

# LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

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

N° 237 - VENDREDI 1ER AU JEUDI 7 SEPTEMBRE 2023

## INTERNET

### Le haut débit de Canal Box au compte-gouttes

Depuis le début du mois d'août Canal Box Congo diffuse ses mégabits au compte-gouttes et ses abonnés, comme sous perfusion, y perdent leur sang froid ! Là où le bât blesse, c'est qu'à ce jour, les graves perturbations n'ont trouvé aucun remède et la communication de Canal Box Congo reste aussi figée que ce post épinglé, au plus grand mécontentement des clients.

PAGE 8



## CINÉMA

### « Je suis noire » de Rachel M'bon au Fifda

Le documentaire de la réalisatrice congolaise Rachel M'bon, qui évoque les stéréotypes racistes en Suisse, fait partie des onze films sélectionnés pour la 13e édition du Festival international des films de la diaspora

africaine « Fifda », prévue du 8 au 10 septembre à Paris, en France. Le festival présente un cinéma inédit et souvent oublié qui met de l'avant le regard des personnes africaines et de la diaspora sur la société.

PAGE 6



## TALENT

### Lambert Mialebama prône l'art écologique

Dans sa mission de produire un plaisir esthétique et assurer la représentation du beau, Lambert Mialebama entend désormais donner de la voix au combat du siècle, la protection de l'environnement. L'œuvre de l'artiste plasticien a sa place dans les expositions à venir, à commencer par celle éventuellement prévue en marge du sommet des trois bassins Amazone-Bornéo-Congo, en octobre prochain à Brazzaville.

PAGE 3



## MUSIQUE

### Jore, passionnément senza !

Loin du bruit, la senza. Loin du buzz, Jore. Les deux réunies nous transportent comme au village, nous faisant respirer un doux air d'authenticité avec comme unique leitmotiv la passion au bout des doigts.

PAGE 3



## ENTREPRENEURIAT

### « Ambition Africa » pointe à l'horizon

PAGE 5

# Éditorial

## Cinéma

Nous assistons ces dernières années à un foisonnement d'une quantité remarquable de productions cinématographiques au Congo grâce aux technologies numériques. En pleine renaissance, le cinéma congolais fait bonne mine et les œuvres de plus en plus soignées attirent l'attention jusqu'à glaner de prestigieux prix hors de nos frontières.

C'est vrai que beaucoup reste à faire. Le potentiel économique de cette industrie demeure largement inexploité. L'écosystème est quasiment incompris. Producteurs et acteurs se battent seuls à relever le défi de l'existence et d'une passion qui fait vivre au-delà de tout obstacle. Car si plusieurs pays ont déjà mis en place de vraies commissions cinématographiques nationales, avec un soutien financier aux cinéastes, le plus souvent sous la forme de petites subventions ou d'aides, le Congo traîne encore les pieds.

En attendant le beau ciel, les acteurs ne baissent pas les bras. Il ne se passe plus un seul trimestre sans annonce d'un nouveau projet. Alors que les quelques salles de cinéma ont repris du service, les productions suivent leurs plans tant bien que mal. La dernière en date, le film de Michael Thamsy, son tout premier sous la casquette de réalisateur, à suivre dans quelques jours à Pointe-Noire.

*Les Dépêches du Bassin du Congo*

## LE CHIFFRE

« 11 »

*C'est le nombre des milliards de dollars que la Société financière internationale (IFC) a accordé aux PME (micro, petites et moyennes entreprises) africains dans le but de les soutenir.*

## PROVERBE AFRICAIN

*« Ce qui est plus fort que l'éléphant, c'est la brousse ».*

## LE MOT

« CASSEROLADE »

□ *Désignant littéralement un « concert de casseroles », le mot est notamment employé pour nommer des protestations et manifestations accompagnées de tels éclats sonores.*

## IDENTITÉ

« MACHA »

*Prénom d'origine hébraïque, « Macha ou Masha » signifie « celle qui élève ou éduque ». Ce prénom qui dénote une personnalité pleine d'énergie. Ce prénom est porté par une personne émotive ainsi que pleine d'entrain, en demande d'encadrement au quotidien. Encourageante avec ses proches, Macha peut également se montrer un brin directif. Face à ses objectifs, Macha n'a pas peur et elle les atteindra, quitte à se lancer des défis pour y arriver.*

## LA PHRASE DU WEEK-END

*« La vie n'a pas à être parfaite pour être merveilleuse ».*

-Jay-Z-



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

### DIRECTION

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

### RÉDACTIONS

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

### RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

**Grand-reporter :** Nestor N'Gampoula

**Service Société :** Rominique Nerplat Makaya (chef de service), Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko

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

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

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

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

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

### LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

**Rédaction en chef délégué :** Quentin Loubou 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 Ndungidi, Adrienne Londole

### ADMINISTRATION - FINANCES

**Direction :** Ange Pongault

**Adjoint à la direction :** Kiobi Abira

Bermely Ngayouli, Vesna Mangondza, Martial Mombongo, Arcade Bikondi, Emeline Loubayi, Wilfrid Meyal Itoua Ossinga, Armelle Mounzeo

### PUBLICITÉ ET DIFFUSION

**Coordination, Relations publiques :** Mildred Moukenga

**Chef de service publicité :** Rodrigue Ongagna

Hortensia Olabouré, Marina Zodialo, Sylvie Addhas, Mibelle Okollo

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

### COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

**Direction :** Guillaume Pigasse

Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

### LOGISTIQUE ET SECURITE

**Direction :** Gérard Ebami Sala

**Adjoint à la Direction :** 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, Epiphane Mozali

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

### MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

**Chef de service :** Maurin Jonathan Mobassi

Astrid Balimba, Magloire Nzonzi

### CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

**Direction :** Emmanuel Mbengué

### ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale

[www.lesdepechesdebrazzaville.com](http://www.lesdepechesdebrazzaville.com)

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

République du Congo . Tél. : (+242) 06 895 06 64

Email : [regie@lesdepechesdebrazzaville.fr](mailto:regie@lesdepechesdebrazzaville.fr)

**Président :** Jean-Paul Pigasse

**Directrice générale :** Bénédicte de Capèle

**Secrétaire général :** Ange Pongault

# Musique

## Jore, passionnément sanza !

**Loin du bruit, la sanza. Loin du buzz, Jore. Les deux réunies nous transportent comme au village, nous faisant respirer un doux air d'authenticité avec comme unique leitmotiv la passion au bout des doigts.**

Le savez-vous ? L'art de fabriquer de la sanza et d'en jouer est classé au patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'Unesco depuis 2020. Appelée aussi kalimba ou piano à pouces, la sanza est un instrument appartenant à la famille des idiophones au même titre que le xylophone ou encore le triangle et les castagnettes. Et, pour charmer l'oreille, quoi de mieux qu'une ravissante jeune femme brazzavilloise, amoureuse des arts, posant agilement ses doigts sur quelques lamelles métalliques qui viennent accompagner la légèreté d'un chant cristallin en langue lari ?

Cette jeune femme s'appelle Jore Loubassou - mais vous pouvez l'appeler Jo - elle est née à l'hôpital de Talangaï à Brazzaville il y a trente ans de cela et vit à la Base dans le 7<sup>e</sup> arrondissement de Mfilou. Jore cultive trois passions : la coiffure, la couture et la ... sanza ! « *La première chose que je fais à mon réveil est de jouer de la sanza et chanter. Et, avant d'aller dormir, c'est exactement la même chose. La sanza marque toujours le début et la fin de mes journées. Il m'arrive même de me réveiller la nuit pour en jouer* », dit-elle en souriant.

Jo écrit et compose bien souvent ses propres chansons qu'elle partage avec désinvolture sur la toile « *par simple passion* », précise-t-elle. Il y a chez Jore un amateurisme, au sens noble du terme, qui confère une légèreté à ses chansons et une quasi-fragilité qui émerveille ; loin du bruit. C'est une beauté qu'elle porte, tout autant sur son visage et ses mains que dans son instrument.

Pourtant, Jore Loubassou aurait pu emprunter d'autres chemins. On la voit comédienne adolescente au théâtre, et par la suite actrice à la télévision avec Tonton Commissaire sur DRTV, puis au cinéma dans le film « L'esprit du prophète » du réalisateur Rodrigue Ngolo. Elle sera aussi chanteuse et danseuse dans l'orchestre de rumba Double Impact de Nzete Ouassama, une expérience de trois années ponctuée d'une poignée de concerts. Quelques années plus tard, on la voit aussi chanteuse de karaoké et danseuse pour la grandissime Mbilia Bell. Autant d'expériences passées pour sautiller allègrement d'un art à un autre par pure soif de découverte. Au bout de ses chemins : une simple sanza, achetée à 15 000 francs dans un marché de Pointe-Noire, il y a quelques années ! « *Cette passion vient sans doute de mon défunt grand-père qui était un remarquable joueur de sanza et faisait danser les gens du village Louemo. Mon père en jouait aussi, avant qu'il ne quitte le Congo. Mais la sanza, je l'ai apprise seule, du bout de mes doigts, c'est un instrument que je porte en moi* », confie Jo. On aimerait bien qu'elle aille un peu plus loin, qu'elle se professionnalise en quelque sorte et Jo de nous laisser sur notre faim et de répondre : « *C'est une passion avant tout mais pourquoi pas. Je vais y songer* ».

Philippe Édouard



Jore posant avec sa sanza/Adiac

## Talent

# Lambert Mialebama, de l'art qui protège l'environnement

**Dans sa mission de produire un plaisir esthétique et assurer la représentation du beau, Lambert Mialebama entend désormais donner de la voix au combat du siècle, la protection de l'environnement.**

Lambert Mialebama est chauffeur de taxi et jouit d'un violent d'Ingres : l'art plastique. Conscient du fait que le secteur du transport est le plus important émetteur des GES (Gaz à effet de serre) dans le pays, il décide de rouler moins et de consacrer plus de temps à l'art plastique et à l'agriculture. Inspiré par l'agriculture, l'artiste, âgé de 65 ans, fait porter un mangoustanier ce message : « *Nous ne devons plus emprunter aux générations à venir le capital écologique, mais le leur transmettre intact et même enrichi* ». (M. Mialebama entretient un verger de mangoustaniers de plus d'un hectare.)

L'œuvre de l'artiste plasticien a sa place dans les expositions à venir, à commencer par celle éventuellement prévue en marge du sommet des trois bassins Amazone-Boréo-Congo, en octobre prochain à Brazzaville. « *Il s'agit d'un sommet des trois bassins ABC, c'est-à-dire ce sera un vrai livret contenant l'alphabet et la combinaison des lettres pour enseigner à lire les dangers produits par les nations du nord qui dégradent l'environnement* », a déclaré l'artiste.

Le choix du mangoustanier s'explique par le goût partagé par un grand monde. Le mangoustanier produit le mangoustan. « *Le mangoustan ou garcinia mangostana est considéré comme l'un des fruits les plus délicieux des tropiques* » (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture, Utilisation des aliments tropicaux ; fruits et feuilles, 1990).

Malgré une montagne d'œuvres d'art à son actif, M. Mialebama demeure un artiste peu connu par le grand public. Son atelier, sis 8, rue Siassia au quartier Mafouta, arrondissement 8 Madibou à Brazzaville, est une véritable caverne d'Ali Baba. On y trouve pêle-mêle la Sentinelle Home. Le Fumeur : Une main surmontée d'un masque africain muni d'un système électrique actionnant un mouvement de va-et-vient permettant l'allumage de la cigarette entre les doigts de la main ; la pirogue instrument de production : Un couple de pêcheurs dans une pirogue remontant une rivière à coup de pagaie. On y voit l'homme et la femme en plein travail pour le développement.

La spiritualité n'est pas en reste dans le programme de travail de l'artiste Mialebama ; « *Victoire de Saint-Michel sur le diable* » : Saint-Michel en vainqueur se tient debout sur le diable (Satan), tenant dans sa main droite un glaive flamboyant. Tout en battant ses ailes, sa main gauche étendue vers l'avant en vainqueur projette des jets flammes. En contrebas se tiennent debout deux lions d'or, symbole de la puissance. La madone (sainte vierge Marie en prière) : Elle est encadrée de fleurs sous un jeu de lumière et un plafonnier de lumière bleutée. En plein mouvement, le cœur immaculé de la madone s'illumine ; la veuve noire, objet d'ornement, c'est une lampe qui produit une belle lumière...

Pour la plupart de ces œuvres, il s'agit des prototypes d'œuvres d'art. « *Dans tous les cas, il ne saurait y avoir d'art sans production* », (Charles Le Blanc, Le complexe d'Hermès, Presses de l'Université d'Ottawa, 2009, p.93).

Gastrone Banimba



## Trace Awards & Festival Kigali accueille le festival en octobre

A l'occasion de la célébration du 20<sup>e</sup> anniversaire du groupe Trace, se tiendra du 19 au 21 octobre prochain, à Kigali au Rwanda, le lancement d'une nouvelle cérémonie de remise de prix en direct et d'un festival dénommé « Trace Awards & Festival ».

Cet événement qui est consacré aux musiciens, créateurs, entrepreneurs et réalisateurs de toute l'Afrique et de la diaspora africaine comprendra une cérémonie musicale de 3 heures qui sera diffusée en direct le 21 octobre. Elle sera précédée d'un festival culturel de deux jours conçu pour divertir et responsabiliser les créateurs de musique et les fans. La campagne comprendra également plusieurs événements de préparation, une tournée de remise des prix, des soirées et des projections en Afrique, en Europe, aux Etats-Unis, au Royaume-Uni, au Brésil, dans l'océan Indien et dans

les Caraïbes.

Notons que les Trace Awards seront diffusés en direct sur les chaînes Trace dans plus de 180 pays à travers le monde. La cérémonie de remise de prix sera également diffusée sur les télévisions partenaires de Trace et les chaînes satellite du monde entier.

Au cours de ce nouveau festival culturel, les prix récompenseront un large éventail de genres musicaux allant de l'Afrobeat au Dancehall, Afro-pop, Mba-



lax, Amapiano, Zouk, Kizomba, Genge, Coupé-décalé, Bongo Flava, Soukous, Gospel, Rap, Kompa, R&B et Rumba, tout en

saluant quelques artistes dans un certain nombre de catégories culturelles.

Il s'avère que près de 10 000

fans de musique, musiciens, faiseurs d'opinion, créateurs de style et des influenceurs d'Afrique et du monde entier sont attendus au BK Arena pour cet événement.

« Les Trace Awards sont notre façon de célébrer le talent artistique, la vision et l'impact des musiciens et autres leaders du paysage culturel urbain avec une cérémonie hors du commun qui met en lumière et récompense leur succès et leur influence à la fois en Afrique et sur la scène mondiale. », a lancé Olivier Laouchez, co-fondateur et président exécutif de Trace.

**Chris Louzany**

## « KreAfrika » 2023 Les acteurs africains appelés à soumettre leurs candidatures

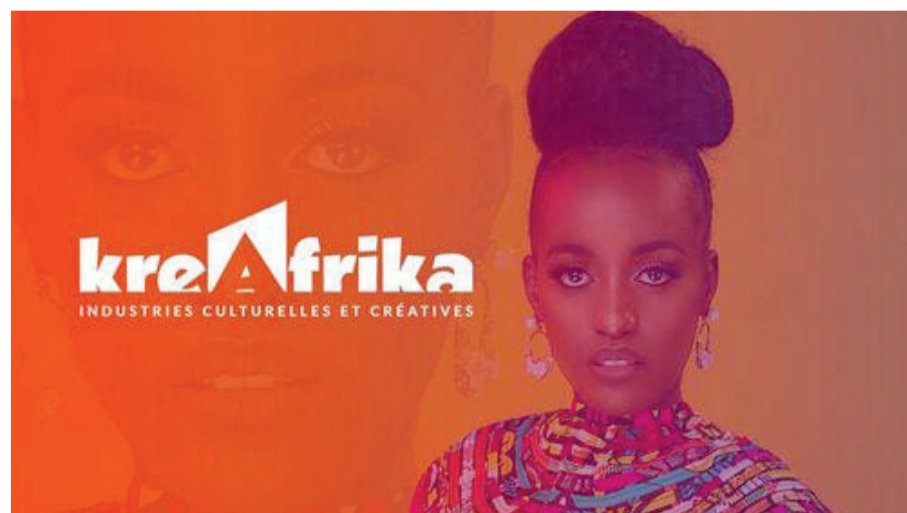
Les acteurs et professionnels de l'industrie culturelle et créative africaine sont priés de soumettre leurs candidatures en vue de prendre part au programme de formation dénommé « KreAfrika » 2023, avant le 17 septembre.

Organisé par l'Université Senghor, en collaboration avec l'Agence française de développement (AFD), Trace Academia et le fonds Heva, le projet « KreAfrika » 2023 vise à « soutenir les industries culturelles et créatives (ICC) en Afrique, en tant qu'acteurs économiques, sociaux et culturels, tout en mettant en place un mécanisme de financement et de formations pour soutenir des projets sur le terrain », a-t-on noté.

En outre, ce projet permet de « soutenir et de former les professionnels africains travaillant dans le secteur des industries culturelles et créatives en Afrique et qui souhaitent améliorer leurs compétences en entrepreneuriat et

actif dans le secteur créatif depuis au moins 3 ans et disposer d'un niveau suffisant d'expression et de compréhension de la langue de Molière. Les candidats ayant un niveau de français équivalent à B2 sont appréciés.

Pour ce faire, les candidats sont encouragés à déposer un dossier comprenant un curriculum vitae, une présentation détaillée de l'entreprise culturelle ou du candidat ainsi que son rôle (si auto-entrepreneur), un portfolio comprenant leurs réalisations passées et le produit/service culturel justifiant leurs candidatures au séminaire en tant qu'entrepreneur créatif (format .doc ou .pdf accepté, les liens doivent être fournis à l'intérieur) ainsi qu'une déclaration présentant leurs attentes pour le séminaire.



découvrir des opportunités de financement pour dynamiser leurs projets créatifs, tout en favorisant ainsi les collaborations entre acteurs publics, privés et associatifs », a-t-on appris.

Par ailleurs, pour être éligible à ce séminaire, les candidats devront être citoyen et résident d'un pays africain, diriger ou avoir lancé une entreprise créative depuis au moins 3 ans, être

Selon les organisateurs, seuls les dossiers complets seront pris en compte. Aussi, les candidats dont les dossiers auront été retenus seront informés par e-mail à l'aide de l'adresse fournie lors de la soumission de leur candidature. Toutes candidatures devront être transmises via l'adresse mail suivante : kreafrika@usenghor.org

**Chris Louzany photos:**

## Les clés du scénario L'appel à écriture déjà en cours

Porté par « the Creative Groupe Entertainment (CGE) » dont le slogan est « Ecrire avec de la lumière », les clés du scénario lancent un appel à participation auprès de tous les scénaristes, producteurs et réalisateurs (amateur ou professionnel du scénario), de films camerounais et de la sous-région d'Afrique centrale, à la résidence qui aura lieu du 23 octobre au 18 novembre 2023 à Yaoundé au Cameroun.

« Les clefs du scénario » est un atelier d'écriture qui favorise des rencontres entre experts et jeunes talents du continent africain et leur mise en réseau avec les plateformes professionnelles du reste du monde. Pour cela, il déploie un dispositif de formation accélérée sous forme de résidence qui s'articule sur quatre moments : la formation, l'évaluation et le suivi des projets ainsi que des auteurs. Ce parcours de formation à l'écriture offre un équilibre entre théorie et pratique dans une méthodologie de transmission du savoir-faire qui repose fortement sur l'approche du « Learning by doing ».

« Les clefs du scénario » donnent la possibilité à chaque participant de travailler sur son projet dans un environnement professionnel. Les résidents sont accompagnés tout au long de leur parcours par des professionnels à la réputation avérée et par des enseignants aguerris. Le but est de garantir chez le participant une bonne culture cinématographique primordiale dans son érection personnelle mais aussi une occasion de développer leurs projets, de se former aux techniques de présentation et d'entrer en contact avec de potentiels partenaires, afin de faciliter le financement de leurs projets.

Pour cette 1<sup>re</sup> édition, l'atelier « Les clefs du scénario » aura lieu 2 fois par an, espacé en période de 6 mois à Yaoundé, la capitale du Cameroun, ou tout autre lieu acquis pour la

résidence. Pour chaque session, les organisateurs de la résidence entendent sélectionner dix projets et convier les auteurs à la phase résidentielle d'incubation. Ces porteurs ou porteuses de projets seront mis(es) en relation avec des mentors pour travailler pendant et après le Laboratoire.

Sont éligibles à la résidence les projets de courts-métrages d'environ 3 à 26 minutes maximum de fiction, documentaire ou série. Les dossiers doivent être rédigés en français ou en anglais bien que l'usage d'autres langues parlées dans le film soit fortement encouragé. Tout candidat a le droit de proposer en maximum un projet par session.

Dossier de candidature: Lettre de motivation à participer à l'atelier (2 pages max), synopsis (1/2 page), 1 pièce d'identité (CNI ou passeport) en cours de validité, l'histoire du film à développer (3 pages max), CV (2 pages max). Reçu de versement des frais d'inscription est de 50 000 FCFA. L'inscription se fait en ligne à l'adresse : lesclefsduscenario@gmail.com. Le dossier est à envoyer en un fichier PDF unique, portant les mentions : Noms de l'auteur -titre du projet- mois de la session de dépôt -année.

Le dernier délai du dépôt des dossiers est fixé au 24 septembre. Soulignons que les résultats après la section seront publiés le 08 Octobre 2023.

**Divine Ongagna**

# Journée du manuscrit francophone 2023 Trois auteurs congolais sélectionnés

**Tendrys Kitsoukou Makayi, Huguette Valérie Ndoulou Kaye et Bataver Ngoulou Assambi sont les trois Congolais parmi les quatre-vingt-seize auteurs des quinze pays déjà sélectionnés pour la 11e édition de la journée du manuscrit francophone, prévue le 24 octobre prochain, en France.**

Inspirée de la grande fête de la musique qui permet à tous les musiciens de jouer, la journée du manuscrit francophone permet à tous les auteurs francophones de diffuser gratuitement leurs livres, de décrocher un contrat d'édition, d'une diffusion gratuite de leur livre en librairie et de tenter de remporter le grand prix du jury ou encore l'un des sept prix littéraires en compétition.

Sur le plan international, cette journée du manuscrit francophone compte désormais sur son compte Facebook plus d'un million d'abonnés et reçoit aussi le soutien de l'Unesco ainsi que du syndicat national de l'édition. Fondé en 2013 par les Editions du Net et Actualité en France, l'événement a permis de publier, en dix ans, plus de trois mille livres des auteurs de plus de trente-cinq nationalités différentes, avec plus de quarante-cinq mille exemplaires vendus.

Selon le communiqué des or-

ganisateurs, depuis l'ouverture des candidatures en mai pour cette 11e édition, un engouement est constaté dans le dépôt des manuscrits. Les premiers manuscrits sont déjà présents sur le site actualité avec un extrait diffusé sur les réseaux sociaux. Aussi, précise le communiqué, les auteurs ont encore jusqu'au 30 septembre pour déposer leurs manuscrits, uniquement sur le site [www.lajourneedumanuscrit.com](http://www.lajourneedumanuscrit.com). Chaque auteur présent à la soirée recevra deux exemplaires de son livre qui sera par la suite vendu en impression à la demande des Editions du Net. A ce titre, les auteurs vont percevoir 40% de leurs droits sur les ventes directes et 10% sur celles opérées en librairie. Par ailleurs, tous les livres seront publiés le 24 octobre 2023, lors de la journée du manuscrit francophone où le jury attribuera aux lauréats sept prix littéraires dans différentes catégories, à savoir nouvelles, roman, essai, témoi-



gnage, poésie, science-fiction et savoir.

Les sept lauréats recevront vingt exemplaires de leurs livres destinés à la presse, avec

une publication d'un extrait de chaque livre sur le site actualité et d'une promotion sur les réseaux sociaux. Le lauréat du grand prix du jury bénéficiera

**Vue de quelques ouvrages/DR** par contre d'un contrat d'édition de dix mille euros ou d'un chèque de trois mille-cinq cents euros.

**Cissé Dimi**

## Entrepreneuriat « Ambition Africa » pointe à l'horizon

**Événement annuel visant à renforcer les liens économiques et commerciaux entre l'Afrique et la France, la cinquième édition de ce forum se tiendra du 17 au 18 octobre prochain à Paris, en présence des ministres, ambassadeurs, conférenciers influents et des délégations des entreprises de toute l'Afrique.**



Organisé par business France, « Ambition Africa » 2023 se déroulera sur deux jours et s'articulera autour d'une session plénière en présence des officiels africains et français, des ateliers thématiques sectoriels et transversaux, des rendez-vous B to B personnalisés entre entreprises françaises et africaines, une communauté d'experts et des cocktails de réseautage.

« Ambition Africa » a donc pour objectif entre autres de contribuer à créer de nouveaux courants d'affaires entre l'Afrique et la France, export et investissement vers l'Afrique, accueil des investisseurs africains en France, partenariats croisés, envisagés tous les modes de coopération pour peu qu'ils soient gagnant-gagnant.

L'édition 2023 de ce forum entrepreneurial rassemblera plus de mille cinq cents participants, en présentiel et en digital, dont plus de sept cents entreprises africaines en présentiel en provenance de plus de quarante pays africains. Les dix-sept tables rondes permettront aux en-

treprises de comprendre les enjeux de l'Afrique et ses opportunités. Au cours de cette édition, business France organisera parallèlement plus de deux mille rendez-vous d'affaires. Ces échanges permettront d'assurer les premiers contacts avec les acheteurs, les distributeurs, les partenaires industriels et de recevoir des conseils d'experts et des partenaires de l'événement.

Les thèmes abordés cette année porteront sur la situation économique et le climat des affaires en Afrique, sur la formation professionnelle et le financement des entreprises, sur les secteurs les plus demandeurs d'investissements dont l'agriculture, la santé, la mobilisation urbaine, l'eau et les déchets, l'accès à l'énergie, les technologies et télécommunications, les infrastructures et la logistique, le tourisme et l'hôtellerie, les ressources et industries extractives, les chaînes de valeur euro-africaine et la Zone de libre-échange continentale africaine "Zlecaf".

**C.D.**

## Ripo 2023 Les candidatures attendues jusqu'au 25 septembre

**La 5<sup>e</sup> édition des rencontres internationales de peinture de Ouagadougou va se tenir du 20 au 25 novembre sur le thème « Trait d'union ». L'appel est destiné aux artistes peintres, plasticiens, photographes d'arts, arts vidéo, installations et arts numériques.**

Organisées par l'Association pour la promotion des arts plastiques (Apap), les rencontres internationales de peinture de Ouagadougou (Ripo) sont l'un des événements majeurs de la scène burkinabé. Pour cette édition, l'Apap a pour objectif d'innover avec une nouvelle dynamique à travers la diversification et la qualité de la sélection des œuvres.

La thématique « Trait d'union » qui renvoie à une histoire, aux territoires et défis contemporains du vivre ensemble propose un regard inédit sur le rôle des expressions artistiques dans la réappropriation des valeurs communautaires qui transcendent et favorisent le vivre ensemble.

Plus d'une vingtaine d'artistes ouest-africains et internationaux tels le Congo, le Cameroun, le Mali, le Bénin, le Togo, la Côte-d'Ivoire, le Sénégal, le Ghana, la France, la Belgique, la Chine et le Niger sont attendus ainsi que leurs œuvres. Les artistes auront aussi l'occasion de participer à l'exposition internationale qui se déroulera durant la même période à Ouagadougou.

Les dossiers de candidatures sont à déposer en ligne sur [www.ripo.bf](http://www.ripo.bf) et doivent contenir des éléments ci-après : nom, prénom, date de naissance, sexe,

nationalité, pays de résidence, adresse, email, numéro de téléphone précédant l'indicatif, biographie

Les Ripo seront rythmées par des expositions, des masters class et discussions, des conférences et ventes aux enchères, une rue marchande et une nuit des partenaires. Notons que cette édition marque le début d'une nouvelle ère itinérante du festival avec une étape au Maroc en 2024.

**Divine Ongagna**

**RIPO 2023**  
Rencontres Internationales de Peinture de Ouagadougou  
5<sup>e</sup> édition

**APPEL À CANDIDATURE**  
Exposition internationale

Du 20 au 25 novembre 2023, se déroulera la 5<sup>e</sup> édition des Rencontres Internationales de Peinture de Ouagadougou (RIPO) sous le thème : "Trait d'union". Pour cette édition, plus d'une vingtaine d'artistes nationaux et internationaux sont attendus, ainsi que leurs œuvres, pour participer à l'exposition internationale qui se déroulera durant la même période à Ouagadougou.

Conditions de participation :  
- Être artiste plasticien(ne) (en peinture, photographie d'art, arts vidéos, installation, arts numériques, etc.) ;  
- Remplir une fiche en ligne disponible sur le site [www.ripo.bf](http://www.ripo.bf)

La réception des candidatures se fait exclusivement en ligne.  
Date limite : 25 septembre 2023 à 23h59 TU.

[www.ripo.bf](http://www.ripo.bf) (00226) 70 44 26 34 / 75 17 60 69

## Cinéma

## « Je suis noire » de Rachel M'bon au Fifda

Chaque année en septembre, le Festival international des films de la diaspora africaine (Fifda) nous permet de découvrir, avec une programmation riche concoctée par Diarah N'daw-spech et Reinaldo Barroso-spech des films rares, inédits ou inconnus explorant la grande panoplie des cultures afro-descendantes, mais aussi des films réalisés en Afrique par les réalisateurs vivant sur place. « Je suis Noire » de la réalisatrice congolaise Rachel M'bon fait partie des onze films sélectionnés pour la 13<sup>e</sup> édition de cette rencontre prévue du 8 au 10 septembre à Paris, en France.

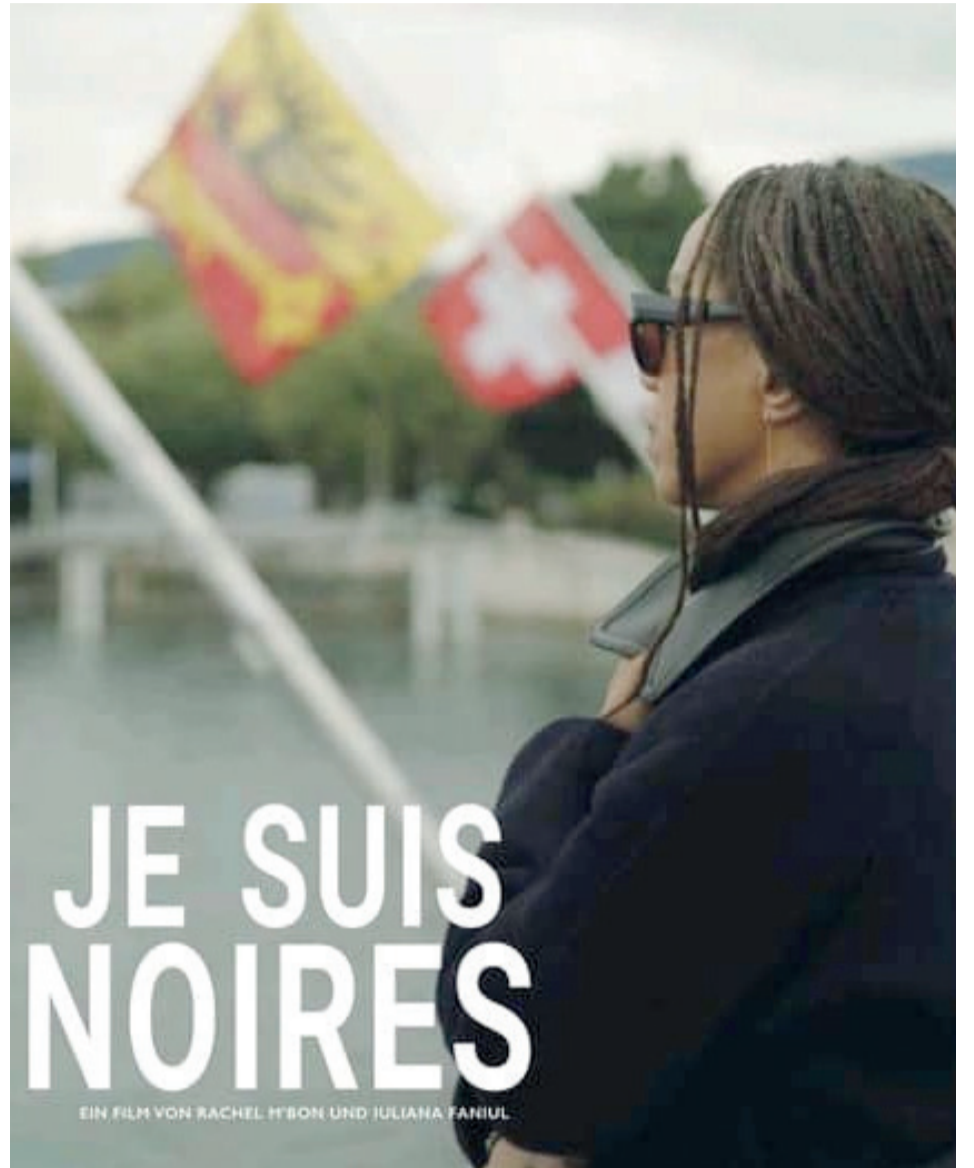
Dans le documentaire "je suis Noire", Rachel M'bon fait entendre les voix de six femmes afro-descendantes pour déconstruire les stéréotypes racistes présents en Suisse. La Suisse, terre de neutralité, est souvent perçue comme un havre de paix et de prospérité. Mais, le plus souvent, le bien-être apparent ne concerne pas les minorités. Rachel M'bon, née d'un père congolais et d'une mère suisse-allemande fait partie du 3% de personnes noires suisses. Un groupe encore fortement perçu comme un ensemble monolithique venant d'un "ailleurs sauvage", une expression utilisée par Rachel M'bon dans le synopsis de son documentaire "Je suis noire" coréalisée avec Juliana Fanjul. Ce premier long métrage évoque le déni de sa propre identité que peut provoquer ce type de stigmatisation. Enfant, la réalisatrice suisse-congolaise grandit dans la campagne suisse, entourée par des camarades blancs où elle est la seule métisse de l'école. Victime de micro-agressions quotidiennes, elle se construit dans un déni total de son origine africaine. Dans les premières minutes du film, elle nous montre avec honnêteté glaçante un souvenir de son enfance. Son père, habillé de manière très élégante, l'attend à la sortie de l'école. Pour ne pas être la risée de la classe, elle fait semblant de ne pas le connaître. Ce déni de son propre origine est une réalité trop longtemps réprimée que la réalisatrice assiege avec courage aujourd'hui.

En pointant du doigt le besoin d'assimi-

lation impérieux qui l'a guidée durant de nombreuses années, elle parvient à la déconstruire de manière habile et profondément touchante. En plus de son propre témoignage, la réalisatrice a voulu donner la parole à d'autres femmes afro-descendantes. Six femmes d'origines différentes, mais qui ont toutes en commun une chose en plus d'être blanches, la réussite sociale. Par ailleurs, dit-elle, le choix d'offrir la parole qu'aux femmes découle du désir de parler de féminisme intersectoriel, la double peine d'être femme noire ou métisse. Ainsi, Tallulah Bar, Brigitte Lembwadio, Carmel Frohlicher, Armelle Saunier, Paula Charles, Khalissa Akadi, les protagonistes du film, offrent le miroir de leur parcours de vie. Des témoignages qui se croisent en écho et qui dessinent le paysage d'une société encore fortement raciste.

En effet, le festival international de film de la diaspora africaine présente un cinéma inédit et souvent négligé qui met de l'avant le regard des personnes africaines et de la diaspora africaine sur la société. L'objectif est de présenter au plus grand nombre des films issus de la diaspora africaine, dans le but d'élargir l'intérêt pour les cinémas d'Afrique et le cinéma de tous ceux qui, partout dans le monde, tracent leur origine en Afrique. Les différents films sélectionnés abordent des thèmes qui incitent à la réflexion et poussent à poser un regard différent sur les œuvres s'intéressant à la vie et à la culture de la diaspora africaine.

Cissé Dimi



## Les immortelles chansons d'Afrique

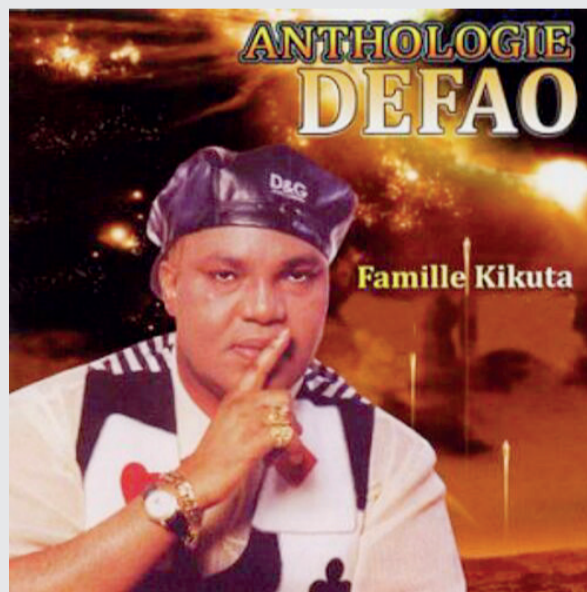
## « Famille Kikuta » de Général Defao

Auteur-compositeur, talentueux danseur et chanteur à la voix admirable, le Général Defao a impacté le microcosme musical africain avec son morceau « Famille Kikuta ».

« Famille Kikuta » occupe la première place de l'album « Pitié mon amour », paru en 1995 grâce au label « Maillot Jaune » sous la référence MJ 001 CDS.

Enregistrée au studio Diane-Music, mixée par Defao et Dénise, cette mélodie, chantée en solo par son auteur, raconte la souffrance de Dédé Kibuila, une femme abandonnée par Didi Kikuta, son mari, à cause d'une affaire inventée. Cette situation a ébranlé la famille Kikuta. Désormais Dédé Kibuila dont les parents sont pauvres devra assurer seule la popote, la scolarité ainsi que les soins médicaux des enfants. Son grand frère qui pouvait lui venir en aide a été incarcéré. Pour faire face à cette douloureuse réalité, Dédé optera pour la conscientisation de son homme.

« Didi a ye o bala ngai na mbongo, soki mabe benga ba famille bo solola, okimi ndako na yo, okimi bana ba yo, nani a ko bokola bango papa ya bana, zonga na ndako, to bonguisa na malembe papa ye ayoleli ». « Didi, tu m'as épousée avec de l'argent, s'il y a une faute fait intervenir les familles pour régler cette affaire, tu as fui ta maison, tu as fui tes enfants, qui donc prendra soins d'eux ? Tu es le père de ces enfants, rentres à la maison qu'on trouve la solution



dans le calme ». Dans cet album, on retrouve Luciana Demingongo au chœur, Defao exécutant le solo vocal, Guy Wanzambi à la guitare basse, Jagger Bokoko et Yves Demukuse à la guitare solo, Richa Cogna Cogna à la batterie, Azanga à l'animation. En 1996, sous la houlette de Scorpion production de Clesh Atipo Ngapy, le Général Defao et son ensemble « Big Stars » sortiront l'album « Madova Amour interdit » dans lequel on retrouvera une autre version

de cette chanson sous le titre de « 2<sup>e</sup> Mi-temps Famille Kikuta ». Dans ce remix, la guitare solo est assurée par Burkina fasol et l'animation par Théo Mbala.

Né le 31 décembre 1958 à Kinshasa, Defao, de son vrai nom Matumona Lulendo, a démarré sa carrière musicale dans les orchestres « Suka Movement », « Sorgo Stars » et « Somo West ». Ce dernier était basé à Inkisi-Kisantu. C'est pendant son maquis à Kisantu que Le guitariste Manuaku le découvrira et lui demandera d'intégrer son orchestre, le « Grand Zaiko Wawa » en 1981. Dans cet ensemble, Defao formera un duo de choc avec Jo Poster. En 1983, il entre dans « choc stars » avant de créer, en 1990, son propre groupe dénommé « Big Stars » dans lequel ont évolué des artistes tels que Montana Kamenga, Burkina Fasol, Kabosse, Gipson et bien d'autres. A partir des années 2000, « Big Stars » a rencontré quelques difficultés et Defao décida d'élire domicile au Kenya. De 2000 à 2016, il sort six albums qui ne connaîtront qu'un maigre succès. Décédé le 27 décembre 2021 au Cameroun, le Général Defao nous a laissé un héritage musical très riche.

Frédéric Mafina

## Carte Blanche

Dans les coulisses des 9<sup>es</sup> Jeux de la Francophonie

Les artistes Zed Lebon, Ralff Lhyliann et Jacques Mayala respectivement photographes et plasticien, ont tenu une carte blanche le mardi 29 août à Brazzaville, pour partager leur expérience sur la 9<sup>e</sup> édition des Jeux de la Francophonie qui s'est tenue en juillet dernier à Kinshasa en République démocratique du Congo (RDC), sous les signes de la solidarité, de la diversité et de l'excellence.

Les Jeux de la Francophonie sont une occasion exceptionnelle de faire vivre la Francophonie dans toute sa diversité en facilitant la rencontre de jeunes du monde entier autour de la même langue, le français. Ouverts aux athlètes et aux jeunes talents artistiques âgés de 18 à 35 ans, les Jeux comprennent des compétitions sportives, des animations et des concours culturels dans les 11 disciplines suivantes : chanson, contes et conteurs, danse de création, jonglerie avec ballon, hip-hop (danse), marionnettes géantes, littérature (nouvelle), peinture, sculpture, installation, photographie et création numérique.

Revenu fraîchement de cette grande cérémonie, la tête haute, médaille d'argent à main levée, ces artistes ont réuni un public hétérogène pour partager leur vécu. Zed Lebon, promoteur du Mbongui Art Photo, ancien lauréat et chef délégué de l'équipe représentant le Congo en RDC a évoqué les contours juridiques et logistiques du travail réalisé et défendu par les artistiques. « Le Congo a été racheté à la dernière minute, et le comité du festival nous a juste accordé deux disciplines qui sont la photo et la peinture où finalement deux artistes ont été retenus après la sélection. Les participants ont envoyé les œuvres en amant qui ont été exposées au musée national. Ensuite



Photo ateliers Sahn, partage d'expérience (Zed Lebon, Ralff Lhyliann et Jacques Mayala)

était arrivée la phase des ateliers où les participants ont échangé publiquement et individuellement avec les jurys sur les questions techniques et personnelles. Les artistes avaient par la suite réalisé des œuvres sur place pendant cette cérémonie », a-t-il expliqué. Therance Ralff Lhyliann, artiste visuel, et sacré médaillé d'argent de cette 9<sup>e</sup> édition, a, pour sa part, évoqué le poids de la responsabilité envers son pays et ses confrères artistes. « Lorsqu'on est au pays, on est comme les

autres, mais quand on est à l'extérieur, on devient une espèce de symbole », a-t-il souligné. Son œuvre « Mama » est celle qui a convaincu les jurys parmi tant d'autres. L'artiste s'est inspiré de sa grand-mère pour rendre hommage à toutes les femmes congolaises âgées et du monde entier qui, tant soit peu, ne se limitent pas à être des objets, parfois stigmatisées dans les familles. « Ce sont des femmes fortes, elles veillent, protègent, donnent de l'amour, nourrissent, transmettent leur savoir et sont

des gardiennes de mémoire. C'est une lettre d'amour à ma grand-mère où la photo a été utilisée comme le langage », a-t-il renchéri. Par ailleurs, les membres du jury ont donné un autre challenge à exécuter. Celui de développer un thème sur place pendant l'événement. Therance Ralff Lhyliann s'est rendu à « Pakadjuma », un quartier reculé de Kinshasa (et titre d'un son sorti en 2016) pour réaliser son œuvre. « Même dans les endroits les plus terribles de la terre, il y a toujours cette

percée de lumière. Et celle-ci, je l'ai trouvée dans cette femme congolaise, prostituée, elle a élevé une fille qui n'était pas la sienne. C'est une manière pour moi de dire qu'on ne peut pas limiter l'humain à une profession où à l'endroit où il est géographiquement car les beautés sont universelles », a-t-il dit.

Quant à Jacques Mayala, plasticien et participant pour sa première fois aux Jeux de la Francophonie, il a œuvré sur l'équité et sur la protection des droits des enfants. Derrière ses tableaux, l'artiste a voulu ramener le public à une prise de conscience. « L'homme crée des phénomènes qui détruisent le monde à l'avenir. Il se croit génie aujourd'hui et prend des responsabilités sans penser à la négativité : il engrosse une fille, condamne les autres sans les écouter, détruit la flore et la faune. Or, il devrait distinguer ce qui est positif, de vivre en communauté, en association pour mieux trouver des solutions pour le futur », a-t-il exhorté. Néanmoins, les artistes ont déploré le manque d'assistance de la part du ministère de la Culture, des Arts et du Tourisme lors de ce grand événement. Notons qu'à la fin des échanges, les artistes ont dédié cette médaille d'argent à Bill Kouelany, artiste plasticienne et écrivaine, promotrice et responsable des Ateliers Sahn.

Divine Ongagna

## Prix littéraire

## Les nominés de l'édition Pierre Ntsemou 2023 sont connus

Sous l'égide de l'écrivain et éditeur congolais Ulrich Bakoumissa Nguani, le jury du prix Plum'Art-Z vient de révéler au public les heureux élus de l'édition 2023 dénommée Pierre Ntsemou.

Lancée le 5 mai dernier, la réception des textes a été clôturée le 30 juin 2023 ; ladite édition Prix Pierre Ntsemou portait sur les thèmes de « l'indifférence » pour la catégorie poésie et « la mémoire collective » pour la catégorie nouvelle. Ainsi, après une réunion extraordinaire entre le président du jury, le coordonnateur en chef dudit concours et les membres du jury, sont déclarés récipiendaires ou lauréats du Prix Pierre Ntsemou 2023 :

**-Catégorie poésie**

Moutsambote Charles Junior pour son poème « Sous les ombres des nostalgies honteuses » (1<sup>er</sup> Prix) Ngoma bien Ange Arnauld pour son poème « L'indifférence » (2<sup>e</sup> Prix) Delice Mankou pour son poème « L'âme des fleuves » (3<sup>e</sup> Prix) Bikouma Judithia Ruth pour son poème « Une sombre lumière » (3<sup>e</sup> Prix)

**-Catégorie nouvelle**

Bikindou Mouanda Florian pour sa nouvelle « Monnaie commune » (1<sup>er</sup> Prix)

Ngoulou Ntoutou Prince-nor pour sa nouvelle « La mémoire kingoulienne » (2<sup>e</sup> Prix)

Ngombond Honneur Emmanuelle pour sa nouvelle « Aujourd'hui, Emmet Louis Till aurait 82 ans... » (3<sup>e</sup> Prix).

Ces récipiendaires ont respecté le règlement de participation de cette troisième édition. Ils ont soumis au comité de lecture des textes inédits de grandes factures qui, de par leur qualité créative, dégagent une portée littéraire particulière. Sans être hors sujet, ils ont bien exploité les thèmes proposés pour cette troisième édition. Pour votre gouverne, je me fais le devoir de dire au public qu'une cérémonie lumineuse de la remise des prix de la troisième édition Prix Pierre



Ulrich Bakoumissa Nguani, promoteur du prix Plum'Art-Z/DR

Ntsemou sera organisée ultérieurement, la date et le lieu seront communiqués sur la page Facebook Plum'art 2021 où

sont publiés les résultats définitifs.

Pour la petite histoire, le concours international de poésie Plum'art-Z a vu le jour en 2021 sur le sol brazzavillois sous tutelle du promoteur littéraire Ulrich Bakoumissa Nguani avec pour parrain Ferréol Constant Gassakys. Ce qui a fallu que sa première édition soit dénommée Prix Ferréol Gassakys 2021. Plum'art-Z a pour objectif principal non seulement de rendre hommage aux fêrus écrivains, voire icônes de la littérature du Congo-Brazzaville, de la première génération à la génération actuelle de leur vivant, quoiqu'ouvert à toutes les nationalités du point de vue de la participation

et sa posture internationale, mais aussi de promouvoir les talents des jeunes écrivains méconnus (écrivains en herbe) à travers le monde.

Cette année l'édition a été baptisée Pierre Ntsemou. Le choix de la figure emblématique Pierre Ntsemou par le jury de Plum'art-Z pour sa troisième édition dénommée Prix Pierre Ntsemou 2023, présidée par le Dr Guy Armand Mampassi, est le résultat du travail acharné du comité de sélection (de lecture). Celui-ci a examiné les différents ouvrages sélectionnés, reçus de la part de cinq auteurs congolais de Brazzaville. Après cette examination fructueuse, les ouvrages de Pierre Ntsemou ont retenu leur attention grâce à sa plume qui, non seulement éveille la conscience de l'homme face aux ténèbres de l'existence, mais apprend aussi au lecteur comment s'y prendre.

Aubin Banzouzi

## Tourisme

# Le fleuve Congo, une mine de vues extraordinaires

Naviguer sur le fleuve Congo, notamment dans sa partie frontière des deux Congo, offre le plaisir de découvrir de nombreux sites touristiques. Les 600 km qui séparent le beach de Brazzaville ou de Kinshasa au confluent de l'Oubangui dévoilent des merveilles et des images à couper le souffle.

D'abord la vue de ces nombreux villages et quelques villes des deux rives du fleuve dont les principaux sont du côté Congo-Brazzaville : Maluku-bambou ; Maluku-Tréchet ; Longoli ; kaba- école ; kaba- village ; kunzulou miranda ; Dinga mawa ; Mossengue ; Santa Maria ; kimpoko ; Mafambi ; Ngabé ; Mouala ; Léfini ; Mbala ; Lilanga ; Mpouya ; Makotipoko ; Kounzoulou ; Mobaka ; Mossaka ; Loukolela ; Likenzé ; Matoko ; Nkasa ; Ibebou ; Botounou ; Motimombiongo ; Liranga. et du Côté Congo-Kinshasa : Maluku ; Maboutoukou ; Mai-Ndombé ; Kana ; Kunzulu ; Kouamouth ; Biangala ; Mbali ; Muse Bwaka ; Tsumbiri ; Bolobo ; Bobi ; Loukolela ; Ngombé.

Outre ces agglomérations rurales et urbaines riveraines du fleuve Congo, la curiosité du touriste sera captée par des sites naturels tels que les pointes ngobila aux kms 174 et 178 respectivement rive droite et rive gauche du fleuve Congo ; Sandy-beach, une étendue d'eau à l'image du stanley-pool, mais deux fois plus vaste. Il va du km 260 au km 300 ; où l'on peut contempler l'île kaka, l'île des hippopotames, et l'île noire et puis les falaises de Mangué-

guégué. Selon Edouard Dupont auteur des « Lettres sur le Congo – Reinwald 1887 », ces falaises rappellent à tous égards les falaises de la Manche (France et Grande-Bretagne). Comme elles, elles sont à pic, à arêtes découpées par des ravins et d'une blancheur éclatante. Mais, à part ces similitudes d'aspect, leur différence est fondamentale et rend ces similitudes mêmes particulièrement étranges.

Les falaises françaises et anglaises (...), sont de la craie, ici, c'est du sable agglutiné d'un côté, du carbonate de chaux, de l'autre de la silice. Ces couches de Stanley-Pool sont donc un grès blanc, très tendre, en couches horizontales, le dépôt doit avoir une épaisseur d'au moins cent cinquante à deux cents mètres (...), il repose sur du quartzite brun et sur des grès jaunes bréchiformes qui forment le lit du Congo du Stanley-Pool jusqu'au Kassaï et plus haut.

D'autres curiosités à visiter ; ce sont les confluent : Kassaï au km 193 ; la léfini au km 219 ; l'Alima km 418 ; l'Oubangui au km 600, etc. Citons aussi la première curiosité au départ de Brazzaville, le Pool- Malebo où se regardent comme dans



Une vue du fleuve Congo

un miroir les villes capitales les plus rapprochées au monde : Brazzaville et Kinshasa. Le Stanley-Pool ou Pool –Malebo (environ 555Km<sup>2</sup>) est un lac de forme elliptique (34Km sur 24Km). Quant à la grande Mbamou, sa superficie est d'environ 187 Km<sup>2</sup>. Le 23 décembre 1908, signature de la convention franco-belge rattachant l'île Mbamou au Congo français. L'émerveillement des touristes du fleuve Congo sera complété par l'histoire dudit fleuve.

Plus loin, à l'est, tandis que le lac Moëro se créait un déversoir par la Luvua, le Tanganyika se forçait un passage vers le Lualaba à travers la Lukuga, captait les eaux du Kivu et une partie de l'ancien bassin

méridional du Victoria-Nyanza ; il venait renforcer ainsi la puissance du fleuve. Celui-ci, aujourd'hui long de 4700 km, a un débit moyen de 40.000 mètres cubes à la seconde ; il creuse une profonde vallée sous-marine et sa force est telle qu'à 17 km au large son courant demeure sensible, que les eaux de surface de l'océan en restent douces jusqu'à 75 km, qu'à plus de 500 km on observe encore une coloration de la mer par les matières qu'il apporte.

On comprend qu'une telle masse d'eau, entraînant un éventail de rivière étalé sur plus de deux millions huit cent mille kilomètres carrés, ait pu, par l'érosion, se frayer un passage à travers les roches les plus

dures. L'exutoire qu'elle s'est littéralement sculpté à travers la roche entre Léopoldville et Matadi en est le plus frappant exemple : là, le fleuve, qui au Stanley-Pool s'étendait sur une largeur de quelque vingt-cinq kilomètres, se resserre brusquement dans des gorges qui parfois ne dépassent pas 500 mètres ; le long des 350 kilomètres qui séparent la capitale du port maritime, il dévale en tourbillonnant le long escalier qu'il s'est aménagé en sciant la roche, cet escalier forme sur une dénivellation de 260 mètres une trentaine d'ensembles de chutes et de rapides.

Ce beau et tumultueux paysage n'a pas changé depuis mon dernier voyage en 2001 à bord du bateau Marie Massamba-Débat, dans le cadre de la couverture médiatique de la première patrouille mixte entre les deux Congo de l'opération Pacific Congo-Oubangui. L'opération avait rassemblé 500 militaires des deux Congo. Chaque pays y avait mis la moitié des effectifs. Ce digest est une invite, non une prière à « goûter » à ce plaisir de visiter les merveilles du Congo qui est finalement une preuve de la mécanique continentale terrestre.

**Gastrone Banimba**

## Musique

# Kimpa Vita version reggae bantou !

Si l'immense song-writer canadien Leonard Cohen a chanté « Joan of Arc » en hommage à la « Pucelle d'Orléans » brûlée vive sur le bûcher, Patrick Bikoumou rend, quant à lui, hommage à Kimpa Vita, l'alter ego de cette héroïne de l'histoire de France. Un titre à découvrir au festival Ponton Miziki.

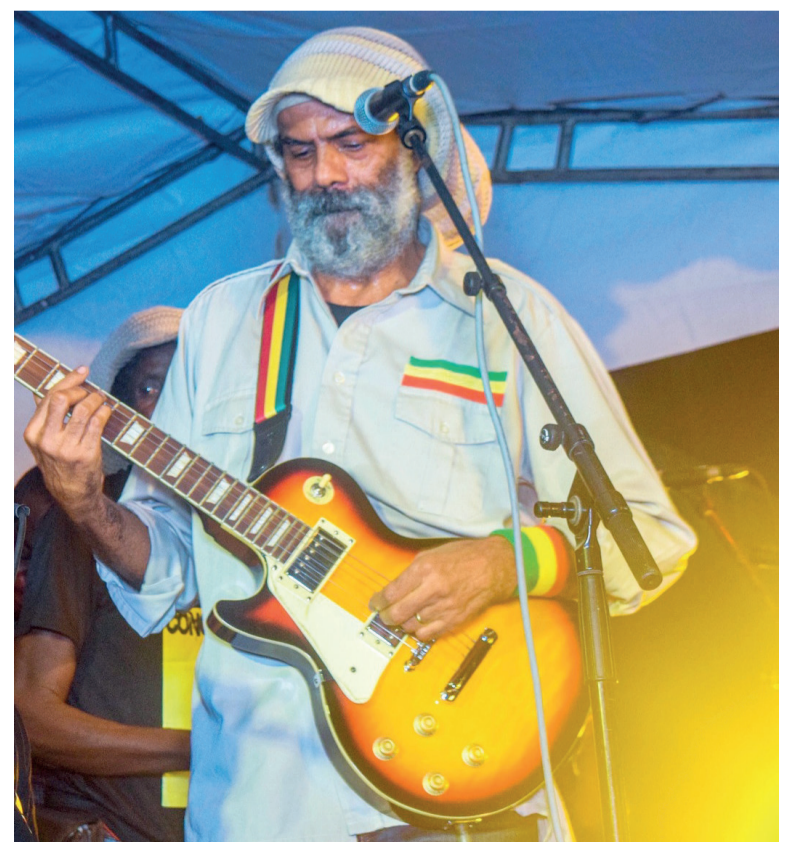
Ecrire que Conquering Lions mettra le feu à la Côte sauvage lors du festival Ponton Miziki avec son dernier titre Kimpa Vita est du domaine du hautement probable tout autant qu'une maladresse lorsque l'on connaît la triste fin de la Jeanne d'Arc congolaise passée par les flammes un 2 juillet 1706. Alors plutôt que parler d'un concert incendiaire en approche, parlons de roots [Racines] et, pour bien choisir les mots, de reggae Bantou, appellation qui définit au plus près le style musical des lions conquérants chers à Patrick Bikoumou, chanteur, guitariste et chef de file de ce groupe ponténégrin. Pour autant, Bosch, surnom du chanteur en référence aux bougies d'allumage [précisons : bougies d'allumage sans aucun rapport avec Kimpa Vita] de sa mobylette qui ne tombait jamais en panne lors de son adolescence, est intarissable pour évoquer longuement ce pan de l'histoire du Royaume Kongo.

C'est une certitude à écouter Bosch, on sent qu'il maîtrise le sujet, partie intégrante de sa culture bantou, et qu'il lui tient à cœur. Car l'homme aime à explorer les racines pour les faire jaillir à la lumière et s'interroger sur l'ancestralité parce que « C'est important de savoir d'où l'on vient pour savoir où aller », dit-il. Alors forcément, Kimpa Vita, prophétesse qui lutta à la fin du XVII<sup>e</sup> siècle pour la réunification du Royaume Kongo, militant par ailleurs contre la colonisation portugaise et contre la traite esclavagiste, ne pouvait qu'inspirer Bosch pour qu'il lui rende en chanson un hommage appuyé.

On n'en oublie pas pour autant que d'autres hommages furent rendus à Kimpa Vita en danse contemporaine, au cinéma, en littérature ou en peinture ; que ce soit par le célèbre chorégraphe Delavallet Bidiefono à travers la danse, par le réalisateur Ne Kunda Nlaba avec le documentaire « Kimpa Vita : la mère de la révolution africaine » ou encore par Magloire Mpembi Nkosi, auteure du roman « Kimpa Vita, la fille de Ne Kongo ». Kimpa Vita est aussi représentée à Brazzaville sur la Fresque de l'Afrique, appelée « Le peuple parle au peuple », œuvre réalisée en 1970 et signée par quatre artistes peintres congolais.

Si quelques orchestres d'ici et là ont déjà célébré la légendaire Kimpa Vita en musique, la version en reggae bantou des Conquering Lions offre une nouvelle fenêtre pour le moins originale sur la Jeanne d'Arc congolaise. Vous brûlez [Pardon] sans doute déjà d'envie de découvrir ce titre, promis à être l'un des morceaux phares du répertoire de Conquering Lions au Festival Ponton Miziki sur la Côte sauvage de Pointe-Noire où se produiront de nombreux artistes nationaux et internationaux, et vous avez raison. C'est à ne pas manquer.

**Philippe Édouard**



Patrick Bikoumou sur scène/Adiac



## Internet

# La fibre à haut débit ? C'est dans la boîte ! Oui mais non !

**De quoi péter un câble ? Y a pas loin ! Depuis le début du mois d'août Canal Box Congo diffuse ses mégabits au compte-gouttes et ses abonnés, comme sous perfusion, y perdent leur sang froid !**

Epinglé à la une sur ses réseaux sociaux, le post de Canal Box Congo avertissait le 8 août ses clients : « Nous portons à votre connaissance qu'à la

cusons pour le désagrément que cela va causer ». Soit. Commençons par préciser que la norme est d'écrire « excusez nous » plutôt que de s'auto-ex-

c'est qu'à ce jour, les graves perturbations n'ont trouvé aucun remède et la communication de Canal Box Congo reste aussi figée que ce post épinglé,

treprises et on a pu s'en rendre aisément compte avec Energie électrique du Congo ou Océan du Nord par le passé. Soit. Pour autant faut-il pour Canal Box

ment irriter la toile ? « On est là, on rit, tu ris, est-ce que tu as déjà ton box ? », « Profitez de vos moments en famille, Canal Box la Fibre familiale », « On monte le son sans jamais perdre la connexion. On danse au rythme du très haut débit ». La vérité est que personne ne rit, qu'il n'est plus possible de suivre un film en streaming ou un match de football en famille et qu'on s'endort en dansant un slow sur le très bas débit. Et si il y a un son qui monte c'est bien celui de l'indignation générale. La seule chose qui tienne est de payer son abonnement au prix fort, Canal Box Congo oubliant le moindre geste commercial qui aurait pu faire valoir un signe d'apaisement avec sa clientèle. Que nenni.

On ne peut naturellement que compatir aux incidents auxquels Canal Box Congo, tombé en disgrâce et qui nous avait pourtant habitué au meilleur, doit faire face mais, à lire les nombreux commentaires de sa clientèle excédée, on ne peut qu'également mesurer le préjudice causé à titre personnel ou familial et, plus grave encore, dans le milieu professionnel, à l'ère où Internet est au centre de très nombreuses activités économiques. Il ne reste plus qu'à prendre le mal en patience, patience dont on sait qu'elle est une vertu cardinale en République du Congo.

*Philippe Édouard*



suite d'un incident sur un câble fibre optique international, les perturbations seront constatées sur la qualité de nos services. Nous nous ex-

cusier. Bref, ce n'est là qu'un léger détail dans une communication qui va s'avérer de jour en jour déficiente, voire provocatrice. Car, là où le bât blesse,

au plus grand mécontentement des clients.

La communication de crise n'est assurément pas au Congo Brazzaville la tasse de thé des en-

Congo publier, avec une totale indifférence des conséquences de cette perturbation qui ne fait que durer, des posts hautement flatteurs qui viennent profondé-

## Les souvenirs de la musique congolaise

# Floraison des groupes vocaux dans l'arène musicale congolaise

**Hormis les Cheveux Crépés, l'orchestre Ballet les Anges, les Elus, les Grands Orphelins, les Echos Noirs Mbamina, groupes vocaux les plus plébiscités et qui connurent une ascension fulgurante au niveau national et international, l'on assista également à l'émergence d'une flopée d'autres groupes vocaux dans l'arène musicale congolaise qui excellèrent dans le domaine de la chanson engagée dite révolutionnaire. Il s'agit des Pattes Tendres (embryon de l'orchestre ballet les anges).**

Le groupe vocal «Les Pattes Tendres» fut Créé en 1964 par Massengo Jean Pierre fonctionnaire avec les frères Kimbolo Gérard, Clotaire et Pierre Sengholt. Ils utilisèrent comme instrument de prédilection la mandoline et la cythare par Massengo et Gérard, la chanson fut assurée par Clotaire Kimbolo, Josys Toungamani écrivait les chansons pour le groupe.

«Les Cols Bleus» fut Créé en 1965 à Pointe Noire, à l'issue d'un concert du groupe les Mésanges à la case du parti de Pointe Noire, Rifi Kitouka fut approché par le talentueux chanteur Rigadin Mavoungou qui lui suggéra de monter un groupe vocal et c'est sur les cendres des Mésanges que naquit le groupe vocal dénommé «Les Cols Bleus» en raison de la tenue de scène arboré lors de leur premier concert au lycée Victor-Augagneur. Le groupe s'appelait «Les Cols Blancs» et Azad le couturier ne disposant plus du tissu blanc pour les cols mit le bleu en lieu et place du blanc, le groupe Les Cols bleus fut composé des frères Kitouka (Rifi et Riffi), Rigadin Mavoungou, Georges Sarlabou, Charly Sao et Marie Joséo.

«Les Ombres», groupe constitué d'un chœur de neuf musiciens chanteurs et instrumentistes, sous la houlette de Pierre Matta chef du groupe, connurent des moments de gloire grâce à la technicité de ses membres,

entre autres Benjamin Nkounkou, Firmin Silou, Joachim Yola, Moïse Nkouka, Albert Malonga. Ils gagnèrent leur pari à la 2<sup>e</sup> Semaine d'Amitié de la Jeunesse Sovie-to-Congolaise organisée en Moldavie en URSS du 09 au 20 août 1972, accompagnée du célèbre chanteur Clotaire Kombolo.

«Les Ombres» dans une forme éblouissante émerveillèrent et captivèrent le public Tunisien lors du 1<sup>er</sup> Festival panafricain de la jeunesse Tunis en 1973, Festival au cours de laquelle participèrent les orchestres Sinza Kotoko du Congo et l'Afrisa de Tabu Ley du Zaïre. A la fin du Festival, Pierre Matta chef de groupe immigra en France. Après avoir subsisté quelques moments le bateau battant pavillon «Les Ombres» prit de l'eau et par la suite quelques musiciens intégrèrent les orchestres de la place.

Les Grands AS, groupe vocal, devint plus tard un orchestre avec comme musiciens Théo- Blaise Nkounkou, Claude Mayika et Vincent Sita.

Les Anges, groupe vocal de Pointe Noire, Tchicaya Simon alias Sancho intégra le groupe où il trouva little Pergola Dacosta, Bangou Valentin, Bissem Jean Pierre, Pambou Tchicaya Tchico y fit son entrée un peu plus tard. Il sied de noter qu'à l'instar des groupes vocaux sus cités, d'autres groupes émergèrent également sur l'échiquier musical congolais aux nombres desquels

l'on peut citer « Les Griots », « Les Gazeles », « Les 7 Freres », « Les Nez Epatés », « les Mains Blanches », « Les Peaux Noires », « les Grands Cols Bleus » et tant d'autres. Ces groupes vocaux comme leurs aînés, les orchestres, n'échappèrent pas à ce qui devint un fléau, à savoir la dissidence et la dislocation de groupe particulièrement le passage des groupes vocaux aux orchestres modernes au cours des années 1970 tels que «Bilengue Sakana», «Nzube Likofi», « Les Grands Chaminadiens », « Ndimbola Lokole », « Groupe Rouge », « Tout Choc Zimbabwe », « Les Techniciens (groupes communément appelés orchestres amateurs) qui ne connurent pas des lendemains meilleurs à la suite d'une mauvaise gestion à laquelle ils furent confrontés.

Ainsi donc pour clore l'histoire des épopées des groupes vocaux dans l'arène musicale congolaise, Clément Ossinonde, éminent chroniqueur de musique, dans une de ses publications, rend hommage à Jacques Loubelo et déclare : « C'est à Jacques Loubelo que reviennent tous les éloges pour avoir été celui qui a le plus contribué à la vulgarisation de la chanson engagée et qui s'est fait remarquer par ses ambitions intéressantes : construire une musique progressiste mais énergétique en l'intégrant dans un environnement spectaculaire laissant une large place à l'utilisation de la danse des « Light-Shows ».

*Auguste Ken-Nkenkela*

# Climat

## Protéger les animaux pour aider au combat climatique

Les gouvernements du monde entier s'efforcent de réduire leurs émissions de gaz à effet de serre et de mettre au point des technologies innovantes pour capturer le carbone. Ce qu'ils ignorent certainement, c'est que l'éléphant de forêt africain est remarquablement efficace pour stocker le carbone sans aucune aide technologique.

En effet les éléphants de forêt africains sont connus comme les « méga-jardiniers de la forêt », en raison de leur capacité à accroître les stocks de carbone et à disperser les nutriments vitaux.

En traversant les forêts tropicales denses d'Afrique centrale, l'éléphant de forêt crée un labyrinthe de corridors verts en broutant et en piétinant les petits arbres sur son passage. Mesurant trois mètres, l'éléphant de forêt sème la pagaille dans la végétation luxuriante de la forêt tropicale en arrachant l'écorce des jeunes arbres, en creusant pour trouver des racines dans le sol et en grignotant des feuilles et des baies. Mais cette destruction fait plus de bien que de mal à la forêt, car elle aide les forêts à stocker davantage de carbone dans leurs arbres et préserve l'un des écosystèmes les plus vitaux de la planète.

Une étude réalisée en 2019 a révélé que les habitudes destructrices des éléphants contribuent à augmenter la quantité globale de carbone stockée dans la forêt tropicale d'Afrique centrale. Chaque éléphant de forêt peut stimuler une augmentation nette du captage du carbone de ces forêts tropicales de 9500 tonnes métriques de CO<sub>2</sub> par



km<sup>2</sup>. Cela équivaut aux émissions produites par la conduite de 2047 voitures à essence pendant un an. Les scientifiques ont d'abord effectué des travaux de terrain sur deux sites du bassin du Congo, l'un où les éléphants étaient actifs et l'autre où ils avaient disparu, et ont enregistré les différences de couverture arborée et de densité du bois. Ils ont ensuite construit un modèle qui suivait la dynamique de la forêt, comme la biomasse, la hauteur des arbres et les stocks de carbone, et simulait la perturbation par les éléphants en augmentant la mortalité des

plus petites plantes.

Le modèle a montré que les éléphants de forêt réduisaient la densité des tiges dans la forêt, mais augmentaient le diamètre moyen des arbres et la biomasse totale au-dessus du sol. La raison en est que les éléphants broutent et piétinent les arbres de moins de 30 cm de diamètre, qui sont en concurrence avec les arbres plus grands pour la lumière, l'eau et l'espace. En éliminant la concurrence, les grands arbres ont prospéré. En conséquence, les arbres les plus grands sont devenus encore plus grands grâce aux habitudes

des éléphants. Les arbres plus petits, que les éléphants préfèrent manger, ont une densité de bois plus faible, ce qui est lié à un taux de croissance plus rapide et à une mortalité plus élevée.

Le comportement des éléphants favorise la croissance des arbres à croissance plus lente qui stockent davantage de carbone dans leur tronc. Outre l'élimination de la concurrence, les éléphants dispersent également les graines et les nutriments lorsqu'ils frôlent la végétation et distribuent leurs déchets dans la forêt, ce qui permet aux arbres

de pousser plus rapidement. Les éléphants aident à disperser les arbres, dont les autres animaux dépendent. Les arbres favorisés par les éléphants font vivre les primates et de nombreux autres animaux.

### Lutter contre le braconnage équivaut à lutter contre le changement climatique

L'extinction des éléphants de forêt entraînerait une perte de 7% des réserves de carbone, soit 3 milliards de tonnes au total, dans la forêt tropicale d'Afrique centrale, selon une étude. Cela équivaut aux émissions générées par plus de 2 milliards de voitures à essence au cours d'une année. Le risque d'extinction des éléphants de forêt d'Afrique est très élevé. Ils sont en danger critique d'extinction et leurs populations diminuent rapidement en raison du braconnage et de la déforestation. Dans les années 1970, on comptait 1,2 million d'éléphants se déplaçant sur d'immenses étendues d'Afrique, mais ils ont été poussés au bord de l'extinction par les braconniers et la perte d'habitat. Aujourd'hui, il n'en reste que 100.000, selon une étude de 2013.

**Boris Kharl Ebaka**

## Chronique

### L'importance de limiter la déforestation

**On peut définir la déforestation comme étant le processus qui consiste à dépouiller les terres forestières de leurs plantes et de leurs arbres en les arrachant et en les coupant. Les forêts ont des fonctions précieuses dans la nature et leur disparition est un très gros problème pour l'environnement et elle contribue également au changement climatique, car les arbres capturent le carbone quand ils poussent.**

La déforestation causée par les activités humaines et les changements climatiques pose des défis majeurs au développement durable et ont des répercussions négatives sur la vie et les moyens de subsistance de millions de personnes sur la planète. Nul n'ignore l'importance vitale des forêts pour le maintien de la vie sur Terre, ainsi que le rôle majeur qu'elles jouent dans la lutte contre les changements climatiques.

En effet la nature est indispensable à notre survie : elle nous fournit de l'oxygène, régule nos conditions météorologiques, pollinise nos cultures, produit de quoi nous nourrir et nous vêtir. Pourtant, la nature est soumise à une pression croissante. Au total, 75% de la surface terrestre a été altérée par l'activité humaine, obligeant la faune et la flore à se replier dans des espaces de plus en plus restreints. Ainsi, la déforestation se produit lorsqu'il y a une exploitation forestière massive ou incontrôlée. Cela entraîne des changements majeurs dans l'écosystème. Entre les principales causes de la déforestation, on retrouve les activités humaines et certains phénomènes naturels. Nous ne pouvons qu'éviter,

résoudre et contrôler les premières et, en améliorant l'état actuel de la planète, nous pouvons contribuer à rééquilibrer les secondes.

Les forêts constituent 30% de la superficie terrestre mondiale. Sources de nourriture, d'énergie et d'autres denrées pour la population mondiale (vêtements, médicaments, etc), elles contribuent à la stabilisation des sols et du climat, régulent les cours d'eau et leur rôle dans l'absorption du CO<sub>2</sub> présent dans l'atmosphère est prépondérant.

Selon la FAO (l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture) la déforestation et la dégradation des forêts contribuent à près d'un cinquième des émissions totales de gaz à effet de serre. Les forêts tropicales sont les plus touchées par la déforestation, en particulier en Amazonie, en Afrique équatoriale et en Asie du Sud-Est. La première cause de la disparition des forêts naturelles est l'agriculture intensive : les terres sont utilisées pour cultiver notamment l'huile de palme, le soja, le cacao ou sont utilisées comme pâturages. Vient ensuite l'exploitation forestière qui sert à produire le papier, le bois de chauffage

et de construction.

Parmi les autres causes de déforestation, on retrouve l'agriculture itinérante, les incendies et en très faible pourcentage, l'urbanisation. Selon le « rapport sur la situation des forêts du monde 2020 », depuis 1990, quelque 420 millions d'hectares de forêts ont disparu par conversion de ces espaces à d'autres utilisations, notamment agricoles. Il est donc important d'investir dans la restauration des sols afin d'améliorer les moyens de subsistance, de réduire les vulnérabilités et de réduire les risques pour l'économie. En outre, la santé de notre planète constitue également un facteur important dans l'apparition des zoonoses, c'est-à-dire des maladies qui se transmettent de l'animal à l'homme, et vice-versa. A mesure que nous empiétons sur des écosystèmes fragiles, nous multiplions les contacts entre l'humain et la faune sauvage, ce qui permet aux agents pathogènes présents dans la faune sauvage de se propager au bétail et à l'homme, augmentant ainsi le risque d'apparition et de propagation des maladies.

**Boris Karl Ebaka**

## Le saviez-vous ?

# La Journée mondiale de l'amitié

**Proclamée en 2011 par l'Assemblée générale des Nations unies, la Journée internationale de l'amitié a été créée par la résolution 65/275 pour rappeler que l'amitié entre les peuples, les pays, les cultures et les individus peut inspirer des efforts de paix et construire des ponts entre les communautés.**

La Journée internationale de l'amitié est une initiative qui fait suite à la proposition de l'Unesco définissant la Culture de la Paix comme un ensemble de valeurs, d'attitudes et de comportements qui rejettent la violence et s'efforcent de prévenir les conflits en abordant leurs causes profondes dans le but de résoudre les problèmes.

Pour marquer la Journée internationale de l'amitié, l'ONU encourage les gouvernements, les organisations internationales et les groupes de la société civile à organiser des événements, des activités et des initiatives qui contribuent aux efforts de la communauté internationale en faveur de la promotion d'un dialogue entre les civilisations, de la solidarité, de la compréhension mutuelle et de la réconciliation.

### Pourquoi l'amitié ?

L'amitié, c'est le rapport humain dans ce qu'il a de plus beau, de plus grand. On naît, en étant soi, on découvre le monde et les choses, on veut tout pour soi, puis l'on comprend qu'il faut partager avec les autres. Vivre avec les autres. Avec plusieurs, c'est un effort, avec certains, c'est un plaisir. Ce sont eux, les amis. Ceux avec qui l'être est bon. Ceux avec qui on a le goût d'être. Ceux avec qui on a le goût de vivre.

Il n'y a pas d'amitié type, ni de modèle, moins encore de mode d'emploi. Comme pour l'amour : fréquentations, habitation, reproduction. Il y a autant de prototypes d'amitiés qu'il y a d'amis. Il y a ceux du quotidien. Il y a ceux de l'exceptionnel. Ceux que l'on voit tout le temps. Ceux que l'on voit de temps en temps. Ceux que l'on ne voit jamais, mais qu'on revoit, un jour, comme si on les avait vus toujours, parce qu'ils n'ont jamais cessé d'être dans nos pensées.

Les amis sont, au départ, les inconnus d'un même endroit, d'un même moment. Des gens à l'école, au boulot, au cam-

Notons que de nouvelles journées sont établies de façon régulière. La création de chaque journée permet de célé-



ping, au gymnase, des gens sur notre chemin. Soudain, ils deviennent des personnes avec des prénoms, avec des adresses, des histoires, des gens avec qui on a dorénavant rendez-vous. C'est d'abord un lieu qui nous fait connaître des amis, puis ce sont les amis qui nous font connaître des lieux qui nous feront certainement toujours penser à eux. Maintenant, on peut même s'en faire en restant chez soi. Des amis Facebook, Instagram, Twitter ou TikTok. On voit tout ce qu'ils veulent montrer. On commente, on félicite, on met des cœurs et des pouces. Ça amuse, Ça apprivoise. Mais c'est quand on les voit pour vrai que **ça devient vrai.**

brer des journées, semaines, années et décennies sur des thèmes particuliers. Ainsi tout au long de l'année, il est célébré plus de 140 journées internationales qui servent à aborder des aspects essentiels de la vie humaine, des enjeux importants du monde ou de l'Histoire et à sensibiliser le public en offrant à de nombreux acteurs l'occasion d'organiser des activités liées au thème de la journée. Si l'amour a son 14 février, l'amitié quant à elle, mérite bien son 30 juillet

*Jade Ida Kabat*

## Bourses d'études en ligne

# Bourses d'études de l'université du Qatar 2024-2025

**L'Université du Qatar (QU) ouvre ses portes aux étudiants du monde entier pour ses programmes d'études supérieures (master et doctorat) et ses bourses d'études pour le semestre de printemps 2024. Les candidatures sont acceptées du 27 août au 5 octobre 2023, et les décisions d'admission seront communiquées le 28 décembre 2023.**

### RÉSUMÉ DE L'OPPORTUNITÉ

**Niveau :** Master, Doctorat, Doctorat en Pharmacie.

**Date limite :** du 27 août au 5 octobre 2023.

**Financement :** Entièrement financée.

**Ouvert :** Toutes les nationalités.

**Pays :** Qatar

**Etablissement :** Université du Qatar.

Avantages de la bourse de l'université du Qatar

Les candidats retenus pour les bourses d'études de l'Université du Qatar bénéficieront des privilèges énumérés ci-après :

- Exonération des frais de scolarité.
- Exonération des frais de manuels scolaires.
- Allocation mensuelle de 500 QR (137 \$).
- Logement étudiant (deux étudiants par chambre).
- Prise en charge des déplacements vers et depuis le campus.
- Billet d'avion aller-retour annuel.
- Permis de séjour sous le parrainage de l'Université du Qatar.

Les programmes disponibles à LUQ

L'Université du Qatar propose une large gamme de programmes. Pour en savoir plus sur ses programmes, veuillez visiter ce lien : <https://www.qu.edu.qa/students/admission/>

[graduate/academic-programs](https://www.qu.edu.qa/students/admission/graduate/academic-programs)

Conditions d'admission

L'Université du Qatar, une université de recherche prestigieuse, offre des programmes de master et de doctorat de haute qualité. Cependant, l'admission à ces programmes est très compétitive. En effet, les exigences d'admission varient selon le programme, mais elles incluent généralement une moyenne cumulative élevée, des résultats de test d'admission et un dossier de candidature solide.

### Programme de doctorat :

- Diplôme de master de recherche obtenu avec une moyenne cumulative d'au moins 3,0

- Les candidats qui ont terminé un master professionnel avec une moyenne cumulative de 3,0 ou plus doivent satisfaire à des exigences d'admission supplémentaires spécifiques au collège / programme

### Programme de Master :

- Licence ou plus obtenu avec une moyenne cumulative GPA d'au moins 2,8

Pour en savoir plus sur les exigences spécifiques de chaque programme d'études, veuillez visiter le lien suivant : <https://www.qu.edu.qa/students/admission/graduate/academic-programs>.

Comment postuler pour les bourses d'études de l'université du Qatar ?

La demande de la bourse d'études se fait après avoir obtenu la décision d'acceptation à l'Université du Qatar. Si vous êtes acceptés à un programme de master, doctorat ou doctorat en pharmacie, vous recevrez un lien vers l'espace de dépôt de candidature à la bourse par e-mail.

Pour postuler à un programme d'études offert par l'Université du Qatar, suivez ces trois étapes simples :

1. Créez un compte sur le site Web de l'université.
2. Remplissez la demande d'admission en ligne.
3. Téléchargez les documents requis avant la date limite d'admission

Les candidats qui ne satisfont pas aux exigences d'un visa étudiant ne seront pas considérés pour l'admission à l'Université du Qatar.

Cependant, vous pouvez suivre l'état de votre demande d'admission en visitant la page de demande d'admission en ligne, en utilisant votre nom d'utilisateur (ID) et votre mot de passe (PIN).

Le début des cours pour le semestre de printemps 2023 aura lieu le 21 janvier 2024.

Tous les candidats qui ont des questions sur l'admission aux programmes d'études supérieures à l'Université du Qatar sont encouragés à contacter le centre d'appels étudiants au +974 44 03 44 44 ou par e-mail [graduate@qu.edu.qa](mailto:graduate@qu.edu.qa).

## Nutrition

# Les boissons sucrées augmentent les risques de maladies du foie

**Surpoids, obésité, diabète, maladies cardiovasculaires, les boissons sucrées sont incriminées dans de nombreuses pathologies. Et le foie n'est pas épargné. Faisons le point sur les risques d'atteintes hépatiques liées à la consommation de sodas et jus de fruits artificiels.**

Les boissons contenant des sucres ajoutés exposent les consommateurs réguliers à un surrisque de cancer du foie. Et plus globalement, elles augmentent la mortalité due aux maladies chroniques du foie.

Pour le prouver, des chercheurs américains\* ont suivi une cohorte de 98 789 femmes ménopausées pendant 20,9 années. « *Celles qui consommaient une ou plusieurs boissons sucrées par jour avaient 18% de risque de développer un cancer du foie, contre 10,3% chez celles qui consommaient trois portions ou moins de boissons sucrées par mois* », résume le Pr Xuehong Zhang, principal auteur de l'étude.

Une incidence donc bien moindre dès lors que la consommation de boissons sucrées reste modérée. Autre donnée : la mortalité des grandes buveuses de sodas était de 17,7 pour 100 000 femmes par an, contre 7,1 pour 100 000 chez les femmes peu adeptes de ces boissons.

## Triglycérides et phénomène inflammatoire

Parmi les facteurs d'explication : une alimentation sucrée constitue un facteur de risque d'excès pondéral, lui-même impliqué dans la surexposition au risque de cancer. La graisse est en effet connue pour favoriser l'apparition de lésions tumorales. Ainsi, à l'échelle mondiale, 3,6% des nouveaux cas de cancers diagnostiqués chez les plus de 30 ans trouvent leur origine dans un surpoids ou une obésité. Par ailleurs, les édulcorants comme l'aspartame ajoutés dans les boissons industrielles light afin de conserver une saveur sucrée tout en diminuant l'apport calorique, sont aussi connues pour leurs propriétés cancérigènes. Les tumeurs le plus souvent diagnostiquées chez les patients souffrant d'obésité (cancers digestifs, reins, seins, col de l'utérus, ovaires...) étant les plus fréquemment rapportés chez les buveurs de sodas. Enfin, la surconsommation de



**Boissons sucrées/DR**

sodas augmente le risque de souffrir d'une NASH, maladie du soda, autrement appelée stéatose hépatique non alcoolique dans sa forme la plus avancée. Comment se traduit cette pathologie affectant 20

à 30% de la population française ? Lorsque les apports en sucres (et en gras) sont excessifs, un déséquilibre survient : un nombre important de graisses s'accumule sous forme de triglycérides dans

le foie. Un phénomène inflammatoire s'en suit. Au fil du temps, les cellules hépatiques se détruisent et le trouble peut s'aggraver en fibrose puis en cirrhose.

**Destination Santé**

## Rentrée scolaire C'est l'heure de recalibrer le sommeil des enfants

**D'une manière générale, les spécialistes recommandent de réajuster le sommeil entre une semaine et 10 jours avant la rentrée des classes. Alors plus de temps à perdre. L'enjeu est tout bonnement d'être en mesure de se lever le jour J et les suivants. Histoire de ne pas démarer ce nouveau cycle scolaire avec une dette de sommeil.**



**Moment de sommeil d'un enfant/DR**

En pratique, le soir, votre enfant ou ado doit d'abord revenir à une heure de coucher raisonnable avant de se rapprocher progressivement de celle qu'il adopte au cours de l'année. Pour l'heure du réveil, même stratégie. Allez-y progressivement en avançant chaque jour jusqu'à la rentrée, son réveil de 10-15 minutes maximum. De cette façon, il n'aura aucun mal à décoller le mardi 1<sup>er</sup> septembre prochain. Au-delà des horaires de coucher et de lever réguliers, notez bien ces conseils de bon sens, valables tout au long de l'année : veillez à ce qu'il ne soit pas gêné par le bruit, évitez de lui donner des excitants dans l'après-midi. Donc, après 16 heures, pas de boissons à base de cola, de jus de fruits contenant de la vitamine C, pas de chocolat en quantités importantes... Comme chez l'adulte, un

sommeil régulier et en quantité suffisante favorise les mécanismes d'apprentissage et de mémorisation. Le soir venu, soyez à l'affût des signes révélateurs : fatigue, bâillements, frottement des yeux et énervement. Quant aux besoins de sommeil, ils varient en fonction de son âge. D'une manière générale, un petit de 2 ans dort encore 14 heures par jour, réparties entre le sommeil et la sieste. Entre 3 et 5 ans, la sieste va progressivement disparaître et son temps de sommeil se stabilisera autour de 12 heures. Ensuite et jusqu'à l'adolescence, il devra dormir entre 9 heures et 10 heures par nuit. Pour en savoir plus, consultez le site de l'Institut national du sommeil et de la vigilance, [www.institut-sommeil-vigilance.org/](http://www.institut-sommeil-vigilance.org/).

**D.S.**

## Des légumes verts pour protéger nos poumons ?

**A première vue, le lien apparaît plutôt inattendu... Selon une équipe danoise, les personnes présentant un faible niveau de vitamine K dans le sang seraient davantage exposées à certaines affections touchant les poumons : asthme et broncho-pneumopathie obstructive chronique en tête (BPCO). Explications.**

A l'Hôpital universitaire de Copenhague (Danemark), le Dr Torkil Jespersen et son équipe ont conduit une étude auprès de 4 000 de leurs concitoyens âgés de 24 à 77 ans. Tous ont été soumis à un bilan sanguin ainsi qu'à une exploration fonctionnelle respiratoire (EFR) ou spirométrie, un examen permettant de mesurer les capacités pulmonaires. Chaque participant a également répondu à un questionnaire relatif à son état de santé et à ses habitudes de vie : alimentation, activité physique, etc.

Il en ressort un constat principal : de faibles taux de vitamine K dans le sang ont été plus volontiers constatés chez des patients souffrant d'asthme ou de BPCO. Autrement dit, cette étude suggère que les personnes ayant de bas niveaux sanguins en vitamine K sont susceptibles de présenter une fonction pulmonaire plus dégradée que les autres. Présente dans les légumes verts à feuilles (brocoli, choux, épinards...), les huiles végétales et les céréales, cette vitamine joue surtout un rôle dans la



**Un plat de légumes vert/DR**

coagulation sanguine. En revanche, son lien potentiel avec la fonction pulmonaire semble nouveau.

Recherches complémentaires Comme le souligne le Dr Torkil Jespersen : « *Nous savons déjà que la vitamine K joue un rôle important dans le sang. Les études commencent à montrer qu'elle est aussi importante pour la santé du cœur et des os. Mais, jusqu'ici, très peu de recherches ont concerné les poumons* ». Des travaux complémentaires sont d'ores et déjà annoncés pour confirmer ou infirmer ce lien

et, le cas échéant, déterminer si l'augmentation du taux de vitamine K peut améliorer la fonction pulmonaire ou non. En attendant, « *nos résultats ne modifient pas les recommandations actuelles en matière d'apport en vitamine K* », conclut l'auteur principal. A noter toutefois que trois des cosignataires de ce travail précisent dans la rubrique 'conflits d'intérêts', avoir perçu une subvention d'une société norvégienne qui fabrique justement une vitamine K2 de synthèse...

**D.S.**

## Basket

## Cinq pays africains participent à la Coupe du monde

Les équipes africaines performent bien pendant la Coupe du monde de basketball 2023 qui se déroule en Indonésie et au Japon. Le Soudan du Sud a battu la Chine 89 à 69 à Manille tandis que le Cap-Vert a remporté la partie face au Venezuela 81 à 75 à Okinawa au Japon. Les deux équipes restent ainsi en lice pour une place au second tour de la Coupe du monde et dans la course à la qualification automatique de l'Afrique pour les Jeux olympiques de Paris l'été prochain.



La Côte d'Ivoire a, quant à elle, remporté son premier match en Coupe du monde face à l'équipe iranienne 71 à 69. Une victoire des éléphants qui vaut aux iraniens de sortir de la compétition après deux défaites. La lutte pour le titre va désormais mettre aux prises les 16 équipes qui se sont qualifiées pour le 2<sup>e</sup> tour de la Coupe du monde FIBA 2023. Mais les seize éliminées vont, elles aussi, disputer des matchs importants dans l'optique du Tournoi Olympique de Paris 2024. En effet, les matchs de classement pour les places 17 à 32 vont permettre

d'attribuer des places aux JO et dans les Tournois de qualification olympique FIBA 2024.

#### Qualification directe pour le Tournoi Olympique de Paris 2024

Toutes les cinq équipes africaines ont remporté un match du 1<sup>er</sup> tour et elles aborderont toutes la suite du tournoi avec un bilan de (une victoire et deux défaites). L'Angola ou le Soudan du Sud sont assurés d'ajouter une victoire puisque les deux pays seront directement opposés dans le Groupe M.

De quoi mettre un peu de pression sur les trois autres équipes Egypte, Cap-Vert et Côte d'Ivoire engagées dans les matchs de classement. Le Cap-Vert et le Soudan du Sud ont déjà écrit l'histoire en se qualifiant pour une toute première Coupe du monde FIBA, puis en signant un tout premier succès dans la compétition. De quoi être bien lancés pour la suite. L'Angola, la Côte d'Ivoire et l'Egypte auront l'avantage d'être plus expérimentés à ce niveau.

**Boris Khari Ebaka**

## A la découverte de ...

### Anael Ngamissengue, le coup de poing qui défend le Congo à l'international

**Le boxeur congolais de 27 ans, Anael Ngamissengue est actuellement au cœur de l'actualité grâce à ses performances. Le 66<sup>e</sup> mondial participe, du 25 juillet au 6 août, à Yaoundé au Cameroun au championnat d'Afrique de boxe.**

**D**éjà présent au Cameroun, Anael qui est champion intercontinental IBA souhaite marquer et impacter son parcours dans cette compétition continentale. Au Cameroun, il n'a qu'un seul objectif, celui de remporter le titre de champion d'Afrique dans sa catégorie et se qualifier pour les Jeux olympiques Paris 2024.

Souvent invaincu et très percutant sur le ring, le champion Anael Ngamissengue compte plusieurs victoires notamment chez les 72 kg où il évolue. Il est champion de la Coupe de France et a remporté plusieurs combats à travers le monde.

Le succès est méritoire au vu du contexte, parce qu'il a perdu son père qui l'a vu débiter dans le noble art à l'âge de 15 ans à Pointe-Noire au Congo. Et il a eu une blessure à la main droite quinze jours avant la Coupe de France 2022. «*Pour ne pas déclarer forfait, il lui restait une seule issue : boxer en gaucher. Pas évident pour un droitier à la réputation de frappeur. Il a eu le courage de s'y astreindre au bout d'une rude préparation et d'intenses séances de sparring avec Cheikhmar Koné (gaucher, champion de France amateur des -81 kg)*», a révélé Bob Sita, l'un de ses trois entraîneurs. Anael Ngamissengue fait partie des boxeurs puissants sur la liste des acteurs majeurs de la Fédération congolaise de boxe. Il mérite ainsi un accompagnement conséquent afin d'évoluer de mieux en mieux dans sa carrière.

**Rude Ngoma**



## Plaisirs de la table

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Samuelle Alba**



## RECETTE

### Steaks à l'ail

#### INGRÉDIENTS POUR QUATRE PERSONNES

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

#### PRÉPARATION

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

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

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

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

Bonne dégustation !

S.A.

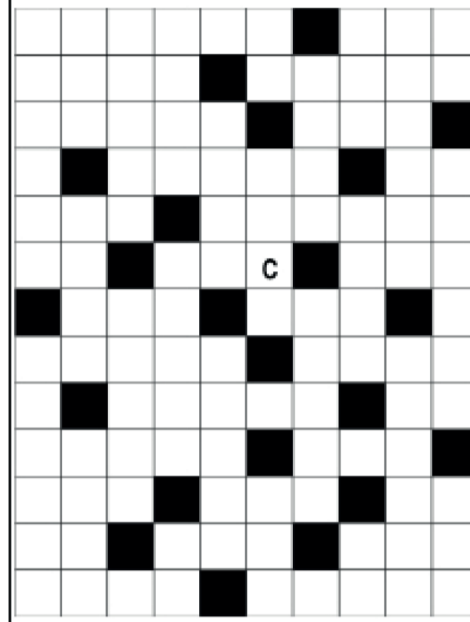


**SOLUTION :**

Le mot-mystère est : Kenya

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

**MOTS CASÉS 10X13 - N°168**



**2 LETTRES**

EN - HO - LA - LE - LU - MU - ON - OR - OS

**3 LETTRES**

ACE - ADO - AGE - AIR - ARA - ARE - BEC - EVE - MEC - NES - NET - OLE - SAS - SEC - SKI - TAO

**4 LETTRES**

ANGE - AREC - ECRU - GNOU - INNE - LUNE - OVIN - RUSE - TACT - USER

**5 LETTRES**

ALEAS - AUGES - BIGRE - ECRIT - EUSSE - KIPPA - NEIGE - PRUNE - REAGI - RENTE - SAPES - TIARE

**6 LETTRES**

DECHUE - DETAIL - DORSAL - NARGUA - NASALE - NEROLI - OASIEN

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

**• SOLUTION DE LA GRILLE N°63 •**

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

**• SOLUTION DE LA GRILLE N°72 •**

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

PIÈRE VIEUX RECOLL- TIONNAIRE	FEMME BESOUJE COUCHE- TARD	POIN DES COUPS D'ÉTAT NUANCE DE BLEU	VITE IMPORTE	ALLONGE POSSÈGE	VERTÈBRE CALIBRE
BRUIT DE COULURE PETITE QUANTITÉ			REPAS DE BÈRE		SAIT DES BONDS
				COUPE COURT BLAZONS	
SENG- ARABINE VELETTE			CHORÉ A NOUVEAU VIEUX POÏÈTES		
	PETIT SALAIRE			VALRUR REFUSE	
MÈTRE POPULAIRE	RAVIRE À TABLE	MOUCHE D'AFRIQUE	CHEVALINE TERRE OCCANE		SODIUM AU LABO
		COURE EN MATHS CERTIFIÉ			DEMIÈ DE LA MÈME BÈRE
DALLON- NÈS DES GRÈGES				ORDRE D'E- VACUATION BÈGE CHAUD	
DON DU FEU DANS LA GAMME			TELLEMENT BRUIT DE PORTE QUI CLIQUE		SITUÉE
	TROUBLES MÉNTAUX DYNAMI- CHISME				FERRURES
INFUSION SUPPRIMA		MONNIE ROUMAINE NOTE DE MUSIQUE		PLAISANTE POSSÈDE	
	VARIÉTÉ D'ORANGE				
MACHINES				PREMIÈ FEMMIN	

**• SUDOKU - GRILLE N°64 - DIFFICILE •**

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

**• SUDOKU - GRILLE N°73 - FACILE •**

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

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

- |          |          |          |
|----------|----------|----------|
| ABBAYE   | FACTURE  | POIREAU  |
| ASPERGE  | FAILLE   | REPROCHE |
| AZTEQUE  | FREGATE  | ROCADE   |
| BLÉ      | GANGSTER | ROTULE   |
| BOUDIN   | GOLEM    | ROYAL    |
| BOURG    | GRADE    | SUJET    |
| BRETON   | HAYON    | SUSHI    |
| BREVETER | HOMICIDE | TIMBRE   |
| CHAUVE   | HUMOUR   | TROMBE   |
| DECLIN   | ILICO    | TROUBLE  |
| DIGESTIF | LUCARNE  | VIZIR    |
| DOPER    | PARDON   | VOIRIE   |
| DOUZE    | PLANCHE  | ZOMBIE   |
| EMBRYON  | PLURIEL  |          |

# A cœur ouvert

## « D'oublier et se mettre en retrait »

Dans un monde où l'ego joue en première ligne, s'oublier et se mettre en retrait reviennent à parler le langage des anciens. Oui, les hommes à la couronne blanchie par les années disent que l'humilité précède la gloire Mais se taire et écouter, observer et se mettre en retrait, est-ce vraiment humain ?

L'on vous dira souvent que celui qui veut diriger une nation doit apprendre à diriger une maison. L'on vous dira que personne ne peut prétendre diriger la cité s'il n'est pas capable de maîtriser son foyer. Et certaines fonctions administratives, civiles et militaires ne peuvent être assumées sans passage devant l'Etat civil. Le mariage est ainsi le plus beau des camps d'entraînement si on veut percer dans la vie. Pourquoi ? Eh bien, c'est parce que c'est compliqué de gérer ses émotions, ses envies, ses besoins et aussi ceux de l'autre. L'humain est la conception de l'être supérieur la plus complexe qui soit dans sa constitution, ses raisonne-

ments et son fonctionnement. Alors, qui veut diriger les autres doit être prêt à passer sur l'autel de sacrifice de son ego. L'état émotionnel de nos familles, la sorcellerie, les envoûtements, la comparaison, la compétition prouvent à suffisance que l'élévation attire du monde mais il y a un secret qui n'a jamais trahi ceux qui le pratiquent : s'effacer. On dirait un contre-sens, un illogisme, un paradoxe... Mais qu'observez-vous quand votre mari hausse le ton, gronde dans la maison, s'irrite et vous percute de ses émotions et que vous répondez par le silence ? Pas un silence de frustration, pas une bouderie de méconten-

tement, ni même de renoncement ou de capitulation mais un silence qui laisse la place à l'autre d'exprimer tout ce qu'il ressent, même si c'est très difficile à entendre... Un silence qui assume ses torts, autorise le mécontentement de l'autre et la divergence du moment. Un silence qui permet la désescalade, qui accorde une issue favorable à la crise et attend que la tempête des émotions passe pour permettre un contexte ultérieur de communication bienveillante, si nécessaire, car la laisser couler est parfois une solution à part entière...

Princilia Pérès

### HOROSCOPE

**Bélier**  
(21 mars - 20 avril)

Vous ouvrez une nouvelle porte, vous êtes prêt à changer en profondeur vos mécanismes, particulièrement sur le plan sentimental et émotionnel. Une discussion attendue se profile, ceci vous permettra de vous décharger.

**Lion**  
(23 juillet-23 août)

Ménagez votre énergie et vos mouvements. Vous aurez besoin de vous poser et de faire un point sur votre vie. Ces périodes sont essentielles pour votre bien-être et pour y voir plus clair.

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

Votre bonne humeur sera le moteur de toutes vos interactions sociales. Vous vous démarquez et attirez beaucoup de sympathie. Des alliances pourraient même voir le jour tant que vous vous montrez disponible.

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

Vous fuyez la superficialité. Vos relations doivent être sincères et confiantes, ce n'est qu'ainsi que vous souhaiterez avancer. C'est le moment de renouer avec un proche perdu de vue.

**Vierge**  
(24 août-23 septembre)

Vous êtes dans les meilleures dispositions pour atteindre vos objectifs. Cette semaine, vos idées prennent de l'importance et se matérialisent plus vite que vous ne le pensez. Place au changement !

**Verseau**  
(21 janvier-18 février)

Vous faites preuve d'une grande vitalité et ouverture d'esprit. Cet état d'esprit vous pousse à l'aventure et à vous surpasser. Vous serez sur tous les fronts, il vous faudra même canaliser un trop plein d'énergie.

**Gémeaux**  
(22 mai-21 juin)

Les célibataires auront le vent en poupe, vous profitez de chaque sortie publique pour briller de mille feux. Vos idées sont claires et vos points de vue affûtés, vos proches seront à l'écoute.

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

Un proche vous donne du fil à retordre car vous n'êtes pas forcément sur la même longueur d'ondes. Prenez un temps pour vous afin d'y voir plus clair, du recul sera nécessaire pour surmonter vos différents.

**Poisson**  
(19 février-20 mars)

Vos proches pourront compter sur vous. Vous faites preuve d'une fiabilité à toute épreuve, vous serez une force de réponse à toutes les questions qui émergent. Une rencontre professionnelle sera déterminante.

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

Les décisions hâtives vous reviennent de plein fouet. Cette semaine, vous prenez enfin du recul et les prises de conscience sont parfois difficiles. Vous ressentirez le besoin de vous exprimer, faites-le !

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

La semaine sera placée sous le signe des émotions. Vous les laisserez s'exprimer et cela vous fera un plus grand bien. Vous évacuez un certain nombre de frustrations et laissez vos projets se concrétiser à leur rythme.

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

La famille est au cœur de vos préoccupations et même de vos priorités. Vous êtes disposé à vous concentrer essentiellement sur vos proches. Vous apportez la solution à de nombreux problèmes.

**PHARMACIES DE GARDE**

**DIMANCHE 3 SEP-TEMBRE 2023**

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

<b>MAKÉLÉKÉLÉ</b>	Rosel
<b>Pharmacie de jour</b>	Rond-point Koulounda
Hopital Makélékélé	La Victoire
Jireh Rapha	Daphné
Nobel	<b>Pharmacie de nuit</b>
<b>Pharmacie de nuit</b>	Sophiana
Grand Séminaire	Désir
Rond-point Makélékélé	Tsieme (ex Galesy)
Kisito	Ebina
Château d'eau Goldine	Boueta Mbongo
	Coronella
<b>BACONGO</b>	<b>TALANGAI</b>
Pharmacie de jour	Lecka
Chris Roi	Terminus Mikalou
Commune de Bacongo	Vert D'O
Marché Total	<b>Pharmacie de nuit</b>
<b>Pharmacie de nuit</b>	Esplanade
Sandza	Saint Robert
Prosper	Galy
Commission	Jaque Rufin
La Glacière	Père Emerauce
	Immaculé
<b>POTO-POTO</b>	Eckodis
<b>Pharmacie de jour</b>	Louanges
Carrefour	Lycée T.Sankara
Christale	Croix Sainte
Vader Veecken	<b>MFILOU</b>
<b>Pharmacie de nuit</b>	<b>Pharmacie de jour</b>
Péniel	Konix
Poto-Poto	Médine PK Mfilou
Exaucé	La Base
Alex	<b>Pharmacie de nuit</b>
Les Anfes	El Rodriguo
	Ô Océanne
<b>MOUNGALI</b>	Bethesda
<b>Pharmacie de jour</b>	Nuit Exode
Rond-point Moungali	
Zoo	<b>DJIRI</b>
Mayama	<b>Pharmacie de jour</b>
Auréole	Saint Luc
Daffe	M-Reina
5ème Galaxie	Ile de la santé
<b>Pharmacie de nuit</b>	Horeb
Celmesterica et Jenny	<b>Pharmacie de nuit</b>
Délivrance	Oasis
Jagger	
Boueta Mbongo	<b>MADIBOU</b>
La Renaissance	<b>Pharmacie de jour</b>
Liema	Affia
La Grâce	<b>Pharmacie de nuit</b>
<b>OUENZÉ</b>	Nuit Victorieuse
<b>Pharmacie de jour</b>	