



LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

N° 269 - VENDREDI 26 AVRIL AU JEUDI 2 MAI 2024

MUSIQUE

Les Mamans du Congo au festival Wassan Africa

Figure incontestable de la musique congolaise, Gladys Samba et Les Mamans du Congo seront sur scène dans les villes de Launa et Merville en France, dans le cadre de la 18e édition du festival Wassan Africa, qui aura lieu du 5 au 8 juillet. Ce festival, qui fait découvrir la richesse de la culture africaine, réunira la France et l'Afrique dans un esprit de partage et de convivialité.

PAGE 6



DIPLOMATIE/PORTRAIT

Guy Nestor Itoua, secrétaire général du ministère des Affaires étrangères



Par décret présidentiel du 17 avril dernier, l'ambassa-

teur Guy Nestor Itoua a été confirmé au poste de secrétaire général du ministère des Affaires étrangères, de la Francophonie et des Congolais de l'étranger. Il assurait l'intérim à ce poste depuis le 21 février après le limogeage d'André Poh y ayant servi pendant quasiment deux ans.

PAGE 11

SPORT

Des défis logistiques pour améliorer les performances



La participation de la République du Congo aux compétitions sportives internationales est une question cruciale qui soulève des préoccupations majeures. Une communication récente a mis en exergue les défis logistiques qui entravent la préparation adéquate des athlètes, compromettant ainsi leurs performances et les attentes du pays.

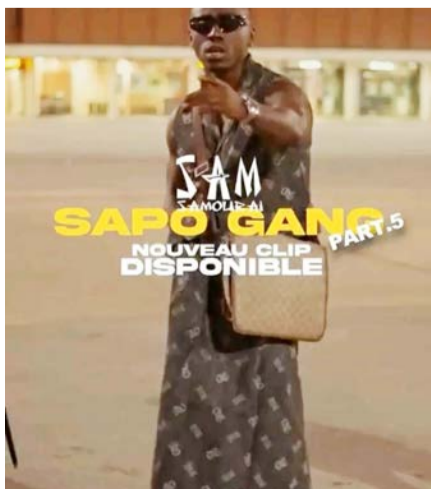
PAGE 13

ALBUM

Sam Samourai revient avec « Sapo gang 5 »

L'artiste rappeur et auteur-compositeur congolais, Sam Samourai, vient de dévoiler son nouveau single « Sapo gang 5 ». Toujours dans le même style que les quatre précédents singles, l'artiste parle de sa passion pour la mode et la valorisation de la culture de son pays. Le clip caracole des vues sur YouTube.

PAGE 5



CINÉMA

Appel à participer au Festival « Bangui fait son cinéma »

PAGE 5



Éditorial

Piège

Ceux qui ont compris que les réseaux sociaux ne sont pas qu'un couloir de divertissement ont sans doute déjà dépassé le cap des bénéfices attendus de leurs univers d'actions. Que l'on parle de vente, de promotion, de quête commerciale ou de e-réputation, des utilisateurs mieux organisés se frottent les mains à l'heure de quantifier la valeur de l'investissement en temps et en heure, maintenant que le maniement de ces médias sociaux ne représente plus un mystère avec la vulgarisation des terminaux et de l'internet.

Ces avantages fournis par le duo réseaux sociaux et internet n'ont malheureusement pas encore conquis la plupart d'utilisateurs encore dans le dos de vraies opportunités de ces plateformes. Des heures passées sur des vidéos moins constructives chez Tik Tok, des publications insoucieuses et stupides, des conversations inutiles à longueur de journée aux moindres notifications, la liste est longue sur des dérives que nous observons sur l'utilisation saine et profitable des médias sociaux.

Il est vrai que les réseaux sociaux offrent de nombreux avantages tels que garder le contact avec sa famille, ses amis, suivre leur actualité, multiplier ses contacts, et bien plus ! Mais comment concilier la présence et la notoriété de l'image avec l'intérêt réel que ces différentes plateformes offrent ? La réponse est sans doute de savoir tirer son épingle de jeu, se remettre en question que la vie virtuelle au travers de ces outils peut impacter positivement ou négativement la vie réelle.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 510 »

C'est environ le nombre de milliards de FCFA à consacrer aux petits projets dans divers secteurs d'activités en vue d'impulser l'économie nationale et contribuer à sa diversification, selon la Commission nationale des investissements (CNI).

PROVERBE AFRICAIN

« Celui qui fréquente les sages devient sage »

LE MOT

« BISSEXTILES »

❑ *Ce mot désigne les années qui comptent 366 jours au lieu de 365, et qui reviennent tous les quatre ans. Le jour supplémentaire par rapport à une année standard est le 29 février.*

IDENTITÉ

« ELORA »

Prénom d'origine grecque, Elora veut dire « lumière ». Séduisantes et charmantes, les personnes qui portent ce nom sont appréciées dès la première rencontre. A l'aise avec les relations sociales, Elora est une personne ouverte au monde et aux gens. C'est également quelqu'un de sensible qui peut vite être déstabilisé en cas de reproches : elle a tendance à prendre les choses trop à cœur. Même si cet aspect de sa personnalité peut être un atout, notamment dans son univers professionnel où elle est de ce fait très impliquée, les critiques peuvent rapidement la perturber dans son équilibre.

LA PHRASE DU WEEK-END

« Un laboureur debout est plus grand qu'un gentilhomme à genoux »,

- Benjamin Franklin -



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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

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

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

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

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

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

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

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

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo

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

PAO - MAQUETTE

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

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

INTERNATIONAL

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

ADMINISTRATION - FINANCES

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga

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

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

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

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

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

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

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

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

Président : Jean-Paul Pigasse

Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Livre

Nehemie Mongo, les vers avant toute chose !

Ne vous y tromper pas, le recueil de poèmes de Nehemie Mongo, « Vivre en vers », n'est pas un livret à l'eau de rose, bien au contraire, il est un condensé de récit englobant les maux de ce siècle : inégalités, guerres, foi égarée, infidélité, tragédies... Tout y passe, rien n'échappe à sa plume engagée pour exprimer non seulement son ras-le-bol mais aussi sa foi et sa prière pour un monde meilleur.

La couverture du recueil annonce les couleurs (blanc vert, jaune moutarde), et le titre porte à confusion. « Vivre en vers » n'a rien à voir avec un engagement citoyen pour la conservation de la nature, même s'il en aborde quelques aspects. Mais il est plutôt un morceau choisi des poèmes de l'auteur (datant pour certains de ses années au lycée) où l'auteur exprime son ressenti face à ce monde qui va en dérive. D'ailleurs dès les premiers vers le ton monte, douleurs, impuissance et colère s'invitent sur la scène, avec « Avalanche », poème d'ouverture.

« (...) Mais soudain, une force invisible se réveille, Et l'avalanche gronde, impitoyable merveille, Telle une bête sauvage, elle se met en marche, Dévalant les pentes abruptes, sans relâche (...) tout sur son passage est englouti dans la fureur; Les arbres se courbent, impuissants, face à l'ardeur. Les rochers se dérobent emportés dans la tourmente, Et les chalets vacillent happés par la descente. Les cris de détresse s'élèvent dans le vent, Mais l'avalanche ignore ce triste tourment. Elle poursuit son chemin, avide de destruction, indifférente aux vies prises dans son tourbillon », pages 13 et 14.

Plus loin « La colère du temps » où l'auteur bien conscient des ravages du temps invite le lecteur de ne pas se laisser happer par ce dernier « (...) Le temps nous enseigne la sagesse, il nous rappelle l'urgence de vivre et de chérir chaque instant de tendresse. Alors, ne laissons pas la colère du temps nous envahir de rage et de tourments, saisissons l'opportunité précieuse de vivre en harmonie, dans la douceur des cieux », page 18.

Ses poèmes reflètent donc le monde actuel et témoignent de la réalité puisqu'en fin observateur, l'auteur dissèque minutieusement les maux auxquels la terre entière fait face malgré les avertissements de la nature et du divin.

« On vit dans une époque où tout est banalisé, le deuil, l'infidélité, les guerres fratricides çà et là, et pour couronner le tout, le malheur des autres n'a plus d'importance, on s'en réjouit même. L'homme persiste dans son aveuglement et cela va lui coûter cher ! », a rappelé l'auteur qui ne reste cependant pas pessimiste car écrire pour ce dernier c'est aussi dire non à ce manque d'amour et d'égoïsme de l'homme et l'exprime parfaitement à travers le poème L'amour du prochain. « L'amour du prochain, un langage universel, il n'a nul besoin de mots, il est éternel, il se manifeste en gestes et en sourires, réchauffant les âmes, apaisant les soupirs (...) Que nos cœurs s'ouvrent à cet amour pur, qu'il rayonne en nous, qu'il soit notre armure, Pour bâtir un monde où règne l'harmonie, et où l'amour du prochain brille à l'infini », page 76.

Aux thèmes de l'inégalité, la foi égarée, la guerre, la misère, d'autres titres tels que l'étranger, Le corps de la femme, La grâce, Le fleuve Congo, Le racisme, La faune, L'amour d'une mère, Le grand prédateur, la femme fatale pour ne citer que ceux-ci composent ce recueil de 33 poésies paru en janvier dernier, réparti sur 122 pages, édité et mis en page aux éditions Autel de la Restauration et vendu à 10.000 FCFA.

Nehemie Mongo, homme de loi, présentement commandant du Corps urbain près du commissariat central de police de la Tsiémé, fait l'école élémentaire à l'école primaire de la Liberté, et le CEG à Agostino Neto et décroche son bac au lycée Thomas-Sankara où il fait la série A. A Marien-Ngouabi, il s'oriente vers les études de droit ou il obtient sa maîtrise en droit privé. « J'ai fait la série A et depuis cette époque, je suis tombé fou amoureux de ce style où je loge mes peurs, inquiétudes, espoirs... ». Ecrire pour ressortir ce trop-plein de questionnement existentiel qui le tiraille au quotidien est donc devenu une source de libération. « Vivre en vers » est en somme le résumé du ressenti d'un homme ordinaire dans un monde qu'il ne reconnaît plus, mais qui parvient encore à espérer et à s'émerveiller devant les beautés de l'univers et de l'amour.

Berna Marty



NÉHÉMIE MONGO

Slamouv 2024

Dans les profondeurs de la slameuse Lydol

Si la troisième édition du festival Slamouv a tenu sa promesse en rassemblant des artistes de divers horizons, offrant ainsi au public des concerts et ateliers dans une ambiance conviviale et familiale, l'occasion a été tout à fait indiquée pour certains artistes invités de partager leur vision artistique. C'est le cas de la slameuse camerounaise Lydol qui en a profité de ces instants pour révéler le contenu de son nouvel album « Fragile », disponible sur les plateformes de téléchargement depuis mars.



La slameuse camerounaise Lydol sur la scène du Slamouv 2024/DR

Construit comme un thriller, cet opus incarne bien sa quête perpétuelle de son équilibre quotidien effectuant ainsi un voyage de soi et questionné ses émotions. Pendant ses moments de solitude, de dépression et de fragilité, l'artiste a réussi à poser des mots sur ses blessures les plus profondes. C'est donc ce mélange de toutes ses émotions qu'elle a proposé aux mélomanes à travers cet album « Fragile ».

Lydol a découvert le slam en classe de terminale en 2010. Un jour pendant qu'elle était avec ses camarades, elle a fait une crise et quelque temps après elle en a fait une autre et cela se répétait. Une année plus tard, la même chose se répétait alors que cela faisait six ans que cela ne lui était pas arrivé. Pour elle, il y avait forcément des choses qui n'allaient pas et après les résultats des examens médicaux, le médecin diagnostiqua une hypertension orthostatique. « L'un des médecins suggère à mes parents que je devais me faire suivre psychologiquement, donc pendant plus d'un an j'ai deux fois par semaine des rendez-vous avec le psychologue. A ce moment là, je ne comprenais vraiment pas ce qui se passait et j'allais au rendez-vous parce qu'il fallait aller. J'ai profité d'une résidence de création récemment à la cité internationale des arts pour être seule avec moi-même et je suis allée rechercher au plus profond de moi. J'ai essayé de me reconnecter avec cette partie de moi qui refusait de voir la réalité et j'ai compris qu'il était important pour moi de s'exprimer », a-t-elle expliqué.

« Lionne et louve », « Lie won ngyé », « Katerina »,

« Le temps », « Is she me », « Ecstasy », tels sont les six titres qui composent cet album de la slameuse camerounaise Lydol. « Fragile » dresse aussi le rôle de la femme dans la société, les pressions sociales que les femmes subissent au quotidien, la santé mentale et l'amour. « Se retrouver seule parfois c'est une occasion de faire un voyage au cœur de soi. Aujourd'hui, je suis contente d'avoir pu extérioriser ces choses que ma tête et mon cœur avaient refusé de voir et que malheureusement beaucoup de personnes au tour de moi n'avaient pas vu. Le titre fragile parce que je me suis rendu compte que rien n'est acquis et la construction de soi est un travail perpétuel, qu'être forte c'est un combat au quotidien et ce n'est pas parce qu'on refuse de voir certaines choses qu'elles ne sont pas là », a souligné l'artiste.

Aussi, affirme-t-elle, « la chanson Katerina rappelle toutes les pressions que les femmes subissent, surtout les femmes noires où dans la société africaine le travail, le mariage et les enfants. C'est le schéma classique que l'on essaie d'imposer à tout le monde. On ne se marie pas pour plaire aux gens, on ne fait pas des enfants pour remplir une case. Moi-même j'ai déjà fait l'objet de beaucoup de commentaires et j'ai du mal à partir à la réunion familiale aujourd'hui parce que je sais que la première question est que toi tu te maries quand ? Tu vas avoir 30 ans et tu n'as pas d'enfant. Je sais que beaucoup de femmes subissent ça au quotidien ».

Cissé Dimi

« Jeunes entrepreneurs en francophonie » 2024

Le concours ouvert aux candidats de 18 à 35 ans

A l'occasion de la Journée internationale de la francophonie célébrée le 20 mars de chaque année, l'Organisation internationale de la francophonie (OIF) avait lancé le concours des jeunes entrepreneurs en francophonie sous le slogan « Innovons aujourd'hui, créons l'avenir ». A cet effet, elle convie les porteurs de projets à soumettre leurs candidatures avant le 31 mai.

Pourront prendre part au concours, les candidats âgés de 18 à 35 ans, ressortissant de l'un des 88 pays membres de la francophonie et capables de proposer des projets rédigés en langue française, susceptibles d'être mis en œuvre dans l'espace francophone et qui s'harmonisent avec la thématique principale du concours, à savoir « Contribuons à la réalisation des défis sociaux, économiques, numériques et environnementaux par l'innovation et l'entrepreneuriat ».

En outre, les candidatures qui auront le privilège d'être retenues seront évaluées selon des critères rigoureux, entre autres le caractère innovant, la pertinence, la crédibilité, la valeur ajoutée et l'impact, la synergie francophone, le calendrier prévisionnel, la résilience, le respect du multilinguisme, la stratégie de pérennisation sans oublier l'exploitabilité des jeunes.

En postulant, chaque candidat devra fournir un dossier complet contenant le formulaire de candidature dûment rempli en ligne, le budget provisoire complété en rapport avec le projet innovant, une copie de la carte d'identité ainsi que l'attestation datée et signée autorisant l'OIF à la collecte et au traitement des données à caractère personnel.

Notons que l'organisation du « Concours jeunes entrepreneurs en francophonie » de l'année en cours permettra de stimuler la créativité et le sens d'initiative des jeunes francophones qui souhaitent passer à l'action et apporter leur contribution en faveur d'une société plus durable, inclusive et solidaire.

Cette compétition francophone entend également contribuer à sensibiliser les jeunes aux opportunités offertes par l'entrepreneuriat et l'innovation comme vecteur de création d'emploi dans une perspective de développement durable, favoriser l'émergence de solutions innovantes et pertinentes portées par les jeunes et renforcer leur employabilité par l'acquisition de nouvelles connaissances et compétences socioprofessionnelles.



Chris Louzany

La précédente cérémonie du concours Jeunes entrepreneurs de la francophonie/DR

Slam

Des artistes en spectacle au centre Zola

Initié par Art'plume Collectif, le spectacle « Lis tes ratures » se tiendra le 19 mai au centre culturel Zola. Il offrira au public l'occasion d'apprécier le bénéfice des temps de coaching et partage aux apprenants ayant participé à un atelier de slam dans la capitale congolaise.

Fruit d'un atelier, « Lis tes ratures » est le résultat de plusieurs semaines d'atelier de formation durant lequel des slameurs en herbe ont été outillés à des techniques d'écriture et de peaufinage de textes slam, à la prise de parole en public, à la technique de présence scénique, etc.

Pour agrémenter cette soirée de découverte, « Lis tes ratures » comptera plusieurs invités, à savoir Katos Katos. Sa rencontre avec le slam se fait en 2016 au sein du collectif Art'plume où elle bâtit sa carrière en tant qu'artiste slameuse et comédienne. Depuis, elle a participé à plusieurs grands spectacles comme « rc-en-ciel » au Centre d'art contemporain les ateliers Sahn, « Chanter l'humain » avec son collectif Art'plume, « Slam-Up » au Centre culturel Zola, festival Slamouv avec l'association Slamourail à l'Institut français du Congo pour la toute première fois en 2022.

Il est prévu également une prestation de Benaja Gédéon Kilombo plus connu sous le nom de Benaja Ntinu.

Jeune parolier natif de Dolisie, il a l'art de régaler les mélomanes avec son style de musique captivant tant le fond que la forme des messages qu'il véhicule. Plusieurs titres au compteur qui seront à délecter comme : Autrement, D&D, Lelo...

Toujours dans un élan de mixité et de brassage des nouveaux talents à découvrir lors du spectacle, Art'plume collectif a également convié pour le show les slameurs Rosela M-Tas, Petit corps guéri, Diaz et Lusa'M. Chacun dans son style et avec sa voix apportera saveur et ambiance à ce rendez-vous.

Art'plume Collectif est un centre de formation en art oratoire et de la scène. Il vise la formation des jeunes qui veulent se lancer dans une carrière de slam, rap, théâtre, comédie, etc. « Pour tous ceux qui désirent participer aux ateliers organisés par ce collectif, veuillez-vous rendre au Centre culturel Zola chaque dimanche à partir de 14h. Merci », a écrit le collectif sur sa page Facebook.

Merveille Jessica Atipo

AfriTech Challenge 2024 inscriptions ouvertes jusqu'au 19 mai

La fédération des Associations pour la promotion du numérique en Afrique (APNA) enjoint les auteurs du numérique en Afrique à bien vouloir soumettre leurs candidatures au concours dénommé « AfriTech

La compétition vise à mettre en lumière les acteurs du numérique en Afrique et leur permettre de proposer des solutions aux problématiques du continent, de sensibiliser aux solutions numériques, de récompenser les jeunes qui entreprennent

et innove dans le domaine du numérique et de favoriser l'emploi et les opportunités professionnelles. Les éventuelles différents projets qui seront soumis par les candidats, devront porter sur six thèmes, à savoir l'éducation, l'agriculture, la santé, l'administration numérisée, la démocratie et la sécurité.

Au sujet de l'agriculture, les candidats pourront, entre autres, développer des logiciels permettant d'analyser les données agricoles, de créer des systèmes de gestion agricole ou des applications mobiles permettant aux agriculteurs de surveiller et gérer leurs cultures.

En ce qui concerne l'administration numérisée, les candidats pourront, dans la mesure du possible, concevoir des plateformes en ligne en vue de faciliter les démarches administratives, de créer des systèmes de gestion de documents électroniques ou de développer des applications étatiques permettant de rendre les services publics plus accessibles. Pour la sécurité, les postulants pourront élaborer des solutions de protection des données sensibles, des systèmes de détection d'intrusion ou des outils de management des incidents de sécurité afin de sécuriser les réseaux ainsi que les sys-

tèmes d'information critiques.

Au volet éducation, il sera possible que les protagonistes développent des plateformes d'apprentissage en ligne interactive en utilisant des technologies de communication avancée dans le but de faciliter l'interaction entre les enseignants et les élèves à distance. Pour le volet démocratie, les postulants pourront concevoir des systèmes de vote électronique sécurisé capables de faire usage des réseaux fiables afin de favoriser une participation à distance des citoyens aux suffrages.

Tous les projets soumis par les candidats devront être accompagnés d'une note conceptuelle, d'une description technique ainsi que du ou des curriculum vitae. Toutefois, les candidats devront être âgés de 15 à 35 ans, résider dans un pays africain et rédiger le projet en Français ou en Anglais. Par ailleurs, ces candidats devront, au préalable, prendre une inscription avant le 19 mai en tachant de contacter les organisateurs via le site web de l'Apna à l'adresse électronique suivante : afritech-challenge@apna-asso.org ou par Whatsapp au +223 83 64 01 91 avant de soumettre leurs projets au plus tard le 30 juin prochain.

Ch.L.

Musique

Sam Samourai poursuit sa vision avec « Sapo gang 5 »

L'artiste rappeur et auteur-compositeur congolais, Sam Samourai, a dévoilé le 19 avril dernier son nouveau single « Sapo gang 5 ». Toujours dans le même style que les quatre précédents singles, l'artiste parle de sa passion pour la mode et la valorisation de la culture de son pays.

Il est sans doute l'un des rappeurs les plus créatifs de la scène musicale congolaise. Son univers se nourrit de l'esthétique et de la sape, de la langue et des rythmes traditionnels Congo. Sam Samourai cise ses textes qui décrivent la réalité de son pays et enchaîne les tubes. Toujours dans la continuité de l'authenticité de sa vision, « Sapo gang 5 » allie élégance et charisme. A travers un clip vidéo de trois minutes environ, l'artiste exhibe les pas de danse à travers les banlieues parisiennes, accompagné des rappeurs de la diaspora congolais de France. Une image qui incarne bien sa vision car Sapo gang est avant tout la valorisation du tissu et de la culture congolaise.

« C'est avec une immense gratitude que je vous annonce la sortie de mon titre, un projet qui représente bien plus qu'une simple chanson pour moi. C'est une ode à chacun d'entre vous, une manière de vous remercier pour votre soutien indéfectible tout au long de mon parcours. Ce titre est le reflet de mon passé, de mon présent, et il annonce avec audace la couleur de mon futur artistique. Chaque note, chaque mot est imprégné de l'émotion et de l'authenticité qui ont jalonné mon chemin jusqu'aujourd'hui. Je suis impatient de partager ce morceau avec vous, et j'espère qu'il résonnera aussi profondément en vous qu'il le fait en moi », a déclaré l'artiste.

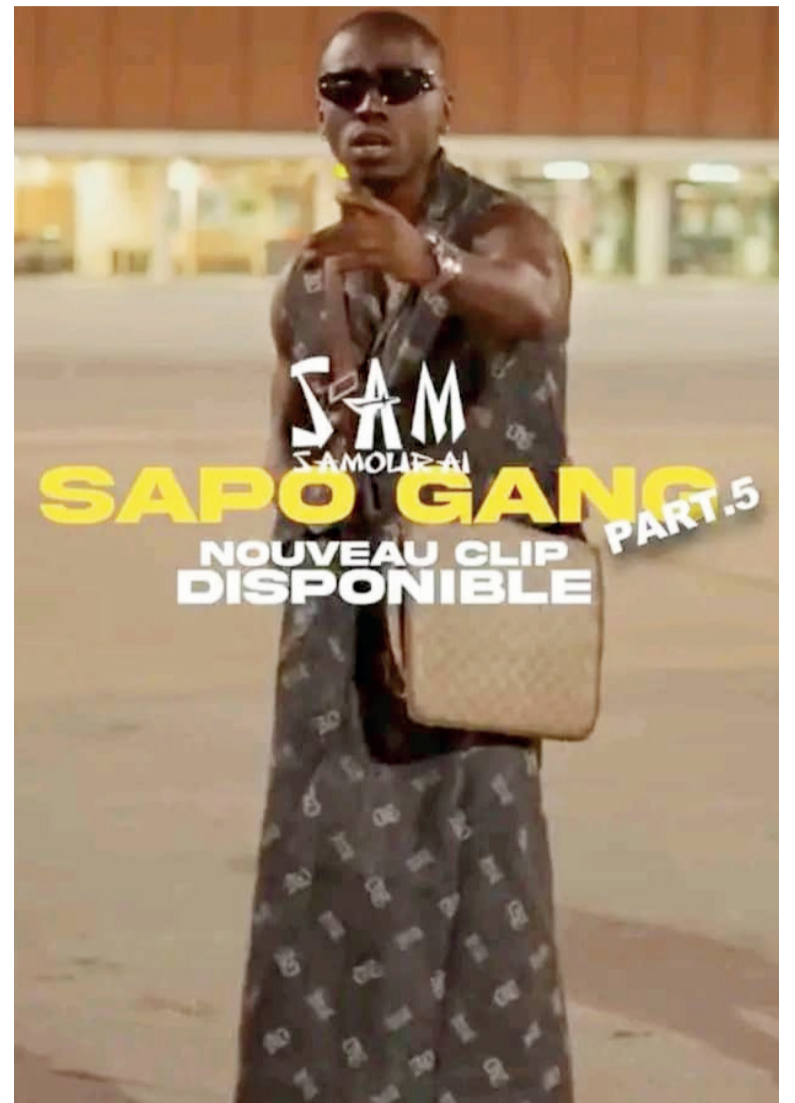
Avec son concept « L'homme est beau », l'artiste a brisé les clichés en matière de beauté dans la société actuelle afin d'emmener chacun à se sentir bien dans sa peau, qu'importe son apparence. Grâce à son originalité, Sam Samourai se fait énormément désirer par les fans de divers horizons. Pour être dans le

bain du titre « Sapo gang 5 », il faudrait absolument avoir le sens du rythme car ce morceau chanté en lingala, en lari et en français est avant tout un style de vie et une identité communautaire. Ce cocktail de bonne humeur mêle rap, rythme traditionnel du Congo et l'humour, présente encore un Sam Samourai dans la peau d'un sapeur qui maîtrise son art.

« Je suis profondément touché par l'amour et le soutien incroyable que vous m'avez témoigné suite à la sortie de mon dernier clip. Vos réactions ont dépassé toutes mes attentes et m'ont rempli le cœur de joie et de gratitude. Votre soutien inconditionnel est ma plus grande motivation et, chaque jour, je suis honoré de vous avoir comme fans et je suis impatient de continuer à partager ma musique avec vous », a laissé entendre l'artiste.

Aussi, à travers « Sapo gang », le jeune artiste défend sa philosophie du rappeur atypique. Rigoureux, créatif et talentueux, Sam Samourai apporte par son style unique une nouvelle touche musicale au rap et fait désormais la fierté du Congo dans l'univers de la musique urbaine. Nouvelle étoile montante du rap aux allures d'un humoriste, sur les réseaux sociaux tout comme dans la vie réelle, l'artiste ne passe plus inaperçu avec une personnalité bien lue. Ce natif de Pointe-Noire a fait ses premiers pas dans l'univers musical en 2017. Repéré dans la rue grâce à son talent, Sam Samourai a participé à de nombreuses scènes et se fait remarquer par l'entremise de son flow et ses textes saisissants, avant de signer en 2019 un contrat avec MG Studio production qui l'a accompagné.

Cissé Dimi



Festival « Bangui fait son cinéma » C'est parti pour une nouvelle aventure

Le festival international de films africain et Afro-descendant de Bangui « Bangui fait son cinéma » vient d'annoncer les couleurs de sa 5e édition par un appel à candidatures à l'endroit de tous les cinéastes du continent. Date limite des inscriptions, le 15 août.

Cette année, comme indiqué par les organisateurs, les inscriptions des films pour la sélection officielle du festival Bangui fait son cinéma se feront uniquement sur filmfreeway. Afin de pouvoir participer à cette 5e édition, les films devront remplir les conditions suivantes : être des longs métrages de fiction et documentaire supérieur ou égal à 60 min, des séries TV, courts et moyens métrages de fiction et documentaire allant de 1 à 59 min.

« Le festival ne demande pas de frais d'inscription. Tous les films dont la langue parlée n'est pas le français doivent être proposés doublés en

français ou avec des sous-titres en français. Le festival est ouvert aux cinéastes de toutes nationalités et âges. Les films soumis doivent être achevés après le 31 décembre 2023. Les soumissions doivent être effectuées via la plateforme de soumission en ligne avant le 15 août 2024. Les soumissions doivent inclure le titre du film, la durée, le synopsis et les coordonnées du participant. Chaque participant peut soumettre un ou plusieurs films. Rendez-vous du 23 au 30 novembre 2024 pour le meilleur du cinéma africain », peut-on lire sur le site dédié à l'événement.

Pour rappel, le festival « Bangui fait son cinéma » a été mis en place en 2020 par Sylviane Gboulou, grâce à sa plateforme Association centrafricaine pour la promotion audiovisuelle et le développement. A travers ce festival, Sylviane Gboulou souhaite non seulement mettre en lumière et promouvoir le travail des talents de son pays, mais aussi permettre à d'autres cinéastes d'être au contact avec la Centrafrique pour un partage mutuel.

Cette année, le festival Bangui fait son cinéma se déroulera sur le thème « L'environnement et le développement durable ».

Merveille Jessica Atipo

ONU Femmes 2024 Plus que quelques jours avant la fin des candidatures

Les organisations de la société civile installées dans les pays d'Afrique de l'Ouest et du centre sont encouragées à soumettre leurs candidatures à l'Organisation des Nations unies femmes (ONU Femmes) avant le 10 mai.



Cet appel à propositions vise à mettre en place une stratégie de plaidoyer annuel avec des priorités, des messages et des actions clés permettant d'influencer les résultats en matière de violences à l'égard des femmes et des filles dans les principaux forums et les processus normatifs au niveau mondial et régional.

L'ONU femmes entend aussi soutenir et renforcer les examens annuels de responsabilité, le suivi et le reporting sur les progrès du protocole de Maputo et d'autres engagements régionaux en Afrique avec l'Union africaine pour rationaliser les investissements dans le plaidoyer et la programmation.

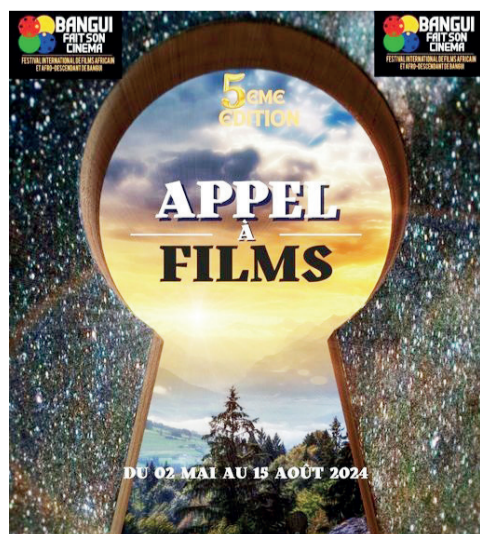
En fin de compte, ce programme prévoit de renforcer les capacités des acteurs non traditionnels pour approfondir l'analyse de leur rôle en qualité de défenseurs de la violence à l'égard des femmes et des filles et promouvoir des messages et des mouvements fondés sur des preuves pour la violence à l'égard des femmes et des filles au niveau local, national, sous-régional et International. Signa-

lons que ce noble projet contribuera à mener des recherches sur les principales questions émergentes ayant un impact sur les violences à l'égard des femmes et des filles.

Pour être éligibles à ONU Femmes de l'année en cours, les organisations féministes fortes et auto-

nomes qui défendent les droits des femmes à l'échelle mondiale et régionale devront disposer de certaines compétences fonctionnelles ou techniques, à savoir jouir d'une expérience de 5 ans au moins dans la défense des droits des femmes et dans la collaboration avec les gouvernements locaux ainsi que les organisations de la société civile, avec des résultats avérés et être expertes en recherche participative, en analyse et en évaluation pour l'avancement du GEWE et des droits d'honneur. Seront également acceptées, les organisations candidates qui sont enregistrées de façon légale dans leurs pays de résidence et qui sont capables de bâtir des partenariats solides, d'établir des réseaux pour tirer parti des ressources, à produire des résultats et à fournir des preuves concrètes et claires de la prestation de services. Pour postuler, les organisations candidates devront soumettre leurs projets en ligne.

Chris Louzany



Musique

Gladys Samba et Les Mamans du Congo au festival Wassan Africa

Figure incontournable et incontestable de la musique congolaise, Gladys Samba et Les Mamans du Congo seront sur scène dans les villes de Launa et Merville, en France, dans le cadre de la 18^e édition du festival Wassan Africa, qui aura lieu du 5 au 8 juillet.

Grand rendez-vous de la culture africaine, Wassan Africa, ce festival a toujours depuis sa création eu à cœur l'idée d'accueillir des artistes, artisans et associations qu'ils soient locaux ou internationaux pour promouvoir la culture africaine et favoriser les échanges inter-culturels. Cette année encore, le festival se veut être un lieu de convergence des valeurs, des idées, des savoirs afin de susciter des projets et des actions profitables à tous. Ce festival qui fait découvrir la richesse de la culture africaine réunira la France et l'Afrique dans un esprit de partage et de convivialité. Des animations, danses, contes, jeux, littératures, art, artisanat, village associatif, des ateliers organisés autour des valeurs, savoirs et savoir-faire, humour, des cultures africaines, des concerts gratuits sont au programme de cette édition.

Véritable émissaire du Congo à l'échelle internationale, l'éloge qui s'est posé sur la carrière musicale des Mamans du Congo ne peut être que justi-



Gladys Samba et les mamans du Congo en plein spectacle/DR

fié. Toujours dans la continuité de l'authenticité, ce groupe afro-féministe, accompagné de leur producteur Robin symbolise l'émancipation de la femme africaine avec justesse. Créé en 2018 sous l'impulsion de Gladys Samba et connu pour leur lutte pour l'émancipation de la femme, ce groupe "Les Mamans du Congo" est un collectif féministe congolais porté par les

puissantes voix dont celles de Gladys Samba, Odette Valdemar, Ghaba Koubende, Argrea Deodalsy Kimbembe, Penina Sionne Livangou Tombet, Emira Fraye Milisande Madieta. Pour ce rendez-vous, elles vont encore porter haut le drapeau congolais comme elles ont l'habitude de le faire. Elles sont jeunes, belles, pleines d'énergie et ont la verve musicale

dans les veines. L'aventure des Mamans du Congo force l'administration car peu de femmes osaient s'affirmer comme elles le font. Leurs créations se situent à mi chemin entre la tradition et la modernité. Les Mamans du Congo mettent essentiellement en valeur les berceuses congolaises chantées en diverses langues vernaculaires du Congo avec humour, dont

leur vision se résume à pérenniser le côté traditionnel de la femme aujourd'hui.

En effet, Maman Glad, voilà comment on appelle affectueusement celle qui, depuis l'âge de dix ans, a été bercée par les chansons de son père. L'artiste a franchi aujourd'hui une carrière musicale sanctionnée par le succès des podiums nationaux et internationaux. Gladys Samba n'a pas encore fini dans cet univers, s'inscrivant dans la lignée des grandes voix féminines d'Afrique comme Angélique Kidjo, Myriam Makeba, Oumou Sangaré, Aïcha Koné. Elle a commencé dans le groupe de chants religieux Elisa, puis celui de Don Bosco. Ayant apprécié la saveur de la mélodie, Gladys se lance dans la composition musicale. Dès 1999, elle devient alors cofondatrice du groupe « Yela-We » aux côtés de Barnabé Matsona et Ludovic Ngama. Quelques années plus tard, avec son père spirituel Mel Malonga, ils créent « Biya Lunkoyi » qui signifie quadruple croche.

Cissé Dimi

Les immortelles chansons d'Afrique

« Ata ndele » d'Adou Elenga

Auteur compositeur, guitariste et chanteur, Adou Elenga s'est frayé le chemin de la popularité avec son titre explosif « Ata ndele » qui lui a conféré le statut de prophète.

Cette chanson a conquis le public congolais au début des années 1950. Elle fut sur toutes les lèvres, dans toutes les oreilles. Elle a animé et égayé les bals de samedi soir à tel enseigne que son auteur fut interpellé par les autorités coloniales. « Je ne savais pas ce que je chantais, cela est venu comme ça, sur mes lèvres, et ma guitare l'a accompagné. C'était au cours d'un matanga, réunion familiale occasionnée par un décès », avait déclaré son auteur à propos de cette chanson.

Dans l'histoire de la musique congolaise, « Ata ndele » est une chanson prophétique, exaltant avant l'heure les transformations profondes que le Congo Belge, l'Afrique et le monde tout entier devraient subir. Des années après, Martin Luther King apportera un même message, cette fois ci plus détaillé, à travers son fameux discours : « I have a dream ». Notons qu'en langue Lingala, « Ata ndele » veut dire « tôt ou tard ». Dans cette cantilène qui s'ouvre par les intonations de la guitare, suivies du monologue de l'auteur l'invitant à prendre sa guitare :

« Adou simba guitare na maboko, oh elombe elenga », « Adou tiens ta guitare oh le héros Elenga », peut-on comprendre. Ensuite, vient la phrase : « Ata ndele Modele akobaluka », « Tôt



Pochette de l'album

ou tard, l'homme blanc se repentira », avant que n'intervienne en boucle : « ata ndele ». Un peu plus loin, on l'entend s'écrier : « Ata ndele mokili ekobaluka », « tôt ou tard, le monde su-

bira le changement ». Ces paroles sont essentiellement basées sur la guitare exécutée avec brio par Adou. Dans sa manière de jouer à cet instrument versatile, Elenga produit des sonorités traditionnelles proches de la sanza. En janvier 1974, sous la direction artistique du talentueux guitariste Nedule Papa Noël, cette mélodie fera partie des chansons sélectionnées pour le tome 1 de l'anthologie de la musique aïroise moderne, éditée par le bureau du président de la République zaïroise. Ce sont d'ailleurs les notes de l'éditeur qui nous ont permis de compléter cet article. Dans cette anthologie, ce titre connaîtra une version améliorée et occupera la première place du disque référencé 001.

« Ata ndele » a également servi de base à l'artiste Dindo Yongo pour composer, en 1989, avec Zaïko Langa Langa, son titre « Mokili échangé » dans lequel il rend hommage à Adou Elenga pour l'accomplissement de sa prophétie. « Mokili échangé », signifie « le monde a changé ».

Né en 1921 à Watsa, actuelle République démocratique du Congo, Adou Elenga quitta l'école primaire dès la classe de la troisième année primaire parce qu'il préférait la guitare sèche à l'ardoise d'écolier et la chanson à la syntaxe. Décédé le 4 août 1981, il a légué un héritage musical qui est exploité par plusieurs artistes de la génération actuelle : Tebo, Verebina, Awale Esika minene, Mwami, Tout le monde samedi soir, etc.

Frédéric Mafina

Notes de lecture

« L'amour et l'être, que seriez-vous prête à faire par amour ? », un outil pour réussir son mariage

« *L'amour et l'être, que seriez-vous prête à faire par amour ?* » tel est le titre du second livre de Cornellia Massamba qui nous embarque cette fois si dans les arcanes du mariage et donc du choix du partenaire, élément qui déterminera la réussite de votre union mais aussi de votre vie en général. Livre de 136 pages édité par la maison Cornellia Massamba, cet ouvrage est un excellent outil d'apprentissage pour les couples désireux d'accéder au mariage.

La couverture rose bonbon accompagnée de petits cœurs roses magenta sur laquelle apparaît le visage rayonnant de l'auteur en dit long sur le contenu de l'ouvrage. D'ailleurs le titre ne tarde pas de nous mettre la puce à l'oreille. Il y a bien de l'amour dans l'air ! Passé le premier indice, l'auteur ne va par quatre chemins en se posant une question dès le premier chapitre « Pourquoi se former au mariage ? », alors qu'on ne se forme pas pour être une bonne amie ou une bonne sœur. Une interrogation capitale au vu de nombreux divorces et couples libres qui se forment de plus en plus.

En outre si le mariage est au centre de ce livre, l'auteur aborde aussi d'autres thèmes, tels que la séduction, comment entretenir sa relation avec son futur conjoint et son entourage, la réalité dans le mariage, comment connaître son appel... Des thèmes, a-t-elle dit, qui « concourent à solidifier, à perpétuer l'amour dans le temps ». A ces aspects, l'auteur reste néanmoins convaincu que l'amour reste l'élément fondamental pour bâtir un bon foyer. « *L'amour est le plus grand médicament du bonheur* », a-t-elle déclaré, quand bien sûr celui-ci est accompagné de la maturité, la fidélité, la constance, la complicité et le pardon. Elle



insiste sur ce dernier point car beaucoup de couples restent sur la rancune ce qui entache parfois les relations. « *Prends ton époux comme ton frère, comme ton fils, sinon, il sera difficile de le pardonner* »,

peut-on lire à la page 59. Mais aimer c'est aussi parfois accepter de laisser partir la personne pour son bien mais aussi pour le vôtre. Il peut y avoir de la complicité mais la personne n'est peut-être

pas prête ou mal entourée. « *Et seul Dieu sait que l'entourage compte beaucoup dans la vie d'une personne* », a-t-elle mentionné à la page 62. Puis à cette liste, d'autres valeurs prennent place, tels que la sagesse, un esprit ouvert, la détermination et une grande dose d'espoir pour que le couple perdure. « *Le succès commence par l'espoir, la détermination. Il n'y a pas de succès sans effort, mais celui qui réussit un jour a reçu le soutien d'une personne qui a cru en lui. Parce que vous croyez en votre relation, vous réussirez !* », Page 71. Ce qui demande beaucoup de travail, l'écoute, la foi et un brin de folie aussi s'empresse d'ajouter l'auteur. Cornellia ne s'arrête pas en si bon chemin après toutes ces recommandations, l'auteur a pensé qu'il était aussi bon de connaître également les types de personnalités d'hommes (alpha, oméga, delta, sigma, beta) que vous découvrirez plus profondément dans le livre. Elle fait de même pour les femmes en les catégorisant (femme forte, fragile, intelligente, calculatrice, dominante, soumise). Elle martèle sur la notion de soumission qui fait parfois polémique car très souvent assimilé à la servitude, mais l'auteur a précisé : « *La*

soumission c'est accepter que votre vie a changé, que vous êtes sous le manteau de votre époux », page 91, en d'autres termes la femme partage la vision de vie de son homme. Et pour couronner le tout, l'auteur nous livre des secrets pour bien entretenir son intérieur.

Un travail de recherche ou la jeune femme est allée à la rencontre des femmes pour s'inspirer de leurs expériences bonnes ou mauvaises afin d'en faire des enseignements pour éclairer des couples qui se projettent au mariage. Enfin loin d'être un coach de vie ou une donneuse de leçons, Cornellia sort des coulisses de la formation, nourrie, transformée, apaisée et se sent prête à aimer, à vivre le grand amour. Et comme elle n'est pas chiche, elle nous livre ses secrets à travers cet ouvrage de la renaissance où elle s'inspire de son expérience, celles des autres, et ses nombreuses rencontres. Ainsi, « *L'amour et l'être, que seriez-vous prête à faire par amour ?* » est condensé de conseils, d'orientations de recommandations pour vivre l'amour de Dieu, de l'être aimé et de la vie tout simplement. Vendu à 15.000FCFA, voilà un magnifique présent à offrir pour la fête des mères qui approche !

Berna Marty

Voir ou revoir

« Epines du Sahel » de Boubakar Diallo

Long-métrage drame de Boubakar Diallo, avec la participation de Djamila Barry, Seydou Diallo, Taleb Kantagba... « *Epines du Sahel* » raconte l'histoire d'une jeune fille qui s'en va à la recherche de son frère.



Le film « *Epines du Sahel* » s'intéresse à la douloureuse question du terrorisme principalement dans la région du Sahel. Dans cette zone d'Afrique, les attentats terroristes dévastent la région du Sahel depuis des années, provoquant l'exode de milliers de sans-abris. Certains ont échoué dans le camp de déplacés où débarque l'héroïne de cette fiction, Naïma. La jeune fille ignore encore que son séjour va se prolonger et que sa quête de retrouver son frère Saïd trouvera enfin une réponse. Les deux se sont séparés lorsque leurs parents ont péri dans un attentat terroriste deux décennies plus tôt.

La petite Naïma a grandi, obnubilée par l'idée de retrouver son frère, mais aussi marquée à vie par les séquelles de l'explosion qui lui a fait perdre l'ouïe. La joie des retrouvailles sera cependant de courte durée lorsque Naïma va découvrir que Saïd est passé du mauvais côté.

A travers « *Epines du Sahel* », le réalisateur burkinabé Boubakar Diallo met en lumière les retombées dévastatrices des crises sécuritaires et du terrorisme dans certains pays du continent sur le quotidien des populations. A côté de l'exode se posent aussi souvent des problèmes d'éducation, d'hygiène et de soins sanitaires. « Ce film est un appel à l'aide pour toutes ces populations déplacées à cause des actes terroristes », confiait l'héroïne du film, Warda Djamila Barry, à l'agence marocaine de presse. Ajoutant, « qu'il s'agit également d'une forme de sensibilisation pour accompagner et aider ces populations face à leurs sorts ».

Né en 1963, Boubakar Diallo est un journaliste, réalisateur, scénariste et producteur, responsable de la maison « Les Films du Dromadaire » créée en 2005. Il est connu pour ses fictions et documentaires « *Traque à Ouaga* » (2004), « *Dossier brûlant* » (2005), « *Code phénix* » (2005), « *L'or des Younga* » (2006), « *Série noire à Koulibi* » (2006), « *Mogo-Puissant* » (2007), « *Sam-le-caïdé* » (2008), « *Cœur de Lion* » (2008), « *Le bonnet de Modibo* » (2018), « *Les trois lascars* » (2021).

Merveille Jessica Atipo

Interview

Ahmed Nakavoua : « La Copapé, c'est la jeunesse ouverte à une alimentation saine »

La Coopérative de production d'aliments et de poissons d'élevage (Copapé) installée sur l'avenue de l'Energie, au quartier Mafouta (arrondissement 8) à Brazzaville lance le programme : « Pour une alimentation saine à Brazzaville ». Ce programme ouvre aux Brazzavillois la possibilité de consommer bio et même d'avoir du poisson à portée de main grâce à un élevage de poissons dans la parcelle et un potager arrosé d'eau des étangs de poissons. Ahmed Nakavoua, un des responsables de la coopérative, donne quelques explications de ce programme qui créera davantage des éleveurs de poissons et des potagers dans chaque parcelle de Brazzaville possédant un point d'eau.

Les Dépêches du Bassin du Congo : L'expérience a démarré il y a quelques années par des petits essais. Mais, cette fois-ci, le lancement du programme est effectif. En quoi ce projet consiste-t-il ?

Ahmed Nakavoua : « Nous savons tous que le premier facteur de développement de l'activité piscicole est l'eau. Et, on sait par ailleurs que quarante pour cent de la population brazzavilloise possède un robinet de LCDE ou un puits d'eau. Cette accessibilité à un point d'eau offre la possibilité de développer un élevage de poissons en bacs hors sol, soit pour l'autoconsommation, afin de lutter contre la malnutrition, soit produire un peu plus pour vendre le surplus, pour se créer une autre source de revenus. Cet élevage en bacs hors sol peut être mené dans des cubitainers de 1000 litres qui sont vendus sur le marché à 70000 FCFA. L'aspect innovant qui constitue l'approche d'intégration des activités piscicoles à la production végétale est la valorisation des eaux des élevages piscicoles enrichies en tri-

logie NPK (azote-phosphore-potassium) ; d'après leur symbole chimique par les déjections des poissons, permettant de stimuler la croissance des légumes dans les activités maraîchères. Les eaux des élevages piscicoles sont utilisées comme fertilisants en production végétale.

LDBC : Le lancement de ce programme signifie-t-il que la Copapé a bien développé une expertise et a des moyens humains ?

A.N. : De 2019 à nos jours, la Copapé a pu créer une dizaine d'emplois, des jeunes (hommes et femmes) qui ont saisi cette opportunité de qualification et de moyens pour entreprendre une activité aquacole intégrée, génératrice de revenus. La Copapé offre de différents services : consultation, formation, conception, réalisation et suivi de projet de production de semences piscicoles, production d'aliments pour poissons à différents stades de développement physiologique, la production de poissons de table, l'assistance technique et la recherche en développement. En

outre, la Copapé réalise aussi des formations à la carte en tenant compte du niveau de base de l'apprenant afin de pouvoir l'insérer dans le maillon de la chaîne de valeur de la production du poisson d'élevage.

LDBC : En cinq ans d'expérience, avez-vous souligné les difficultés qui sont un frein pour bien décoller ?

A.N. : Les difficultés sont d'ordre financier car les structures d'accompagnement conséquent sont rares. Les existants appliquent des taux d'intérêts qui ne favorisent pas l'éclosion d'un vrai secteur piscicole

LDBC : Que pensez-vous de l'année de la jeunesse, l'année 2024, dans le cadre de vos activités ?

A.N. : La Copapé, dans la mise en œuvre de ses activités, vise à contribuer à l'amélioration durable de la sécurité alimentaire, les conditions de vie et des revenus des acteurs à travers la promotion des fermes rentables et créatrices d'emplois pour le développement durable de l'aquaculture. Cet objectif ne peut être



Ahmed Nakavoua dans un atelier de travail

atteint sans le développement de l'offre de formation et l'appui-conseil. L'offre de formation pour la Copapé vise les jeunes des milieux urbains et péri-urbains qui représentent soixante-dix pour cent de la population

confrontée au manque d'opportunités. La Copapé, c'est la jeunesse ouverte à une alimentation saine.

Propos recueillis par Gastrone Banimba

Environnement

L'Apedd alerte sur la dégradation des terres des départements du Congo

L'Association pour l'environnement et le développement durable (Apedd), une organisation non gouvernementale congolaise, a réalisé une enquête sur l'état de dégradation des terres des départements du Congo, de décembre 2023 à février 2024. Le rapport publié le 22 avril 2024, marquant la journée internationale de la terre, indique que la destruction de la couverture végétale par l'agriculture itinérante sur brulis fait partie des principales causes de la dégradation des terres des départements du Congo.

Les modes de production et de gestion des ressources en terres par la population et le comportement de certains éléments physiques comme le climat sont aussi responsables du phénomène de dégradation des terres. Le rapport note que cette dégradation des terres limite l'évolution du couvert végétal et baisse la productivité des terres dans la plupart des départements du Congo. Dans ces départements, la quasi-totalité des femmes et des communautés paysannes pratiquent l'agriculture itinérante sur brulis comme principale activité génératrice de revenus, donc comme moyen d'insertion sociale des groupes marginalisés, de lutte contre la pauvreté et le chômage. Suivant les départements du Congo, la dégradation des terres a des incidences plus ou moins prononcées sur les systèmes naturels



Exemple d'une agriculture itinérante sur brulis

et humains. Ces deux éléments constituent la toile de fond de dégradation des terres avec son corollaire de fléaux : la perte de la capacité des sols, la réduction de la biodiversité, la baisse de la productivité des terres, etc. Ces fléaux détériorent davantage les

conditions de vie des populations les plus vulnérables. Ces populations perçoivent l'inadéquation des systèmes de production et les menaces qu'elles constituent pour l'équilibre naturel.

La question de fond qui est celle de la mise en place des mesures

dynamiques de protection et de conservation des ressources en terres n'est guère résolue. Les actions étatiques, pour la même cause, ne sont pas appliquées par les populations locales. Le rapport précise que la vraie difficulté qui existe dans les départements du Congo, liée aux hommes, est la persistance à appliquer des techniques agricoles qui dégradent la nature à un rythme inquiétant. Cela exige des actions urgentes de la part du gouvernement en vue d'inverser la tendance actuelle de la dégradation des terres dans certains départements, si l'on n'y prend pas garde, risque d'aboutir à des conséquences irréversibles. Face à la montée de la pauvreté et l'insécurité alimentaire impactant la gestion durable des terres dans les départements du Congo, le rapport de l'Apedd formule des suggestions aux décideurs

et aux populations. Il s'agit notamment de vulgariser la loi sur la protection de l'environnement ; sensibiliser aux effets de dégradation des terres ; renforcer les capacités des femmes rurales sur l'agro-écologie et la conservation des semences ; prendre des mesures d'atténuation de dégradation des terres dans les politiques et actions de développement ; éviter les feux de brousse ; développer les cultivars résistants à la sécheresse et à la perturbation des cycles cultureux ; pratiquer l'agro-écologie.

Créée en 2000, l'Apedd, dirigée par Benoit Moundaga, œuvre dans la protection de l'environnement, l'équilibre écologique et la lutte contre la pauvreté. Elle collecte, traite, analyse et publie les résultats de ses recherches par des séminaires et des ateliers.

G.B.

Sécurité et santé au travail

Elios Towers Congo sensibilise aux axes prioritaires de ses actions

La journée internationale de la sécurité et de la santé au travail est célébrée le 28 avril de chaque année. Deux jours avant, la société Elios Towers Congo, en présence de ses partenaires que sont les sociétés de télécommunications et de fournisseurs internet en République du Congo a organisé un échange pour sensibiliser et faire la promotion de la sécurité et la santé au travail afin de réduire le taux des accidents en milieu professionnel et le risque des maladies.

Avec pour thème retenu « La ligne de mire », la société Elios Towers Congo a décliné en long et en large sa politique avec pour objectif zéro incident, zéro accident. En effet, le travail de cette entreprise de construction et de maintenance des infrastructures de télécommunications pour des opérateurs des réseaux et de fournisseurs d'internet place l'homme au centre de ses activités en veillant sur sa protection et sa santé. « C'est la raison pour laquelle il nous paraît important au quotidien de prendre toutes les mesures nécessaires pour sauver des vies humaines, prévenir tout accident et tout incident. Aujourd'hui dans le cadre de célébration de cette journée, il nous a paru important de marquer le pas pour pouvoir faire une grande sensibilisation à ce que nous faisons déjà. Associé à cet événement, le ministère du Travail et de la Sécurité sociale a partagé notre expérience », a indiqué le directeur général d'Elios,



L'équipe d'Helios Tower

Maixent Bekangba.

S'agissant de la situation de la sécurité et la santé au travail, le directeur général a fait savoir qu'ils ont la politique zéro accident, zéro incident. Ils ont des règles de base au-delà du processus de certification et des règles internes appelées Saving live full. Aujourd'hui, ils insistent sur les presque accidents de manière à ce que toute situation de manière à causer un accident puisse être traitée en amont.

La direction de la sécurité et santé au travail du ministère de la Fonction publique, du Travail et de la Sécurité sociale a été représentée par Gouarry Jules Blandin. « Pour la deuxième fois que nous venons assister à cette célébration à l'entreprise Elios Towers, nous apprécions leur façon de faire ; nous apprécions leur grande ligne de protection et les presque accidents dans leur milieu. Nous les félicitons de continuer

ainsi parce qu'ils sont dans la ligne de la politique du ministère en matière de prévention en risques professionnels », a affirmé M. Gouarry. Il a saisi cette occasion pour donner des orientations à Elios Towers Congo en leur demandant de respecter les normes nationales. Amour Sergelin Indongui chargé de QHSE à Airtel Congo pense que le partenariat avec Elios Towers Congo est stratégique. Aussi s'est-il félicité de la présentation de la politique de l'entreprise hôte. Et leur société n'est pas en marge de cette question de sécurité au travail. « La part belle qu'Airtel accorde à la sécurité au travail : Airtel accorde une grande importance à la santé et à la sécurité au travail parce que le risque zéro n'existe pas. Vous allez remarquer que dans nos locaux nous respectons les normes internationales », a-t-il souligné. Le directeur de projet de MTN Congo, Dikobat Fariel, a rappelé que « MTN Congo est avant

tout une société orientée vers la préoccupation de ses agents. En s'occupant donc de la santé de ses agents, MTN Congo se préoccupe de leur sécurité ». Et d'ajouter : « Nous avons pour partenaire Elios Towers Congo pour la plupart de nos sites. Elios fait un très bon travail, et nous en avons l'expérience. Pour accéder à un site, nous avons beaucoup de condition à remplir. »

Enfin, la directrice de projet à Eliot Towers, Flore Petitthe, a fait savoir qu'ils prennent des précautions pour une descente dans un site. « Nous devons nous assurer que le travail est connu. Nous devons nous assurer que chacun rentre chez lui tel qu'il est arrivé ce matin. La question de sécurité c'est une question importante. Nous venons au travail pour trouver de quoi s'épanouir dans la vie ; on ne vient pas trouver des contraintes », a-t-elle confié.

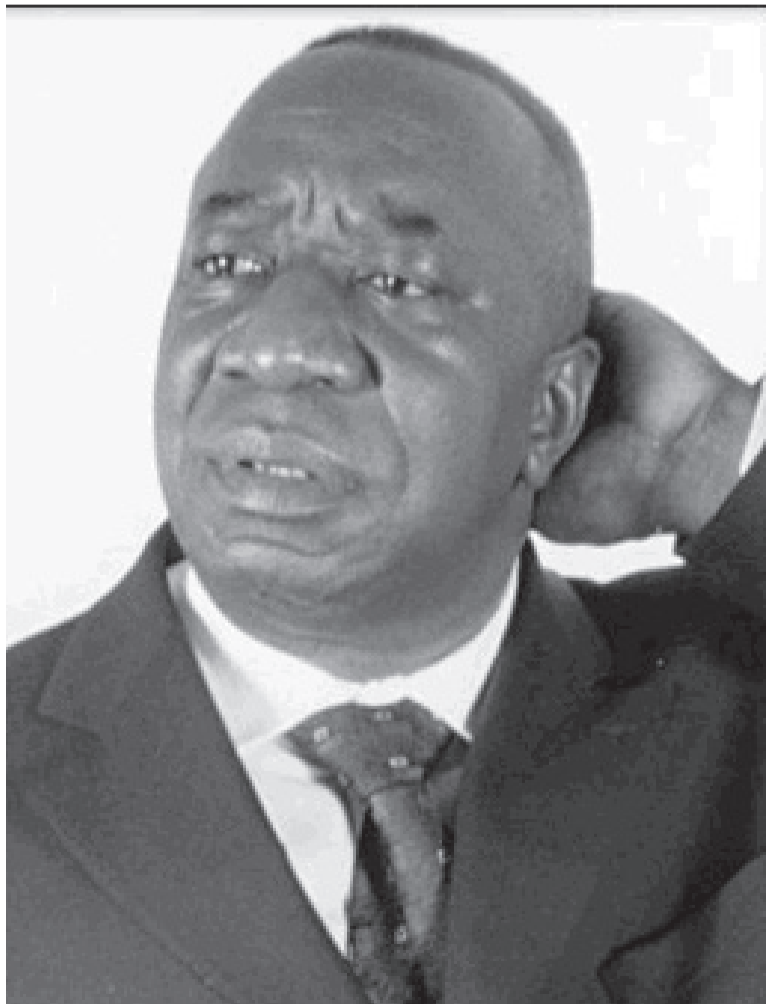
Achille Tchikabaka

Les souvenirs de la musique congolaise

Biographie et œuvres de Tabu Ley Rochereau (suite et fin 4)

La déconvenue amoureuse et professionnelle de Tabu Ley Rochereau avec Mbiliala Bel, vers la fin de l'année 1987, a sonné le glas de la carrière de Tabu Ley, icône de la musique congolaise qui a gratifié les mélomanes des chansons remarquables pendant plusieurs décennies dans le Pool Malebo et à l'étranger. .

Sous la houlette d'un producteur gabonais, Mbiliala Bel la "Cléopâtre", à la suite de son déconvenue amoureuse et professionnelle avec Tabu Ley, vers la fin de l'année 1987, se rend momentanément à Libreville avant de rejoindre Paris où elle accompagne le célèbre guitariste Rigo Star Bamundele dans son premier album intitulé "Phénomène", un tube explosif qui obtient un énorme succès. Pour combler le vide laissé par Mbiliala Bel, Tabu Ley met successivement le pied à l'étrier à deux autres artistes féminines en l'occurrence Faya Tess et Béyou Ciel, deux chanteuses qui ne sont pas de la trempe de Mbiliala Bel au regard de leurs prestations dans les titres "Ebouroumoukwé", "Elozi", "Marina", chansons qui malheureusement n'ont pas fait tabac dans le paysage musical congolais. Ainsi toutes les deux n'iront pas au bout de leurs ambitions et décrocheront au début des années 90 au cours du séjour européen de l'Afrisa International. Par la suite, Béyou Ciel s'est convertie dans le



L'artiste musicien Tabu Ley Rochereau/DR

Seigneur à travers des chansons religieuses par contre Faya Tess opte pour une carrière solo après un long silence dans le microcosme musical congolais. Artiste et activiste politique d'inspiration Lumumbiste, défenseur des valeurs républicaines et démocratiques contraires à la vision du Maréchal Mobutu, Tabu Ley Rochereau connu la prison deux fois à cause de ses convictions politiques. L'on se souviendra lors d'une interview accordée à Rfi en 2003 à l'occasion de la sortie de son album "Tempelo", Tabu Ley déclare : « J'ai toujours été en controverse avec lui (Mobutu), moi j'étais républicain, eux conservateurs, on ne s'entendait pas vraiment, j'étais d'inspiration lumumbiste du côté de ceux qu'on prenait à tort pour des communistes, j'étais en revanche défenseur des valeurs républicaines et démocratiques, mes façons de voir les chansons que je faisais défendaient ces aspirations quelques peu contraires à celles de Mobutu. Donc de temps en temps, on m'arrêtait, j'ai connu la pri-

son politique deux fois. » Préoccupé par la situation politique de son pays, Tabu Ley prend ses distances avec Mobutu dont les dérives meurtrières et la paranoïa plongent le Zaïre dans une dictature, la brouille avec Mobutu et son régime fut la résultante qui poussa Tabu Ley à s'exiler aux Etats-Unis et en Belgique pendant plusieurs années. A noter que c'est aux Etats Unis que l'Afrisa internationale se disloqua. A la chute du régime de Mobutu en 1997, Tabu Ley rentre au pays et s'investit dans la vie politique tout en gardant un pied dans le monde artistique. Co-fondateur du Rassemblement congolais pour la démocratie, il est député en 2005 et sera nommé vice-gouverneur de la ville de Kinshasa par Joseph Kabila en juillet 2008, puis ministre de la Culture et des Arts, poste qu'occupera également une de ses filles Yvette Tabu après la mort de Tabu Ley Rochereau, mort survenue le 30 novembre 2013 à Bruxelles des suites d'un accident vasculaire cérébral. (Fin)

Auguste Ken-Nkenkela

Nouvelles solutions à l'agriculture animale

Un rapport préconise de réduire l'empreinte environnementale du système alimentaire

Les nouveaux substituts émergents aux produits animaux tels que la viande et les produits laitiers peuvent contribuer à réduire de manière significative l'empreinte environnementale du système alimentaire mondial actuel, en particulier dans les pays à revenu élevé et intermédiaire, à condition qu'une énergie à faible teneur en carbone soit utilisée. C'est l'une des principales conclusions d'une nouvelle évaluation du Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) sur les nouvelles solutions à l'agriculture animale, un secteur qui représente jusqu'à un cinquième des émissions liées au réchauffement de la planète, alors que la consommation de viande devrait augmenter de 50 % d'ici à 2050.

Le rapport ayant pour titre « Qu'est ce qui se prépare ? Évaluation des conséquences éventuelles d'une série de solutions de remplacement inédites des produits d'origine animale conventionnels » se concentre sur trois types de possibilités : les nouvelles viandes d'origine végétale, les viandes cultivées à partir de cellules animales et les produits riches en protéines obtenus par fermentation rapide par des micro-organismes. Ce rapport fait partie de la série Frontières du PNUE, qui identifie et attire l'attention sur les questions environnementales émergentes.

Le document, réalisé avec le soutien du gouvernement belge, constate que ces possibilités présentent non seulement un potentiel significatif de réduction des émissions de gaz à effet de serre (GES), mais qu'elles peuvent également contribuer à réduire la dégradation des sols et la déforestation, la pollution de l'eau et des sols et la perte de biodiversité, ainsi qu'à réduire les risques de maladies zoonotiques et de résistance aux antimicrobiens.

Ces nouvelles solutions pourraient également contribuer à réduire de manière significative la question du bien-être animal par rapport à leurs équivalents conventionnels.

Les auteurs concluent que ces nouvelles solutions peuvent probablement jouer un rôle dans le soutien d'un système alimentaire plus durable, plus sain et plus humain et comportent des différences régionales. Les auteurs passent en revue les politiques que les décideurs peuvent envisager pour préserver la sécurité alimentaire, l'emploi, les moyens de subsistance, l'équité sociale entre les sexes, ainsi que la culture, afin de maximiser les effets bénéfiques des nouveaux substituts à la viande et aux produits laitiers, tout en évitant les conséquences négatives potentielles sur la santé et la société. Bien que les produits conventionnels issus des animaux constituent une source importante de protéines pour de nombreuses communautés, en particulier dans les pays en développement, leur production et leur consommation

se font à une échelle qui a des répercussions négatives sur la population et la planète dans de nombreux pays à revenu élevé ou intermédiaire.

Les dizaines de milliards d'animaux abattus chaque année sont loin d'être les seules victimes d'une industrie agricole animale en pleine expansion. La production et la consommation d'aliments d'origine animale, tout en offrant des nutriments importants, ont également été associées à des défis significatifs pour la santé publique : la consommation excessive de viande rouge et de viande transformée est associée aux maladies cardiovasculaires, à certains cancers, à l'obésité et au diabète. L'élevage animal est également associé à des risques accrus de résistance aux antimicrobiens, 73 % de tous les antimicrobiens vendus sont utilisés dans l'élevage animal, et à la propagation de maladies zoonotiques telles que le covid-19 ou la grippe aviaire.

L'industrie de l'élevage animal est l'un des principaux moteurs du changement climatique : les émissions de GES des ani-

maux, la production d'aliments pour animaux, les changements dans l'utilisation des sols et les chaînes d'approvisionnement mondiales à forte intensité énergétique représentent près de 60 % des émissions de GES liées à l'alimentation et 14 à 20 % des émissions de GES mondiales.

Si les nouveaux aliments de remplacement peuvent réduire les dommages causés aux animaux d'élevage et également contribuer à améliorer la santé publique, d'autres avantages pour la santé ne sont pas aussi évidents : certains de ces nouveaux produits à base de plantes ont tendance à être hautement transformés et à contenir des quantités élevées de sel et de graisses saturées. Les données relatives aux effets sur la santé de l'utilisation de viande cultivée à partir de cellules animales ou de fermentation restent limitées. En imitant ou en reproduisant fidèlement les expériences sensorielles de la viande et d'autres produits animaux, les nouveaux produits de substitution peuvent aider les consommateurs, en particulier dans les

pays à revenus intermédiaires et élevés, à se détourner des niveaux élevés de consommation de protéines animales qui ne sont pas viables. Cependant, le coût, le goût et l'acceptabilité sociale et culturelle affecteront fortement la trajectoire des solutions de remplacement naissantes aux produits animaux conventionnels.

Le rapport souligne la nécessité d'assurer une transition juste en adoptant des approches équitables et adaptées aux régions pour modifier les systèmes alimentaires. Le rapport passe en revue les options politiques permettant d'orienter l'industrie alimentaire vers un avenir plus sain et plus durable : soutien accru à la recherche et à la commercialisation en libre accès, réorientation des subventions, des abattements fiscaux, des investissements financiers directs et des garanties de prêt pour favoriser les nouvelles possibilités, ainsi que des mécanismes convenus au niveau international sur les politiques commerciales de soutien et les normes de sécurité alimentaire.

Boris Kharl Ebaka

Chronique

Réduire l'impact des énergies fossiles

La multiplication et l'intensification des vagues de chaleur aux quatre coins de la planète sont les manifestations les plus évidentes du réchauffement climatique provoqué par les émissions de gaz à effet de serre. Ces vagues de chaleur sont un avant-goût du climat futur de la planète si les pays pollueurs continuent à faire la sourde oreille et refusent d'appliquer la seule solution que préconisent tous les experts depuis des années, à savoir réduire les émissions de gaz à effet de serre dus à la combustion des énergies fossiles.

Pointés du doigt depuis bien longtemps, les principaux responsables du réchauffement de la planète sont le pétrole, le gaz et le charbon. Notre dépendance à ces énergies met en péril l'avenir de l'humanité. Et si l'on continue à rester passif face au dérèglement climatique, affirment les scientifiques, les conséquences de la canicule et l'augmentation des vagues de chaleur que l'on observe ces dernières semaines aux quatre coins de la planète risquent de devenir la norme et cela sera bien pire dans le futur si l'on continue d'émettre autant de gaz à effet de serre.

La relation entre le changement climatique et les vagues de chaleur est désormais bien

établie, comme le décrit le 6e rapport du Groupe intergouvernemental d'experts sur l'évolution du climat. Le réchauffement des températures induit une augmentation de la fréquence et de l'intensité des vagues de chaleur que les études d'attribution cherchent à quantifier. Il est également attendu, dans un climat qui se réchauffe, que des vagues de chaleur surviennent plus tôt ou plus tard dans la saison, à l'image de l'épisode observé ces dernières semaines.

Les promesses climatiques faites lors de la réunion de la COP26, qui s'est tenue en novembre 2021 à Glasgow, en Ecosse, auraient le potentiel de maintenir le réchauffement climatique juste en dessous de 2°C. Mais uniquement si tous les engagements sont

bel et bien mis en œuvre comme annoncés. Si les objectifs climatiques de 196 pays depuis l'Accord de Paris adopté en 2015 jusqu'à la réunion de la COP26 à Glasgow sont mis en œuvre intégralement et à temps, le réchauffement maximal pourrait être limité à 1,9-2°C avant 2100.

Rappelons aussi que la lutte contre le réchauffement climatique ne doit pas être la seule initiative des gouvernements et des entreprises, mais également des particuliers. De simples petits gestes quotidiens de milliards d'habitants de la planète peuvent permettre de réduire les émissions de gaz à effet de serre responsables des changements climatiques.

Boris Kharl Ebaka

Diplomatie

Guy Nestor Itoua confirmé au poste de secrétaire général du ministère des Affaires étrangères

Par décret présidentiel du 17 avril dernier, l'ambassadeur Guy Nestor Itoua a été confirmé au poste de secrétaire général du ministère des Affaires étrangères, de la Francophonie et des Congolais de l'étranger. Il assurait l'intérim à ce poste depuis le 21 février après le limogeage d'André Poh y ayant servi pendant quasiment deux ans.

Le chef de l'État, Denis Sassou N'Guesso, a donc confirmé Guy Nestor Itoua, ministre plénipotentiaire de 1ère classe, au poste de secrétaire général du ministère des Affaires étrangères, de la Francophonie et des Congolais de l'étranger. Le diplomate, en réaction à sa nomination, a traduit sa très profonde gratitude au président de la République, exprimé sa profonde reconnaissance au Premier ministre, et a remercié le ministre Jean-Claude Gakosso pour la confiance qu'il lui a accordée.

L'ancien ambassadeur extraordinaire et plénipotentiaire de la République du Congo auprès de la République du Rwanda était également, depuis octobre 2019, doyen du corps diplomatique accrédité dans ce pays. Arrivé en fin de mission au Rwanda, il avait été promu ambassadeur extraordinaire et plénipotentiaire de la République du Congo auprès du Royaume-Uni de Grande Bretagne et d'Irlande du Nord.



Guy Nestor Itoua

C'est avant de rejoindre son nouveau poste à Londres qu'il lui avait été demandé d'assurer l'intérim au poste de secrétaire

général du ministère des Affaires étrangères, de la Francophonie et des Congolais de l'étranger, titre que les hautes autorités congo-

laises ont confirmé par le récent décret présidentiel.

Guy Nestor Itoua est diplômé de l'École nationale d'administration de Brazzaville et diplômé d'études supérieures spécialisées de l'université de Paris1-Panthéon Sorbonne en droit international et européen. Par la suite, il a obtenu le diplôme de l'École nationale d'administration de Paris en administration internationale. Désormais appelé à assumer la fonction stratégique de secrétaire général du ministère des Affaires étrangères, de la Francophonie et des Congolais de l'étranger, le diplomate s'est engagé à travailler dans le respect des us et coutumes ainsi que des normes portant organisation du département des Affaires étrangères.

Il milite en particulier pour la cohésion des équipes dans un principe de collégialité pour que remonte jusqu'au plus haut niveau de la hiérarchie une information fiable et exploitable. « Un tel travail ne peut être

fait seul, mais toujours avec le concours de la chaîne administrative, depuis le bureau du courrier jusqu'au secrétariat général, en passant par toutes les étapes d'exploitation des dossiers avant que ceux-ci n'arrivent sur le bureau du ministre », explique-t-il.

Durant son intérim, Guy Nestor Itoua a placé ses efforts sous le sceau du respect des pratiques et usages qui fondent le fonctionnement de la diplomatie congolaise, travaillant en étroite relation avec le corps diplomatique accrédité au Congo ainsi que le réseau des ambassades.

C'est dans cette nouvelle dynamique axée sur le collectif et l'anticipation qu'il place son credo à la tête du secrétariat général du ministère des Affaires étrangères, de la Francophonie et des Congolais de l'étranger sous le magistère du ministre Jean-Claude Gakosso.

Marie Alfred Ngoma

Le saviez-vous ?

D'où vient l'expression « Rien de neuf sous le soleil » ?

L'expression « Rien de nouveau sous le soleil » trouve son origine dans l'Ancien Testament, plus précisément dans le livre de l'Ecclésiaste. Ce proverbe biblique est attribué à un certain Qohélet, qui déclare : « Ce qui fut sera, Ce qui s'est fait se refera, et il n'y a rien de nouveau sous le soleil ».

L'expression souligne que malgré les apparences de changement dans le monde, les choses restent fondamentalement identiques. Les générations se succèdent, les inventions se multiplient, mais l'essence de l'humanité demeure inchangée. La quête de nouveauté et de révolution se heurte à la réalité inéluctable de la mort, qui transcende toutes les époques et projets humains.

Ainsi, lorsque vous répondez avec un soupir à ceux qui vous demandent des nouvelles, vous évoquez cette profonde maxime qui traverse les âges. Rien de neuf sous le soleil, mais peut-être une sagesse intemporelle à méditer.

« Rien de neuf sous le soleil » continue d'être utilisée aujourd'hui en raison de sa profondeur et de sa pertinence intemporelle dont en voici quelques raisons pour lesquelles elle résonne encore avec les gens :

-Observation de la répétition : l'expression souligne que l'histoire se répète, que les événements et les comportements humains reviennent inlassablement. Les cycles de la vie, les schémas sociaux et les erreurs du passé se reproduisent, ce qui rend cette maxime toujours d'actualité.

-Sagesse ancienne : étant tirée de l'Ancien Testament, cette expression porte en elle une autorité et une sagesse qui transcendent les époques. Les proverbes bibliques ont souvent une portée universelle et sont considérés comme des enseignements intemporels.

-Réconfort dans la stabilité : face aux bouleversements constants du monde moderne, l'idée qu'il n'y a « rien de nouveau sous le soleil » peut apporter un certain



Deux personnes en pleine discussion/DR

réconfort. Elle rappelle que malgré les changements rapides, certaines vérités fondamentales demeurent inchangées.

-Réflexion sur l'humanité : cette expression invite à réfléchir sur la nature humaine, nos aspirations, nos li-

mites et notre quête perpétuelle de sens. Elle nous rappelle que, malgré nos avancées technologiques, nous sommes toujours confrontés aux mêmes questions existentielles.

Jade Ida Kabat

Cancer du sein

Trop peu de femmes se font dépister

Le programme national de dépistage organisé du cancer du sein invite tous les 2 ans les femmes âgées de 50 à 74 ans à effectuer une mammographie. Mais on est bien loin du compte. Pourquoi les femmes boudent-elles ce dépistage ?

Les femmes de 50 à 74 ans sont invitées à bénéficier tous les deux ans d'une mammographie de dépistage, complétée par un examen clinique des seins. 10 millions de femmes sont concernées. Le processus de dépistage comprend un examen clinique, notamment la palpation des deux seins, réalisé par le médecin radiologue ainsi que la réalisation de deux clichés par sein (de face et oblique externe), plus un cliché complémentaire si nécessaire. Une deuxième lecture systématique des radiographies est réalisée par un autre radiologue en cas d'examen normal. Le tout est pris en charge par la Sécurité sociale, dans le cadre du tiers payant, et donc sans avance de frais.

Une participation au dépistage qui ne décolle pas

Santé publique France vient de publier de nouvelles données sur le dépistage organisé du cancer du sein concernant la participa-



Lors d'un examen de mammographie/DR

tion au programme au cours de la période 2022-2023 : malgré le nombre d'invitations envoyées, le taux de participation reste faible (46,5 % sur la période 2022-2023). Il est même en baisse par rapport à la période précédente (47,7 % en 2021-2022) !

En 2022-2023, les taux de participation régionaux les plus élevés sont en Bourgogne-Franche-Comté, Normandie et Bretagne ; les plus bas sont

en Guyane, Corse et PACA. Alors que dans la plupart des régions de France hexagonale les taux sont stables ou en baisse, les Hauts-de-France se distinguent avec une légère hausse de la participation.

2 620 500 femmes ont réalisé une mammographie de dépistage organisé en 2023

Si l'on regarde l'évolution de cette participation depuis 2005,

on constate qu'après avoir augmenté jusqu'en 2011-2012 pour atteindre un pic à 52,3 %, la participation au programme ne cesse de diminuer, pour toutes les tranches d'âge. L'évolution sur les dernières années du taux de participation reste par ailleurs complexe en raison de l'impact de l'épidémie de Covid-19 qui perdure. Cependant, en dépit de cette trop faible participation des femmes concernées, le taux de détection de cancer du sein est en augmentation régulière, ce qui est en cohérence avec l'augmentation observée de l'incidence du cancer du sein en population générale.

6 cancers du sein sur 10 diagnostiqués à un stade précoce

Aujourd'hui, 6 cancers du sein sur 10 sont diagnostiqués à un stade où l'extension locale est limitée. C'est bien mais on peut mieux faire. Se faire dépister dans le cadre du programme de

dépistage organisé permet de détecter tôt une éventuelle anomalie ou un cancer à un stade précoce et augmenter ainsi les chances de rémission, tout en limitant les traitements.

De plus, intégrer le fichier du programme français de dépistage organisé du cancer du sein est une garantie de fiabilité. Celui-ci fait appel aux structures médicales existantes : les mammographies sont effectuées dans les cabinets de radiologie publics et privés. La personne qui accepte le dépistage organisé choisit son radiologue dans la liste des radiologues participant au programme. Ces derniers s'engagent à se former, à effectuer un contrôle de qualité de la chaîne de lecture des mammographies de leur cabinet et à transmettre les fiches d'interprétation des mammographies à la structure de gestion, ainsi que les clichés des mammographies qu'ils jugent normaux pour deuxième lecture.

Destination santé

Hypertension artérielle

Comment l'alcool augmente-t-il le risque de la maladie ?

Plus de 650 000. C'est le nombre de cas d'hypertensions artérielles attribuables à une trop forte consommation d'alcool en France. Mais comment l'un déclenche l'autre ? Et est-ce irréversible ?

L'alcool demeure l'un des premiers facteurs de risque de maladies évitables. Chaque année, plus de 40 000 décès lui sont attribuables. Mais les Français semblent ne pas prendre la

manière lui rétorquait, sur le ton de l'humour, qu'il était « devenu chiant ».

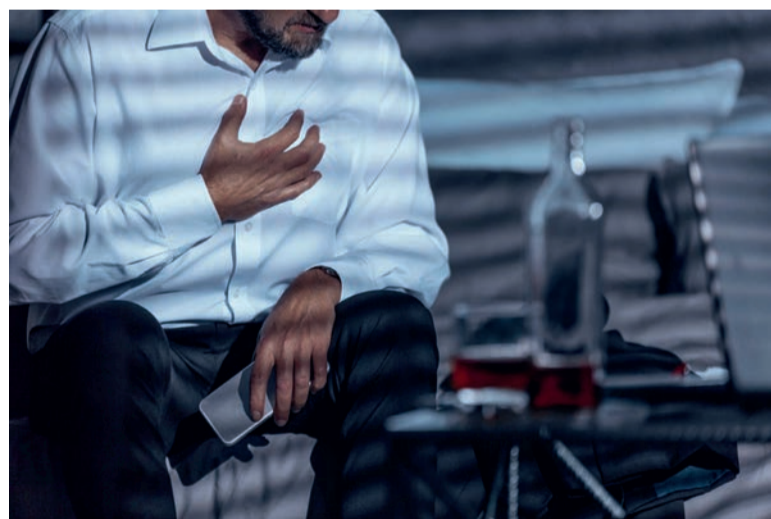
En début de semaine, Santé publique France déplorait que « l'impact de l'alcool sur la

consommation régulière et excessive peut entraîner une augmentation de la tension artérielle au fil du temps. L'alcool agit comme un vasodilatateur. Il détend les vaisseaux sanguins et les élargit. Cette expansion peut entraîner une augmentation du flux sanguin et une élévation ultérieure de la pression artérielle. De plus, la consommation d'alcool peut stimuler la libération d'hormones de stress élevant plus encore la tension et ainsi le risque d'hypertension.

Des conséquences dramatiques

Généralement silencieuse, l'hypertension peut sembler anodine. Elle constitue malheureusement, lorsqu'elle n'est pas contrôlée, l'une des principales causes de complications cardiovasculaires, cérébrovasculaires ou neurodégénératives (infarctus du myocarde, AVC, maladie d'Alzheimer...). Pourtant, des mesures hygiéno-diététiques simples (comme le fait de ne pas trop boire donc) permettent parfois à elles-seules de normaliser la pression artérielle.

D.S.



L'alcool, un danger pour la santé/DR

mesure de cette association. En 2021, 22 % des adultes déclaraient une consommation se situant au-dessus des repères de consommation à moindre risque.

Autre exemple de banalisation, le 27 avril, Léa Salamé recevait dans « Quelle époque ! » sur France 2n le comédien et réalisateur Artus. Et lorsque l'humoriste confiait à la journaliste avoir arrêté de boire, cette der-

santé reste sous-estimé par la population », expliquant ainsi que « plus de 650 000 patients ont une hypertension artérielle liée à une consommation d'alcool dépassant deux verres par jour ou ne respectant pas les deux jours d'abstinence par semaine. »

Alcool et pression artérielle...

Comment agit l'alcool ? Une

Bien-être

Pourquoi faut-il laver les vêtements neufs ?

Avant d'enfiler votre nouveau sweat ou le pantalon que vous venez tout juste de vous offrir, pensez à les laver. Voici pourquoi c'est important.



Des vêtements neufs dans un rayon de supermarché/DR

Quelle que soit l'origine du vêtement que vous venez d'acheter, ayez le réflexe de le passer au lave-linge avant de l'enfiler pour la première fois. Même s'il semble tout beau tout propre, ce n'est qu'une impression. En effet, il contient très certainement des substances que vous n'aimeriez pas coller à votre peau.

Des substances chimiques

Les industriels du prêt-à-porter utilisent de nombreux produits chimiques pour fabriquer puis traiter leurs produits dans le but d'améliorer leur souplesse ou de réduire les plis. Ainsi beaucoup de vêtements neufs contiennent des composés organiques volatiles. Ces derniers sont des substances polluantes que l'on trouve dans l'air intérieur et dont certains sont considérés comme cancérigènes. C'est le cas notamment de l'acétaldéhyde.

Une étude menée par des chercheurs de l'Université de Stockholm en Suède en 2014 a révélé que les vêtements synthétiques, en polyester en particulier, contenaient fréquemment de la quinoléine. Cette substance est utilisée pour teindre les vêtements. Or la « S. Environmental Protection Agency » l'a classifiée comme potentiellement cancérigène. Sans compter que la plupart des dermatites allergiques de contact dues aux vêtements sont déclenchées par des résidus de teintures.

Des substances organiques

Les vêtements neufs sont aussi le nid de nombre de pathogènes. De leur fabrication à leur exposition dans le magasin, ils sont touchés par de très nombreuses personnes. Lesquelles peuvent déposer sans le vouloir des bactéries, des champignons ou encore des virus sur le tissu. Ces habits peuvent aussi avoir été essayés par de nombreux autres clients avant d'être achetés. Raison de plus pour laver votre dernier achat avant de l'enfiler !

D.S.

Basketball

Hommage à Paul Dieudonné Ossouala « Papillon », légende congolaise

Le samedi 20 avril 2024 restera à jamais le jour où l'on a rendu hommage à l'illustre Paul Dieudonné Ossouala, affectueusement surnommé « Papillon », au stade AVR. Ce grand homme, seul Congolais à avoir été désigné comme l'un des meilleurs basketteurs d'Afrique, a marqué de son empreinte le monde du sport et de la compétition.

Papillon a commencé sa carrière au BCO, devenu plus tard le Cara, avant de devenir une star incontestée de l'équipe nationale des Diables rouges. Sa passion pour le jeu, son talent incommensurable et sa détermination sans faille l'ont propulsé au sommet du basketball africain.

Je me souviens encore des moments fantastiques que j'ai partagés avec lui, tant sur le terrain qu'en dehors. Sa bonne humeur contagieuse, ses conseils avisés et son esprit de compétition faisaient de chaque séance d'entraînement et de chaque match une expérience inoubliable. Après les entraînements, nous nous retrouvions souvent au Café Coco, en face du stade Mbongui, où Papillon aimait exhiber fièrement ses titres de champion.

Je lui dois énormément. Ses conseils éclairés, ses taquineries incessantes, ses provocations bienveillantes avaient toujours pour but de me pousser à donner le meilleur de moi-même. Papillon était bien plus qu'un coéquipier, il était un mentor, un modèle et une source d'inspiration pour toute une génération de basketteurs.

L'héritage de Papillon ne se limite pas à ses exploits sur le terrain.

Sa générosité, son humilité et son désir inébranlable de rendre service à sa communauté ont laissé une trace indélébile dans nos vies. Grâce à sa passion, il a aidé des centaines de jeunes, comme moi, à réaliser leur potentiel, à croire en leurs rêves et à persévérer malgré les obstacles.

Son engagement en faveur du développement du basket-ball en République du Congo a ouvert la voie à une nouvelle génération de talents prometteurs. Son mantra «Rien n'est impossible si on y croit» résonne encore dans le cœur de ceux qui ont eu la chance de le connaître et de jouer à ses côtés.

En tant que joueur, Papillon a dépassé les frontières du sport pour devenir une figure emblématique de l'espoir, du courage et de la détermination. Son influence perdurera bien au-delà du terrain de basket, inspirant les générations futures à poursuivre leurs rêves avec passion et résilience.

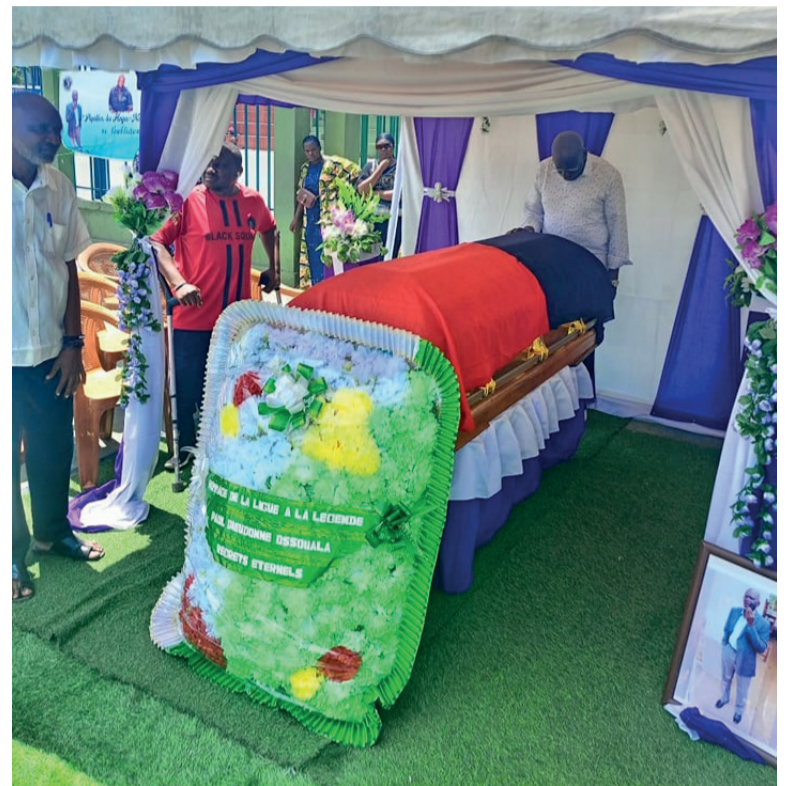
Ainsi, par ses exploits sportifs, Ossouala Paul Dieudonné «Papillon» restera à jamais une légende immortelle du basket-ball congolais, un modèle de bravoure et de gentillesse pour tous ceux qui ont eu le privilège de le connaître.

Même après son départ de ce

monde, la flamme de Papillon continue de briller, illuminant le chemin de ceux qui aspirent à suivre ses traces. Son impact transcende le temps et l'espace, laissant derrière lui un héritage de passion, de dévouement et de noblesse. Chaque panier marqué, chaque dribble exécuté, chaque sourire partagé avec ses fans reste gravé dans nos mémoires comme un témoignage vivant de son talent et de son esprit indomptable.

Dans les rues de Brazzaville et de Pointe-Noire, son nom résonne encore, porté par le vent comme un murmure d'admiration et de respect. Les jeunes basketteurs rêvent de devenir le prochain Papillon, de voler haut dans le ciel du basket congolais et d'inspirer à leur tour les générations futures. Son absence physique est compensée par sa présence spirituelle, qui continue de guider et d'inspirer ceux qui croient en l'incroyable pouvoir du sport pour transformer les vies et les communautés.

Ainsi, alors que nous nous souvenons avec émotion et gratitude de l'homme derrière le surnom, nous réalisons que Papillon ne s'est pas envolé pour disparaître, mais pour briller plus que jamais



Aux obsèques de Paul Dieudonné Ossouala « Papillon »/DR
au firmament de l'histoire du basket-ball congolais. Son héritage est un phare de lumière et d'espoir, une étoile filante qui trace sa trajectoire à travers le temps, nous rappelant à tous que les légendes ne meurent jamais, qu'elles brillent éternellement dans le ciel de nos mémoires et de nos cœurs.

En ce jour où nous lui rendons

hommage, je voudrais dire un sincère «Merci» à ce grand homme, à ce champion au cœur vaillant. Paul Dieudonné Ossouala restera à jamais gravé dans nos cœurs et nos esprits comme une légende du basket congolais, un Papillon qui s'est hissé au sommet avec grâce et détermination. Merci, grand Paolo de Mexico.

Roch Blanchard Okemba

Congo

Défis logistiques, un obstacle aux performances sportives

La participation de la République du Congo aux compétitions sportives internationales est une question cruciale qui soulève des préoccupations majeures. Une communication récente a mis en exergue les défis logistiques qui entravent la préparation adéquate de nos athlètes, compromettant ainsi leurs performances et les attentes de notre nation. Il convient d'examiner en profondeur ces problèmes et l'urgence d'agir pour surmonter ces obstacles.

La communication souligne l'impact négatif des difficultés logistiques sur la préparation des athlètes congolais aux compétitions internationales. Des problèmes tels que le manque d'infrastructures sportives adéquates, de ressources financières et de soutien logistique approprié ont un effet dévastateur sur la performance globale de nos athlètes.

Le manque de préparation complète et cohérente dû aux obstacles logistiques a un impact direct sur la performance des athlètes congolais. Cela limite leur capacité à rivaliser efficacement avec d'autres nations et à atteindre les niveaux de réussite attendus par nos concitoyens.

Après un débat approfondi sur cette question cruciale, il est

impératif de produire un rapport détaillé sur la situation actuelle. Ce rapport servira de base pour prendre des décisions éclairées et mettre en œuvre des mesures concrètes pour améliorer la situation. Il est temps que l'Etat s'engage pleinement à relever ces défis logistiques pour soutenir nos athlètes et promouvoir l'excellence sportive au Congo.

Des ressources adéquates et un soutien logistique sont essentiels pour permettre aux athlètes congolais de réaliser leur plein potentiel et de représenter leur pays avec dignité. En investissant dans l'amélioration des infrastructures sportives, en allouant des ressources financières adéquates et en fournissant un soutien logistique efficace, nous pouvons créer

un environnement propice à l'excellence sportive. Il est temps de transformer ces défis en opportunités en travaillant ensemble pour surmonter les obstacles logistiques et en soutenant nos athlètes dans leur quête de succès sur la scène internationale.

Les efforts concertés de toutes les parties prenantes, y compris les autorités sportives, les sponsors, les organisations non gouvernementales et la communauté sportive dans son ensemble, sont nécessaires pour relever ces défis logistiques. En unissant nos forces et en mettant en commun nos ressources, nous pouvons créer un environnement dans lequel nos athlètes peuvent s'épanouir et réussir. Des mesures concrètes doivent être prises rapidement pour

résoudre les problèmes logistiques qui entravent les performances sportives de la République du Congo. En travaillant ensemble avec détermination et engagement, nous pouvons surmonter ces obstacles et ouvrir la voie à un avenir où l'excellence sportive de notre nation brillera sur la scène internationale.

En conjuguant nos efforts et en faisant preuve de détermination, nous pouvons transformer les défis logistiques en opportunités pour le développement du sport en République du Congo. En investissant dans l'avenir de nos athlètes et en créant un environnement propice à leur réussite, nous pouvons construire une base solide pour l'excellence sportive dans notre pays. Il est temps d'agir de manière décisive et collaborative

pour surmonter ces obstacles et permettre à nos athlètes de briller sur la scène mondiale. Nous invitons toutes les parties prenantes à s'engager pleinement dans cette noble cause et à travailler ensemble pour réaliser le plein potentiel de nos athlètes congolais.

Les défis logistiques qui entravent les performances sportives de la République du Congo ne peuvent être ignorés. Des mesures concrètes doivent être prises pour résoudre ces problèmes et permettre à nos athlètes de réaliser leur plein potentiel sur la scène internationale. Ensemble, en surmontant ces obstacles, nous pouvons ouvrir la voie à un avenir sportif plus radieux pour la nation congolaise.

R.B.O.

Plaisirs de la table

Le curry, un trésor d'épices

Le curry, aussi appelé cari ou kari, n'est pas à proprement parler une épice mais plutôt un mélange d'épices qui symbolise à lui seul la cuisine indienne même si on trouve également des mélanges issus de nombreux pays d'Asie et de régions de l'océan Indien.

Doux, d'intensité modérée ou très piquant, le curry se décline en mille et une saveurs en fonction du dosage des épices qui le composent. On peut les distinguer selon les couleurs : le jaune, le vert, le rouge et le curry noir torréfié. Il existe sous forme de poudre mais aussi de pâte. L'une des variétés les plus connues de curry est « le curry de Madras ».

Celui à la couleur jaune.

Sa coloration provient de différentes épices qui la composent, notamment le curcuma, les graines de coriandre, la cardamome, l'oignon, la citronnelle, l'ail, les graines de moutarde et bien d'autres épices. Son côté jaune provient surtout du safran ou du curcuma selon les compositions. Cette diversité d'ingrédients va lui conférer une richesse et une palette extrêmement large de goûts selon la personne qui le prépare.

Comment l'utiliser en cuisine ?

Les mélanges de curry sont plus ou moins forts. Il peut être relativement doux, d'une intensité modérée comme le curry Madras (probablement l'un des plus connus au monde) ou très piquant (notamment s'il y a de fortes concentrations de poivres ou de piments dans sa composition). Quoiqu'il en soit, il est tou-

jours très aromatique. Mais il vous faudra choisir le bon mélange pour réaliser vos plats de viande, de légumes, de poissons ou vos desserts. Ainsi, un curry jaune s'intégrera très bien à des plats à base de viandes blanches ou de légumes.

de crudité. Même les salades de fruits peuvent être relevées d'une touche de curry pour faire voyager les papilles.

Bienfaits du curry sur la santé

Le curry est réputé pour ses pouvoirs antioxy-



Pour des poissons, un curry vert sera plus approprié. Vous pouvez aussi l'intégrer dans des marinades pour les viandes rouges avant un passage sur le barbecue, des mayonnaises ou vinaigrettes qui relèveront le goût de salades

dants. Il permet de lutter contre les signes de vieillissement, facilite la digestion, renforce le système immunitaire et s'avère être une bonne source de vitamine E.

Imane de Imelda

RECETTE

Ingrédients :

2 tasses de riz à grain long
3 tasses d'eau
1 oignon moyen haché
3 gousses d'ail écrasées
1 poivron rouge haché
380gr de tomates en dés
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
2 cubes de bouillon de poulet
1 cuillère à soupe de poudre de curry
1 cuillère à soupe de poudre de thym
1/4 de tasse d'huile végétale
Sel et poivre noir moulu au goût

Préparation:

Dans une grande casserole, faites chauffer l'huile à feu moyen. Ajoutez l'oignon et le poivron rouge et faites-les revenir jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajoutez l'ail et faites-le revenir pendant une minute. Ajoutez les tomates en dés, le concentré de tomate, le curry, le thym, le sel et le poivre noir. Mélangez bien et laissez mijoter pendant 10 minutes. Ajoutez les cubes de bouillon de poulet et l'eau. Portez à ébullition. Ajoutez le riz et remuez bien. Réduisez le feu à moyen-doux et couvrez la casserole. Laissez cuire jusqu'à ce que le riz soit cuit et que l'eau soit absorbée, environ 20 à 25 minutes. Une fois le riz cuit, retirez la casserole du feu et laissez reposer pendant quelques minutes avant de servir. Le Jollof Rice peut être servi avec des légumes, des haricots, des bananes plantains, des oeufs, de la viande ou du poulet pour un plat complet et délicieux. Bon appétit !

Imane de Imelda

Jollof rice



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

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

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

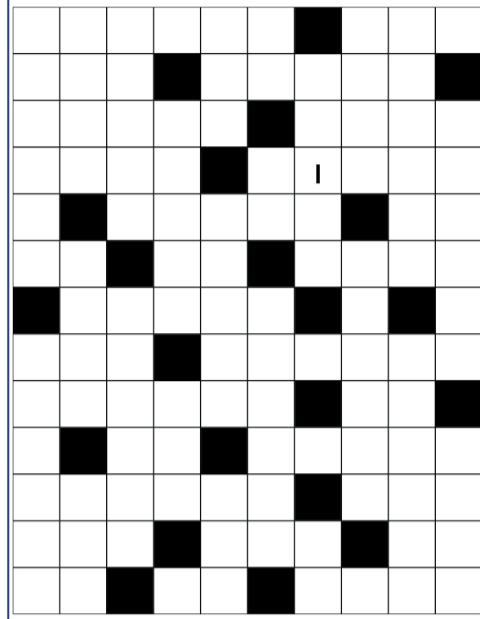
• SOLUTION DE LA GRILLE N°187 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°172 •

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°204



- 2 LETTRES**
AN - AS - DR - EN - EV - HE - ME - NU - RA - TA - UN
- 3 LETTRES**
AIE - ALE - AVC - ION - IRE - NEE - OIE - OTA - SIC - TRI
- 4 LETTRES**
ARIA - ARMA - EMUS - HARO - NASE - SIRE - TIEN - UNIE
- 5 LETTRES**
CEDRE - CEINT - CIDRE - ECRAN - ENCRE - INCAS - NIECE - RECU - ROCHE - TIARE
- 6 LETTRES**
ETEINT - ICTERE - IMPACT - ISARDS - LACUNE - LARCIN - LETALE - LEURRE - LICHEN - SEANCE - SLALOM - UTOPIE

PAS BIEN NÉ TRAVAIL DE BUREAU	MAUVAISE ACTION SUFFISANTE	LIGNE À TENIR DÉCENTRALISÉE	PROTEGERA VÊTEMENT COURT	VIEILLE VOLONTÉ GRANDE ÉCOLE	DANS LE CENDRIER
POUR COMMUNIQUER ŒUVRE DE VOLTAIRE			VAGUE SPORTIVE POSSÉDA	JEU DE PIONS VILLE DE PRUNEAUX	VILLE ANDALOUSE
PIÈCE DANS LES GÈNES		VIOLENCE VERBALE PAYS D'AMÉRIQUE DU SUD		DISCIPLINE PROPOSITION OSÉE	PETITE AIGUILLE
FIT EFFET	TELEMENT ÉCRITEAU		CALENDRIER DE NOËL CORROSIF		
			VILLE DU YEMEN	LIBERTAIRE MATÉRIEL DE VANNERIE	
VAUT SON PESANT D'OR	FOND DANS LE VERRE FAIRE UNE CROIX			BAS DE GAMME ACTION EN JUSTICE	
		SANS HISTOIRE			
REMERCIÉE DIPLOMATIE				MAGICIENNE FOURNIT DU BLE	FAIT UN CHOIX
FLEUVE EUROPÉEN METTRE À PLAT		ISSUE FEMME D'ÉGLISE	BRILLAIT À THÈBES	REMS SUR SON SIÈGE PRÉPOSITION	
					ATTRAPÉ
GRANDE ÉPOQUE		STRESS			

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

- AMIDON
- AMIRAL
- ASPHALTE
- AUTEL
- BAVOIR
- BIDONVILLE
- BOUCLIER
- BROUET
- CADUCEE
- CHIPOLATA
- CIRCONSTANCE
- COUPERET
- DIOCESE
- DOUANE
- EFFORT
- EPISODE
- EVASION
- FAILLE
- FURIBARD
- HUMBLE
- LIMPIDE
- METROPOLE
- MIGNON
- MISSILE
- MULATRE
- NAVARIN
- NEURONE
- ODYSSEE
- PAPIER
- RADIO
- SARGASSE
- SCELERAT
- SCENARIO
- SENILE
- SEXTANT
- SMARTPHONE
- SOMBRERO
- TOUCAN

• SUDOKU • GRILLE N°186 • FACILE •

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

SUDOKU • GRILLE N°171 • DIFFICILE

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

A cœur ouvert

« Si l'amour était une femme »

L'amour est un sujet qui suscite le plus vif des intérêts de la part du commun des mortels. Philosophes, artistes poètes et musiciens sont en première ligne de ceux qui essaient de plonger leurs regards dans cet océan sans fin. Si l'amour pouvait prendre corps et répondre par lui-même au flot de nos questionnements intérieurs, sans doute il serait une femme...

Si l'amour était une femme, il pardonnerait. Il pardonnerait l'accusation d'être la cause de tous les maux de la Terre. Si l'amour était une femme, il accepterait d'être souvent mis en retrait, relégué en seconde ligne pour laisser à l'être qu'il aime la place de briller. Si l'amour était une femme, il ne se plaindrait pas de vouer son temps, son énergie, ses richesses aussi bien intérieures qu'extérieures au bien-être de la personne qu'il aime. Il s'en réjouirait. Si l'amour était une femme, il prêterait son corps pour donner la vie à un tout petit-être humain qui deviendrait un grand homme demain ou une grande femme. Si l'amour était une femme, il n'hésiterait pas à croiser le fer avec la mort ; voir son corps charcuté et

n'avoir aucune garantie de revenir vivant ou valide de l'épreuve de la délivrance mais entrerait dans le bloc d'accouchement avec la seule volonté de perpétuer l'espèce.

Si l'amour était une femme, il se diviserait en quatre. Une première partie pour s'occuper de lui-même. Une deuxième pour s'occuper de son cher et tendre. Une troisième pour prendre soin de ses petits, se réveiller en pleine nuit pour les nourrir ou leur donner le change ; s'angoisser à la moindre fièvre et se rendormir au petit matin pour se réveiller à peine une heure après ou moins. La quatrième partie serait réservée aux soins de tous et de la maison, mais aussi au dehors car sans doute, l'amour ne resterait pas « désœuvré ».

Si l'amour était une femme, il ne répondrait pas à la colère par la colère, au feu par le feu, au glaive par le glaive. Il se ferait petit pour laisser à celui qu'il aime l'espace d'évacuer toutes ses frustrations. Il répondrait par le silence aux attaques, aux méchancetés parfois non méritées. Il plierait ses genoux pour s'en remettre à celui qui l'a créé et qui a disposé un cadre où sa présence a été voulue, désirée, honorée et surtout est utile.

Si l'amour était une femme, il ne comprendrait sans doute pas pourquoi le joug des femmes. Il ne répondrait pas non plus par la force à ce déséquilibre flagrant sur Terre... Il répondrait à la haine par l'amour.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier
(21 mars - 20 avril)

Un changement d'air vous sera tout particulièrement bénéfique. Vous repartez du bon pied et serez heureux de vous concentrer davantage sur vous et sur vos envies. De vieilles cicatrices se referment.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vos prise positions vous démarquent des autres, vous attirez les regards et aimez être au cœur des discussions. De grands projets se mettront en route grâce à cette dynamique.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Ces prochaines semaines, vous devrez mettre à plat un certain nombre de sujets. Les couples auront de gros défis à relever mais sauront trouver leurs priorités. La discussion sera de mise avant n'importe quelle prise de décisions.



Taureau
(21 avril-21 mai)

Avec le Soleil installé dans votre signe, vous êtes dans les meilleures dispositions pour vous épanouir en toute liberté et pleine conscience. Vous n'en serez que plus heureux et en phase totale avec vos choix.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous voilà prêt à concrétiser une idée que vous avez en tête depuis longtemps. Vous voilà prêt pour le changement et volontaire. Vos amis seront d'un soutien particulièrement précieux.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous aurez tendance à vous dissiper. La concentration vous demandera un effort, pourtant il faudra travailler dessus. Votre sensibilité vous joue des tours et peut parfois vous miner.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Profitez de chaque moment passé en famille et avec vos proches en général. Ils sont riches et vous font le plus grand bien ces temps-ci, vous y puiserez l'énergie nécessaire pour aller où vous le souhaitez.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

Les perspectives que vous offrent les prochaines semaines revêtent une dimension particulièrement stimulante et créative. Vous débordez d'idées et de projets, vous vous sentirez invincible.



Poisson
(19 février-20 mars)

Vous êtes à fleur de peau, un rien vous rend sensible. Pesez vos mots si vous ne voulez pas vous retrouver dans une situation irréversible. Vos amis sauront vous conseiller pour les choix difficiles à faire.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

Vous devrez faire plus attention à vos économies cette semaine, vous avez tendance à agir comme un panier percé et ne maîtrisez pas tout à fait vos entrées et sorties d'argent. Demandez conseil à un proche.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Cette semaine sera placée sous les signes de la famille et du repos. Vous prenez soin de vous et de votre santé, cette démarche bienveillante vis-à-vis de vous-même sera la plus bénéfique pour votre bien être.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous aurez l'impression d'être défié sur certains sujets. Les choses ne sont pas aussi simples que vous ne le pensez, vous aurez l'impression de redoubler d'efforts pour concrétiser ce que vous avez en tête.



PHARMACIES
DE GARDE

DIMANCHE 5 MAI 2024

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

MAKÉLÉKÉLÉ	Pharmacie de jour
Bienvenu	La Persévérance
Olivier	Jane Vialle
Mayanga	Texaco
Pharmacie de nuit	Pharmacie de nuit
Grand Séminaire	Sophiana
Rond-point Makélé-kélé	Désir
Kisito	Tsieme (ex Galesy)
Château d'eau Goldine	Ebina
	Boueta Mbongo
	Coronella
BACONGO	TALANGAI
Pharmacie de jour	Pharmacie de jour
Bonick	Mikalou
Matsoua	Mpila
Maremcy	Père Jacques
Pharmacie 3 Francs (ex Trinité)	Adèle
Pharmacie de nuit	Pharmacie de nuit
Sandza	Esplanade
Prosper	Saint Robert
Commission	Galy
La Glacière	Jaque Rufin
	Père Emerauce
	Immaculé
POTO-POTO	MFILOU
Pharmacie de jour	Pharmacie de jour
Brant-Jynes (gare PV)	Teven
Duo	Pharmacie de nuit
FII	El Rodriguo
Foch	Ô Océanne
Joseph	Bethesda
Pharmacie de nuit	Nuit Exode
Péniel	
Poto-Poto	DJIRI
Exaucé	Pharmacie de jour
Alex	La Florale
Les Anfes	Bass
	Exodus
MOUNGALI	Pharmacie de nuit
Pharmacie de jour	Oasis
Pharmapolis Santé	
Plateau des 15 ans	MADIBOU
Metta	Pharmacie de jour
Lenal'O	Pharmacie de
La Clémence	Mayanga
OUENZÉ	Pharmacie de nuit
	Nuit Victorieuse