000 vols par jour, l'aviation est aussi un poids lourd économique mondial. Mais malheureusement, sur le plan environnemental, les avions sont responsables de 2% des émissions de CO₂ dans le monde et de 5% du réchauffement climatique de la planète. Entre 1990 et 2002, par exemple, les émissions de dioxyde de carbone de l'avion ont augmenté deux fois plus vite que celles du reste des autres secteurs d'activité. En Europe, les émissions de ce secteur se sont accrues de 90% entre 1990 et 2004 tandis que l'on a constaté une réduction des émissions dans d'autres secteurs. Avec un rythme de croissance du trafic aérien de +5% par an, cette tendance inquiétante se poursuit. Si rien n'est fait pour réduire la pollution des avions, la situation va devenir insoutenable pour le climat de notre planète. C'est aussi injuste pour les autres secteurs qui font des efforts pour réduire leurs émissions de gaz à effet de serre. Afin de prévenir la planète d'une catastrophe envi-

ronnementale, des actions et des mesures concrètes doivent être prises pour le secteur de l'aviation. Pour cela, tous les acteurs ont un rôle à jouer, aussi bien les consommateurs que les autorités et les constructeurs.

Il est vrai que la performance des avions s'est beaucoup améliorée et ils consomment de moins en moins de carburant. Mais malgré cela, les émissions de gaz à effet de serre et des polluants des avions continuent à augmenter à cause de l'accroissement du trafic et du tourisme en particulier. L'essor des compagnies aériennes à bas prix a accentué ce phénomène. Les émissions de CO₂ ne sont pas l'unique impact de l'aviation sur le climat. Un avion émet aussi des oxydes d'azote, responsables de la production d'ozone et de la vapeur d'eau qui provoque des traînées de condensation ayant un effet de réchauffement. Elles engendrent des nuages de haute altitude qui participent aussi à l'effet de serre.

Depuis plusieurs années, des possibilités d'actions politiques sont envisagées pour essayer de limiter l'impact environnemental de l'aviation, par exemple taxer le kérosène. Ce serait l'option la plus efficace

mais elle devrait être mise en œuvre au niveau mondial pour couvrir les vols internationaux. Taxer les émissions. C'est le principe du pollueur-payeur. Mieux gérer le trafic aérien pour réduire le temps d'attente des avions avant de pouvoir atterrir.

Le secteur de l'aviation a pris un engagement en octobre 2016, à savoir stabiliser les émissions de CO₂ à leur niveau de 2020, alors que la prévision de croissance du trafic est de 5% par an. Cet engagement est historique mais insuffisant compte tenu de l'enjeu. Et il ne concerne que seize pays, puisque les pays en voie de développement et enclavés en sont exemptés. Ne l'oublions pas, l'avion émet trois fois plus de gaz à effet de serre que la voiture. Son impact sur le climat a doublé en vingt ans. C'est aussi une des sources de pollution qui connaît la plus forte croissance. Et si rien n'est fait, si aucune mesure concrète n'est prise pour susciter une vraie prise de conscience collective, le trafic aérien pourrait plus que tripler d'ici à 2030. Dans ce cas, un grave danger menacerait réellement la planète.

Boris Khari Ebaka

Le saviez-vous ? Qu'est-ce que le ramadan ?

Chaque année, des millions de musulmans à travers le monde observent le « ramadan ». Un mot connu mais dont la signification exacte reste pourtant vague pour les non-initiés. Nous vous proposons aujourd'hui d'explorer le sujet et de parcourir les points essentiels sur ce mois sacré.

Le mot « ramadan » provient de l'arabe « Al ramad », qui signifie « chaleur intense ». Il fait partie des cinq piliers de l'Islam (« Saoum ») qui constituent le fondement de cette religion.

Le ramadan est considéré comme la période la plus sainte du calendrier islamique. Il correspond au neuvième mois dudit calendrier. Il s'agit du moment où le Coran, livre sacré des musulmans, a été révélé pour la première fois au prophète Mahomet par l'ange Gabriel en l'an 610. Durant ce temps de l'année et pendant environ un mois, les musulmans s'abstiennent de boire et de manger du lever au coucher du soleil. C'est un moment qui doit être dédié à la prière, à la réflexion, à la spiritualité et à la dévotion religieuse.

Le ramadan a lieu le 9^e mois du calendrier musulman qui compte environ 354 jours. Ce 9^e mois avance de dix jours chaque année. Aussi la date du ramadan change-t-elle chaque année. Le calendrier musulman (calendrier hégire) est un calendrier lunaire, qui suit le rythme de la lune.

Pour définir le début du ramadan, la tradition se fonde sur l'observation de la lune. L'apparition du premier quartier dans le ciel indique la veille du début du ramadan. Si le ciel est couvert, ce-dernier débute selon des calculs astronomiques. Cette période dure 29 ou 30 jours.

Au début du mois, les musulmans utilisent la formule « Ramadan mubarak ! » afin de se souhaiter un bon ramadan. La première et principale règle est le jeûne, soit pas de nourriture ni de boisson de toute sorte (y compris



pris l'eau), de l'aube jusqu'au coucher du soleil.

Certaines personnes peuvent cependant s'abstenir de faire le jeûne, comme les malades, les femmes enceintes, allaitantes ou menstruées. Elles devront cependant rattraper les jours non jeûnés avant le prochain ramadan.

Outre la nourriture et les boissons, le ramadan interdit les relations sexuelles du lever au coucher du soleil. Il en est de même pour la consommation de tabac.

Le ramadan implique également de ne pas mentir, de ne pas disputer ou critiquer autrui, de ne pas avoir de pensées, paroles et actions considérées comme étant mauvaises. L'idée étant de plutôt se concentrer sur les bonnes actions. Ainsi, il ne s'agit pas uniquement d'une contention physique, mais également spirituelle.

Durant ce temps, les musulmans doivent porter des vêtements simples couvrant les épaules, la poitrine et les genoux. Ils doivent éviter les manifestations d'affection en public.

Pourquoi le jeûne est-il si important ?

Le jeûne est l'un des cinq piliers de l'Islam. Il n'est pas seulement ici question de se priver, mais plutôt de « se nettoyer », de revenir à soi, à l'essentiel, d'observer une certaine retenue et de se recentrer sur sa foi. C'est aussi un temps pour profiter de sa famille, pour faire preuve de générosité et d'égard envers autrui. Une fois le soleil couché, les musulmans commencent par prendre un petit encas (des dattes traditionnellement) et de l'eau, avant d'effectuer la prière du soir.

Après cela, vient le moment de l'Iftar, à savoir un repas complet qui va rompre le jeûne de la journée. Il comprend généralement des entrées diverses, des plats principaux ainsi que des desserts. Les mets varient en fonction de la famille et du pays. L'Iftar est une occasion de se réunir autour d'une table, de se sustenter après la longue journée de jeûne et de passer du temps en famille et/ou avec d'autres membres de la communauté musulmane. Un autre repas, cette fois plus léger, est pris avant le lever du soleil. Il s'agit du Sahur ou « repas de l'aube ».

La fin du ramadan est marquée par l'Aïd Al-Fitr, une célébration de trois jours durant lesquels les musulmans vont pouvoir remercier et célébrer Dieu.

Cette « fête de la rupture du jeûne » inclut des prières le matin, des plats sucrés préparés à la maison et des cadeaux offerts aux enfants, ainsi que des dons effectués à des œuvres caritatives. Les pratiques exactes peuvent toutefois changer selon les pays.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne L'Unesco offre trente bourses en Pologne

En vue de promouvoir les capacités des ressources humaines en science et en ingénierie dans les pays en développement et de renforcer la compréhension internationale et l'amitié entre les peuples, trente bourses d'une durée de six mois, à compter du 2 octobre 2023, sont offertes par l'Unesco, la Commission nationale polonaise pour l'Unesco et chaire Unesco pour la science, la technologie et l'ingénierie à l'Université des sciences et technologies AGH de Cracovie, en Pologne.

Liens pour les documents de candidature

Lettre d'annonce avec annexe I (exigences et liste des États membres invités)

Annexe II (Termes et conditions)

Annexe III (Liste des États membres invités par région et domaine d'études)

Fiche d'information, liste de contrôle

Formulaire de demande de bourse

Unesco avec certificat de connaissances linguistiques

Les candidatures doivent être soumises avant minuit (heure d'Europe centrale), le 28 avril 2023.

États membres invités

Afrique (32 États membres) • Angola • Bénin • Botswana • Burkina Faso • Cameroun • Cap-Vert • Tchad • Côte d'Ivoire • République démocratique du Congo • Érythrée • Éthiopie • Gabon • Gambie • Ghana • Kenya • Lesotho • Madagascar • Malawi • Mali • Maurice • Mozambique • Namibie • Niger • Nigéria • Rwanda • Sénégal • Afrique du Sud • Togo • Ouganda • République-Unie de Tanzanie • Zambie • Zimbabwe

Durée et lieu des bourses

Bourse de six mois du 2 octobre 2023 au 30 mars 2024

AGH Université des sciences et technologies

Chaire Unesco AGH

Avenue A. Mickiewicza 30

PL 30-059 Cracovie

Pologne

www.unesco.agh.edu.pl

Facilités offertes par les autorités polonaises

Gratuité des cours et accès aux installations universitaires en fonction des réglementations locales.

Allocation mensuelle de 1500 PLN pour les étudiants en licence et de 2200 PLN pour les étudiants en master (1 USD = environ 4,40 PLN). Ainsi, tous les frais de séjour et d'hébergement en Pologne sont à la charge du boursier bénéficiant de cette allocation.

Une allocation spéciale unique de 1500 PLN pour les étudiants en licence ou de 2200 PLN pour la maîtrise à payer à l'arrivée en Pologne. Cette somme couvrira différentes activités liées à votre séjour à Cracovie, telles qu'une visite médicale obligatoire à l'arrivée (conformément au règlement intérieur pour tous les étudiants) ; visites culturelles, historiques et/ou touristiques, conférences, ateliers et séminaires liés à vos études.

Installations offertes par l'Unesco

Billet d'avion (l'itinéraire le plus direct et le plus économique) vers et depuis Cracovie, Pologne ;

Assurance maladie (jusqu'à 50 000 USD conformément aux exigences de l'Union européenne pour les visas Schengen) pour les bénéficiaires de bourses déclarés médicalement aptes ;

Allocation de poche spéciale unique d'un montant de 120 (cent vingt) dollars américains.

Visa

Les boursiers, originaires de pays où existent des ambassades ou des consulats polonais, devront obtenir leur visa d'entrée dans le pays d'études avant leur départ. Les boursiers, originaires de pays où il n'existe pas d'ambassade ou de consulat de ce type, doivent obtenir

leur visa auprès de l'ambassade ou du consulat de la République de Pologne le plus proche.

L'Unesco et le gouvernement de la République de Pologne n'accordent aucune allocation pour couvrir les frais de passeport et de visa. Les bénéficiaires sélectionnés devront eux-mêmes obtenir leur propre visa.

Comment s'inscrire ?

Vérifiez si le pays du candidat fait partie de la liste des 71 États membres invités à participer au programme (annexe D).

Si le candidat respecte les conditions et modalités énoncées dans la lettre d'annonce, il aura la possibilité de choisir un maximum de trois projets parmi les trente proposés (les candidats doivent fournir le numéro de priorité des projets).

Le candidat est invité à contacter sa commission nationale pour l'Unesco et à soumettre les documents demandés pour postuler.

Les candidats approuvés par leurs commissions nationales doivent s'inscrire au système d'inscription en ligne des bourses disponible sur la page : <http://www.unesco.agh.edu.pl/en/>.

Les candidatures doivent être soumises par l'État membre invité, transmises par l'intermédiaire de sa commission nationale avant minuit (heure d'Europe centrale), le 28 avril 2023 aux adresses électroniques suivantes : f.pashayev@unesco.org ; l.zas-friz@unesco.org et unesco4@agh.edu.pl.

Par Concoursn

Psychologie

Pourquoi le stress nous fait vieillir ?

Le stress chronique nous expose à un vieillissement précoce sur le plan physique comme mental. Comment expliquer ce phénomène ?

En cas de stress, signe de danger, nous nous sentons comme attaqués. Comment notre corps réagit-il quand il rencontre une situation de stress ? « Face à un danger, l'organisme déclenche des réactions physiologiques », souligne le Pr Sébastien Grenier, psychologue et chercheur à l'Université de Montréal.

Pour quelles raisons ? Parce que nous sommes soudain en proie à un sentiment de « contrôle faible et d'imprévisibilité » mêlé à de « la nouveauté ». Ce à quoi s'ajoute une certaine « menace de l'ego ». Et en réponse, les glandes surrénales secrètent une importante concentration de cortisol, qui n'est autre que l'hormone du stress. Cortisol qui très rapidement se diffuse dans tout l'organisme pour lui permettre de se protéger contre la source de l'anxiété. Dans le même temps, cette hormone continue d'envahir le cerveau, trois zones précisément : le cortex préfrontal, l'hippocampe et l'amygdale.

Une accélération du vieillissement cellulaire

Quand nous sommes exposés régulièrement et/ou intensément à ce genre de ressentis, le corps



et le psychique peuvent en pâtir. « Un phénomène d'accélération du vieillissement cellulaire est observé », confirme le Pr Grenier. « En conséquence, nous nous trouvons surexposés aux risques de maladies associées au vieillissement comme les troubles de la mémoire, les atteintes des systèmes cardiaque,

immunitaire, musculaire et osseux », ajoute-t-il.

Ce phénomène est tel que notre ADN se trouve même touché : au bout de nos chromosomes, certaines séquences d'ADN sensibles à l'effet du stress sont, en effet, détruites quand elles se trouvent trop exposées à cette émotion. Ces mêmes séquences

raccourcissent donc dans le temps un signe de vieillissement. A l'inverse, plus ces séquences d'ADN sont longues, plus le sujet est « en meilleure santé, physique comme cognitive » et plus il vivra vieux.

Comment le corps et le cerveau « parlent-ils » ?

Comment savoir si votre stress devient envahissant ? Petit point de repère : « les personnes anxieuses vivent constamment dans le futur, dans l'anticipation de catastrophes ». Le corps se met également à « parler », avec « des tensions musculaires, osseuses, des troubles de la mémoire, de la concentration, l'augmentation des oublis ». Ainsi qu'une tendance « à l'irritabilité, à l'indécision et une faible estime de soi », souligne toujours le Pr Grenier.

Sur le plan physique, vous pouvez endurer « des insomnies, de la fatigue, des maux de tête et de dos ou encore des palpitations cardiaques, une sensation de souffle court et des troubles digestifs ».

Et en termes de comportement ?

Un stress accru et chronique peut favoriser « l'isolement social, des difficultés relationnelles, un évitement des situations sources d'anxiété, une désorganisation dans le quotidien, une agitation, une agressivité [et/ou] une surconsommation de caféine, de tabac ou d'alcool ».

Destination santé

Sexualité

Comment en parler aux enfants ?

Dès le plus jeune âge, les enfants se posent des questions sur leur corps et parfois sur la sexualité. Répondez-leur de façon claire et adaptée à leur stade de maturité. Voici quelques pistes pour vous y aider.

Les premières questions, dès l'âge de 3-4 ans, portent sur l'origine des enfants : « D'où viennent les bébés ? ». Ensuite, ce sont des problèmes plus pratiques : « Comment se font les enfants ? ». Pour le Pr Marcel Rufo, « il est important de ne pas lui parler uniquement de reproduction, mais d'évoquer aussi une dimension de plaisir ». La vérité ne choque jamais si elle est dite naturellement, avec un vocabulaire simple et surtout si vous ne paraissez pas gênés ! Surtout ne vous dérobez pas avec un argument du

style « Tu es trop petit » ou « tu ne peux pas comprendre ». Le pire serait de lui fournir de mauvaises réponses. Vous devriez, en effet, quelques mois ou années plus tard, vous démentir. L'enfant trompé une fois risque de ne plus vous croire et de ne plus vous questionner.

Dans son ouvrage « J'élève mon enfant », Laurence Pernoud estime que ces discussions sur la sexualité sont l'occasion d'expliquer qu'il est impossible de se marier avec sa mère, ou son père, ni avec son frère ou sa sœur. Vers l'âge de 3-4 ans, vous pouvez également commencer à le prévenir qu'aucun adulte, même familial, ne doit avoir avec un enfant certains comportements, certains gestes. Elle conseille enfin d'aborder ces sujets en s'appuyant sur des petits livres, illustrés selon les âges de l'enfant.

D.S.



Alimentation

Un peu plus de magnésium chaque jour maintient la démence à distance

Selon des chercheurs australiens, davantage de magnésium dans notre alimentation quotidienne pourrait mener à une meilleure santé cérébrale à mesure que nous vieillissons.

Dans la mesure où il n'existe pas encore de traitement contre la démence, de nombreuses recherches se penchent sur la prévention. Comment, au quotidien, se protéger de maladies neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer ?

C'est pour répondre à cette question que des chercheurs de l'Australian National University ont suivi 6 000 personnes en bonne santé et âgées de 40 à 73 ans. Tous les participants ont rempli des questionnaires relatifs à leur alimentation. Les réponses fournies – ayant pour base 200 aliments différents – ont été utilisées pour calculer l'apport quotidien en magnésium. Il ressort que les personnes qui consommaient plus de 550 milligrammes de magnésium par jour avaient un âge cérébral plus jeune que celles dont l'apport en magnésium était de 350 milligrammes quotidiens.

« Notre étude montre qu'une augmentation de 41% de l'apport en magnésium pourrait entraîner une réduction du rétrécissement du cerveau lié à l'âge », expliquent les auteurs. « Cette réduction est associée à une meilleure fonction cognitive et un risque plus faible d'ap-



parition de la démence plus tard dans la vie », poursuivent-ils..

Où trouver du magnésium dans l'alimentation ?

De nombreux aliments peuvent vous aider à faire le plein. C'est le cas des légumes à feuilles vertes foncées comme les épinards. Mais aussi les légumes secs. Les fruits secs – abricots, figes, dattes... – et les abats – comme le foie – sont également de bonnes sources de magnésium. Tout comme les oléagineux à l'image des amandes.

Certaines eaux minérales en sont également pourvues. Enfin, ne boudez pas votre plaisir puisque le chocolat noir, les bigorneaux et les huîtres en regorgent !

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: Manchester United bat Everton; Aston Villa bat Nottingham Forest; Newcastle bat Brentford et Chelsea bat Wolverhampton.

En France: Lens bat Strasbourg; Lille bat Angers; Marseille bat Lorient et Monaco bat Nantes.

En Allemagne : Borussia Dortmund bat Union Berlin ; Bayern Munich bat Fribourg et Leipzig bat Hertha Berlin.

En Italie : Naples bat Lecce ; Inter Milan bat Salernitana et Milan AC bat Empoli.

En Espagne: Real Sociedad bat Getafe ; Real Madrid bat Villareal ; Atletico Madrid bat Rayo Vallecano ; Barça bat Gerone.

Les bonnes côtes

Real Betis bat Cadiz ; Chelsea bat Wolverhampton ; Leipzig bat Hertha Berlin; Bayer Leverkusen bat Francfort ; Naples bat Lecce ; Marseille bat Lorient.

Victoire ou match nul

Ces huit équipes vont gagner ou faire match nul : Barça, Real Madrid, Marseille, Bayern, Atletico Madrid, Naples, Chelsea, Manchester United.

A la découverte de ...

Arnauld Brice Ditsia, pure produit du club Uppercut

Le boxeur Arnauld Brice Ditsia fait partie des jeunes qui pourront entretenir la flamme de ce sport au Congo. Membre du célèbre club Uppercut de Mbota, à Pointe-Noire, il est sur les traces des grands boxeurs congolais qui, pour la plupart, sont issus de cette école de formation.

Arnauld a commencé avec la boxe en 2018. Si au début il balbutiait et n'avait aucun objectif précis, depuis 2021, ce jeune boxeur sait désormais ce qu'il veut et enchaîne des victoires. «Depuis 2021, je n'ai jamais été battu sur le ring, je m'adonne à fond pour défendre l'image de mon club et ma dignité personnelle. La boxe, c'est ma passion et je rêve réaliser des exploits avec ce sport», espère-t-il. Inscrit dans la catégorie moyenne des -71 kg, Brice Ditsia mise beaucoup plus sur le travail pour réussir sa carrière. Son souhait c'est briller à l'international puisqu'il est, au niveau national, deux fois champion du Congo et trois fois champion de la Ligue de Pointe-Noire-Kouilou. Lors du récent championnat national, celui qui se surnomme Lomanchenko Noir a encore frappé fort.

Elève en classe de terminale A, champion Brice combine le sport et les études. Il se dit prêt à quitter l'école pour se consacrer à la boxe à condition que les sponsors et les autorités l'accompagnent.

Il mise souvent sur sa force de frappe pour mettre mal à l'aise ses adversaires. Sa spécialité : l'uppercut, c'est-à-dire les coups de poing réalisés de bas en haut, et délivrés le plus souvent à mi-distance avec le bras semi-fléchi, dans un combat de boxe.

Rude Ngoma



Plaisirs de la table

Les ailes de poulet

L'ingrédient de cette semaine est bien présent à toutes les occasions dans les ménages. Les tout-petits et même personnes plus âgées ne manquent pas une occasion de déguster simplement une aile de poulet sous ces différentes préparations. Découvrons-les ensemble.

Sur l'aile de poulet, il faudrait savoir qu'il est possible de la frire ou de la proposer à base d'un fond de sauté ou dans un bouillon. Mais ce n'est pas tout, on ne comptera plus d'ailleurs le nombre de vendeurs de poulet dans les quartiers périphériques mais également au centre-ville. Le poulet se commercialise bien et spécialement lorsqu'il est déjà braisé et proposé avec une cassonade de mayonnaise ou de ketchup. Ailleurs, on optera pour de la viande rôtie, à la mode de Buffalo, piquante ou croustillante sans compter les ingrédients qui agrémenteraient ce plat. Ainsi on retrouve des Ailes de poulet au miel, au caramel, au soja, au piment, ou simplement au four et la liste des associations possibles ou des modes de préparation n'est vraiment pas exhaustive.

Pour ce qui est de la coupe du poulet mais en particulier de l'aile de poulet, il est à noter qu'elle comprend essentiellement trois parties, le pilon appelé également mini-pilon, l'ailette qui est sans nul doute le morceau préféré des Congolais puis la pointe de l'aile qui contient moins de viande à l'intérieur.

Quant au blanc de poulet qui tire son appellation du fait qu'il est plutôt clair donc de couleur blanche, c'est un morceau qui provient des muscles dorsaux du poulet qui représente la partie la plus tendre. Cette fine masse est ensuite taillée dans le sens de la longueur. Mais parmi les morceaux de la poitrine il y a le filet, l'aiguillette,

l'escalope, le filet mignon ou le suprême.

De manière générale, la viande de poulet dans son ensemble présente au total six (6) parties que sont le cou, la cuisse, la poitrine, le dos, le haut de cuisse, les pattes et enfin les fameuses ailes. Le boucher peut vous proposer une gamme de viandes exceptionnelles de par leur qualité, il suffit de bien se renseigner.

Et dans la découverte des morceaux du poulet, le sot-l'y-laisse est réputé pour être le meilleur morceau du poulet, une pièce bien tendre et dont le goût ne laisse aucun consommateur indifférent. Sur son appellation toute drôle, certains spécialistes tenteraient d'en expliquer la raison. En effet, il s'agirait de transmettre ce message peu connu et très discuté selon aussi les différentes versions des dictionnaires, le sot-l'y-laisse indiquerait que :

« seul un sot laisserait ce morceau sans manger ». Le poulet dans son ensemble est une viande particulière qui contient très peu de calories et est très faible en matières grasses. Par contre, elle est riche en protéines qui est un atout indéniable pour l'organisme humain qui évite donc de grignoter vue l'effet satiété qu'elle procure.

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

Samuelle Alba



RECETTE

Ailes de poulet au coco

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

1 kg d'ailes de poulet
250g de pâte d'arachide (facultatif)
1 cuil. de tomate concentrée
ciboule, ail (à piler)
200g de coco (légume local coupé finement)
2 cuil. à soupe d'huile
sel, poivre noir

PRÉPARATION

Il faut commencer par laver votre viande puis à placer vos morceaux d'ailes de poulet à bouillir dans une casserole avec un peu d'eau et du sel. Tout en remuant de temps, continuer la cuisson de votre viande jusqu'à ce qu'elle s'attendrisse puis réserver.

Ensuite, dans une marmite porter à ébullition 75 cl d'eau puis mettre toute la pâte d'arachide et bien remuer jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène. Ajouter la viande de poulet, l'assaisonnement pilé, la tomate concentrée et le poivre noir.

Laisser mijoter pendant une vingtaine de minutes, le temps pour que la sauce devienne plus compacte. Enfin, ajouter avant la fin de la cuisson le légume sans recouvrir votre marmite.

Servir chaud avec du fougou.

S.A.



SOLUTION :
Le mot-mystère est : *bifteck*

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

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

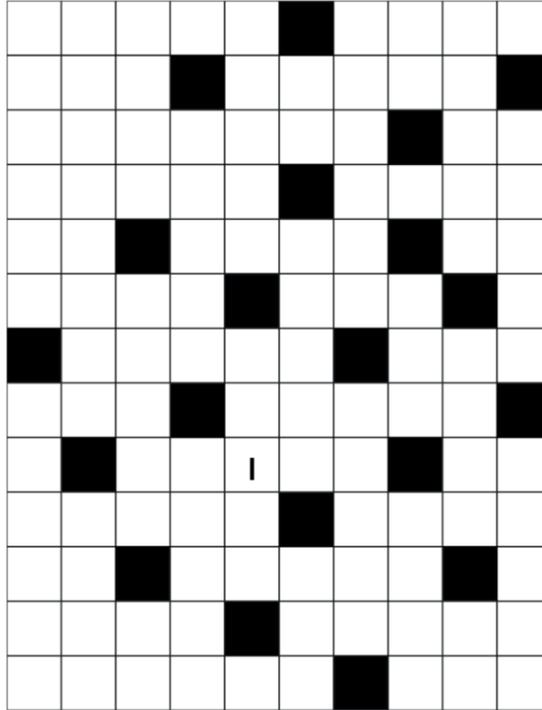
• SOLUTION DE LA GRILLE N°699 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°690 •

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

MOTS CASES 10X13 • N°147



2 LETTRES

AI - BU - DO - EU - IF - IL - LA - LU - OR - RU

3 LETTRES

AIE - AIL - EAU - FER - IRE - RUE - THE

4 LETTRES

AERE - CAGE - CLEF - EMIR - EROS - FOND - GLAS - ISBA - LEUR - RAMA

5 LETTRES

ADORE - ANTRE - BRENT - ESSOR - FACON - FEULE - GIGUE - HEURT - LOFTS - LUEUR - NASSE - NEGUS - NEIGE - OURLE - OURSE - RIRES - SAISI - STASE - TETUE - UNITE - USITE

6 LETTRES

FABLES - FAILLE - FORCER - SALETE

PATRON DE FACEBOOK OBJECTIF DU SALAIRE	DIFFUSE MARQUA PROFONDEMENT	VANITUEUX FLEUR DES ALPES	À LA BASE DU CHOCOLAT	PONT ROUTIER CAMPAGNARDS	INSTITUT DE LA STATISTIQUE VAGUE SUJET
PROFESSION DE FOI PLANCHE À ROULETTES			VIEUX POUR ICI VOYAGE D'ULYSSE		SOURIRE D'ENFANT
ELECTRON-VOLT TRANSPORT PUBLIC	MILLI-SECONDE		COUCHE D'OR DROIT D'HERITAGE		
PAS MOELLEUX	CATATROPHE NATURELLE LIVRE SACRE			PAS AILLEURS NOTE DE MUSIQUE	SURFACE AGRICOLE
		SOUS-ENTENDRE GÂTEUX			
ROUES DE COUPS FURENT VIOLENTS			MÉCANISME	ÉQUERRE SUR LA CÔTE D'AZUR	
					ÉCLATS DE VOIX
RIGOLE PÉRIODE AKRE		POT FLEURI	MATERIAU DE VANNERIE FIN DE PRIERE		
				CARTES EN MAN	ÉRODÉ
IL MONTE EN HAUT DES PISTES	NOTE DU CHEF FEUILLETÉ		LAC EN ITALIE		
					PRONOM REFLECHI
DOUÉ EN CALCULS			SORTIES D'USINE		

• SUDOKU • GRILLE N°701 • MOYEN •

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

• SUDOKU • GRILLE N°700 • DIFFICILE •

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

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

- | | | |
|----------|----------|---------|
| ALLURE | FUITE | NIVEAU |
| AMPHORE | GADGET | OFFENSE |
| AVANTAGE | GALOP | PERVERS |
| BAVURE | GOLFE | PICHET |
| CANDIDE | GORET | PLATANE |
| CHACAL | GOSIER | RAVIN |
| CHENAL | GRAAL | RELIEF |
| CHOUCHOU | HERON | SACOCHE |
| CITERNE | KURDE | SCOOTER |
| CLIMAT | LINGOT | TORCHON |
| ECHOPPE | MAGASIN | VANDALE |
| ESCROC | MARATHON | VAUTOUR |
| ESPIEGLE | MARTYR | VOLUME |
| FRIPON | NAUFRAGE | VORACE |

A cœur ouvert

« Guérir des blessures du passé »

Nous aspirons tous à vivre une vie meilleure, connaître le bonheur et couler de vieux jours heureux. Le petit bémol, c'est que le bonheur et la paix sont souvent conditionnés et pris en otage par un passé douloureux. Guérir de ses blessures devient le seul moyen de s'autoriser de revivre...

Le bonheur est la quête de tout le monde. On bosse pour être heureux, se construire un petit cocon d'amour et de légèreté, de paix. Malheureusement, les traumatismes du passé prennent plus d'un en otage et à vrai dire, tout le monde se bat contre au moins une ombre du passé.

Les gens qui sourient ne sont pas plus heureux que d'autres. Ceux qui affichent des selfies dignes des plus grandes stars, des plus grands influenceurs ne sont pas plus heureux que d'autres. Les stars et influenceurs eux-mêmes trouvent dans leur notoriété et dans leur vie des excès, un exutoire à des blessures peut-être non-guéries.

Les plus belles, les meilleures oeuvres du monde, ne sont parfois que les cicatrices déformées de blessures vengées.

L'on défend une cause parce qu'on a été blessé quelque part. L'on porte haut sa voix parce qu'on a subi quelque part. On veut changer le monde parce qu'il nous semble imparfait.

Le désir de justice, l'envie de sauver le monde, d'éviter aux autres les malheurs que nous avons connus montre à quel point nos choix de carrière et professionnels, nos affinités relationnelles et donc notre avenir sont conditionnés par notre passé et notre

enfance, souvent douloureuse.

La plupart des gens, et peut-être vous, n'êtes en train de vivre une vie que de vengeance. N'entend-on parfois pas dire que réussir sa vie est la pire des vengeances à infliger à ses bourreaux, ses persécuteurs ?

Et si aujourd'hui, vous viviez vraiment pour vous ? Vraiment, selon vos envies et vos passions. Pas pour prouver quoi que ce soit à qui que ce soit. Seulement pour matérialiser le projet éternel pour lequel vous avez été convoqué. Et si aujourd'hui, vous sortiez du regard des autres pour exister vraiment ?

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier

(21 mars - 20 avril)

Votre dynamisme et votre motivation vous font progresser plus vite que vous ne l'espérez. Vous serez plus déterminé que jamais et accomplissez de grandes réussites. Vous voyez la vie en rose, l'amour vous va bien.



Lion

(23 juillet-23 août)

Les couples vivront le grand amour, vous êtes sur un petit nuage et vous vous retrouvez comme au premier jour, grandes démonstrations à la clé ! Profitez des ces moments roses pour parler de l'avenir.



Capricorne

(22 décembre-20 janvier)

Vous êtes prêt à en découdre et à défendre vos positions coûte que coûte. Vous vous impliquez corps et âme dans un certain nombre de projets auxquels vous donnez un sens tout particulier.



Taureau

(21 avril-21 mai)

Attention à vos finances, plus fragiles que vous ne le pensez. Il vous faudra être mesuré et anticiper chaque situation qui impliquera des dépenses. Vous serez dans l'obligation de mieux vous organiser.



Vierge

(24 août-23 septembre)

Vous insufflez un bel élan d'originalité dans tous les projets que vous touchez. Une certaine légèreté et insouciance émanent de vous et font un plus grand bien aux personnes qui vous entourent.



Verseau

(21 janvier-18 février)

Il y a de l'incompréhension dans l'air. Les choses ne sont pas aussi simple qu'elles n'en paraissent, vous vous sentez parfois un peu dépassé par les événements. Prenez le temps nécessaire avant de vous jeter à l'eau.



Gémeaux

(22 mai-21 juin)

Vous débordez d'idée et de bonne volonté. Vous dégagez une attitude de meneur et remportez quelques succès ! C'est le moment de mettre en avant toutes vos idées, même les plus folles.



Balance

(23 septembre-22 octobre)

Il y a de l'électricité dans l'air ! Certaines incompréhensions subsistent et vous freinent dans vos prises d'initiatives. Réglez toutes les questions possibles avant de passer à l'action, la prudence sera votre alliée.



Poisson

(19 février-20 mars)

Ménagez-vous tant que vous pouvez. Un peu de repos, de calme et de solitude vous feront le plus grand bien et vous aideront à redémarrer des activités sociales. Ecoutez-vous et priorisez votre bien-être.



Cancer

(22 juin-22 juillet)

Les célibataires remporteront un succès fou à diverses occasions. Vous ne laissez pas indifférent et serez même prêt à vivre une belle idylle, il y a du romantisme dans l'air, profitez-en !



Scorpion

(23 octobre-21 novembre)

Vous sollicitez une vie familiale et ressentirez le besoin d'être entouré, particulièrement si vous vivez un grand événement. Vous serez entouré à la hauteur de vos attentes et pourrez vous décharger sur vos proches.



Sagittaire

(22 novembre-20 décembre)

Les imprévus ne vous empêcheront pas d'avancer, au contraire ! Laissez-vous surprendre par la tournure des événements et ne reculez devant rien. Vos amis auront de précieux conseils pour vous.



PHARMACIES DE GARDE

**DIMANCHE
9 AVRIL 2023**

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

MAKÉLÉKÉLÉ

Centre sportif
Mazayu
La Providence
Galien
De l'OMS

BACONGO

Raph (arrêt CCF)
Dr Jésus (ex-Saint Michel)
Saint Pierre NG

POTO-POTO

Divina
La gare
Marché Poto-Poto
Renande et Maat
Clairon (Camp Clairon)

MOUNGALI

Avenue de la paix
Espérance (Marché de Moukondo)
Gim
Pont du centenaire
Del Grâce (DRTV Mougali III)

OUENZÉ

Béatitude
Mampassi
Soberme
Ghallis

TALANGAI

Denise
Siracide (Face hôpital de Talangaï)
Goless (Pont Mikalou)

MFILOU

Hebron

DJIRI

Antony
Du Domaine