



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° 287 - VENDREDI 30 AOÛT AU JEUDI 5 SEPTEMBRE 2024

EDUCATION

Parents, les héros cachés de la rentrée scolaire

La rentrée scolaire, ce moment charnière, s'annonce en République du Congo. Les élèves s'apprentent à reprendre le chemin de l'école, retrouvant l'effervescence des salles de classe, la sagesse des enseignants et la complicité des camarades. Mais derrière les cartables neufs et les uniformes repassés se cache un ingrédient secret du succès : l'implication des parents.

PAGE 4



MUSIQUE

Angélique Kidjo : 40 ans de feu musical



Explosion de talent ! Angélique Kidjo, l'icône béninoise, enflamme la scène mondiale depuis quatre décennies. Cette force de la nature transcende les frontières musicales, collectionnant les Grammy Awards. Auteure-compositrice-interprète hors pair, Kidjo ne se contente pas de chanter. Elle rugit pour les causes qui lui tiennent à cœur, faisant de sa voix une arme contre l'injustice.

PAGE 3

CONCOURS

Fally Ipupa prêt à électriser « La dernière Voix » !

La star congolaise Fally Ipupa rejoint le jury de « La Dernière Voix », le concours musical panafricain phare qui lance sa deuxième saison. Dès le 5 septembre sur A+ Ivoire, le légendaire chanteur partagera son expertise comme coach pour dénicher les pépites vocales du continent. L'Afrique retient son souffle !

PAGE 5



CAN 2025

Congo et RDC affûtent leurs griffes



Les Diables rouges du Congo et les Léopards de la RDC s'apprentent à rugir dans les éliminatoires de la CAN 2025. Isaac Ngata, coach congolais, a dévoilé sa sélection pour affronter le Soudan du Sud et l'Ouganda. De son côté, la RDC se prépare à défier la Guinée et l'Éthiopie. Les deux nations voisines sont prêtes à marquer de leur empreinte la route vers la prestigieuse compétition africaine.

PAGE 13

JOURNALISTES

Fact-checking francophone : Appel à candidatures

PAGE 4



Éditorial

Héros silencieux !

Bien souvent dans l'ombre, loin des projecteurs, les parents jouent un rôle fondamental dans la réussite scolaire de leurs enfants. Leur engagement quotidien, leur soutien émotionnel et leur participation active sont des piliers essentiels sur lesquels repose le parcours scolaire des élèves. Chaque matin, ils se lèvent avec la détermination de préparer le meilleur pour leurs enfants, que ce soit en les aidant à se préparer, en les encourageant à donner le meilleur d'eux-mêmes, ou en collaborant avec les enseignants pour suivre les progrès.

Cet engagement parental n'est pas seulement une affaire de soutien matériel. C'est aussi une présence réconfortante, un cadre structurant qui donne confiance aux enfants pour affronter les défis scolaires. Les discussions autour des devoirs, les encouragements lors des moments difficiles et la célébration des réussites sont autant de gestes qui montrent aux élèves qu'ils sont soutenus et valorisés.

En ces temps de rentrée scolaire où la pression sur les élèves est accrue et les attentes plus élevées, la présence des parents est d'autant plus cruciale. Leur capacité à équilibrer leurs propres défis tout en restant un pilier de soutien pour leurs enfants est une véritable prouesse. Les parents deviennent alors des héros silencieux, leurs efforts souvent invisibles mais toujours essentiels.

Il est impératif de reconnaître et de valoriser ce rôle crucial. Les écoles et les communautés doivent collaborer pour offrir aux parents les ressources et le soutien dont ils ont besoin pour jouer ce rôle avec encore plus d'efficacité. En renforçant cette collaboration, nous contribuons non seulement au succès des élèves mais aussi à la création d'un environnement éducatif plus harmonieux.

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

« *Aller doucement, n'empêche pas d'arriver.* »

LE MOT

« CREDO »

❑ *Le mot « crédo » s'écrivait auparavant sans accent. Son orthographe a été modifiée en 1990, suite aux rectifications orthographiques proposées par le Conseil supérieur de la langue française et approuvées par l'Académie française. Les deux orthographes « crédo » et « credo » sont maintenant valables. « Credo » est un mot latin qui signifie « je crois ». C'est le nom donné à la profession de foi des chrétiens. Dans le langage courant, un crédo est un ensemble de principes auxquels on adhère.*

IDENTITÉ

« MADIANA »

D'origine hébraïque, Madiana signifie « celle qui élève ». C'est un prénom qui dénote une personnalité généreuse. Les personnes qui portent ce prénom sont toutes à la fois empathiques et à l'écoute. En demande d'affection, Madiana est sincère. Elle se met au défi sans sourcilier et atteindra les objectifs qu'elle se fixe. Madiana peut se monter trop curieuse. Il faut donc lui dire quand elle va trop loin, et savoir se montrer un peu ferme, pour qu'elle apprenne à rester à sa place quand il faut.

LA PHRASE DU WEEK-END

« *Celui qui a perdu son indépendance a également perdu la possibilité d'intervenir dans le cours du temps et d'en déterminer le contenu en toute liberté.* »

- Jean-Philippe Omotunde -



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 : Christian Brice Elion, Rominique Nerplat Makaya
Grand-reporter : Nestor N'Gampoula
Service Société : Guillaume Ondzé (chef de service), 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 Lossel

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 Ndongidi, Adrienne Londole

ADMINISTRATION - FINANCES

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga
Chef de service publicité : Rodrigue Ongagna
Hortensia Olabouré, Marina Zodialo, Sylvie Addhas, Mibelle Okollo
Chef de service diffusion : Guylin Ngossima
Brice Tsébé, Irin Maouakani, Christian Nzoulani, Bob Sorel Moubelélé Ngono

COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse
Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

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

INFORMATIQUE ET NOUVEAUX MEDIAS

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

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

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

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

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

CENTRE DE REFLEXION SUR L'INTEGRATION REGIONALE

Direction : Emmanuel Mbengué

ADIAC

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

Président : Jean-Paul Pigasse

Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

Angélique Kidjo

40 ans de carrière musicale remarquable

Auteure, compositrice, interprète, la légendaire chanteuse Angélique Kidjo totalise quarante années de carrière musicale. Avec plusieurs Grammy Awards à son actif, la diva béninoise a non seulement marqué l'industrie musicale, mais a également su jouer sa partition dans diverses causes humanitaires.



Angélique Kidjo sur scène/ DR

Icône avérée de la musique mondiale, Angélique Kidjo continue de faire vibrer le cœur de millions de personnes avec sa passion et son talent. De ses débuts au Bénin jusqu'à son rayonnement sur la scène internationale, chaque note qu'elle chante porte en elle l'essence de la culture africaine, tout en réinventant sans cesse les frontières musicales. Grande figure de la musique béninoise, très connue sur la scène internationale, elle a su s'imposer à travers une variété musicale. Elle associe les musiques traditionnelles du Bénin, dont elle est originaire, à d'autres genres que sont la pop, le jazz, le funk, l'afrobeat et la musique latine. Une riche variété qui lui a valu plusieurs distinctions et honneurs.

Originaire de Ouidah, au Bénin, Angélique Kidjo est l'une des voix les plus puissantes et emblématiques de la musique africaine. En 40 ans de carrière, elle a su s'imposer comme une artiste incontournable, traversant les frontières musicales avec une aisance inégalée. Pour marquer cet âge tant significatif de sa carrière, la diva africaine a récemment livré un concert au Royal Albert Hall de Londres. Ce spectacle a mis en lumière son talent sur scène qui n'est plus à démontrer.

Toujours dans le même élan, en novembre de cette année, elle sera également en concert au légendaire Carnegie Hall à New York. Ce rendez-vous digne de la star béninoise promet d'être rythmé et haut en couleur offrant ainsi un moment mémorable aux amoureux de la musique et de la culture avec un programme musical de qualité.

Un parcours musical incroyable

Reconnue pour sa carrière musicale, Angélique Kidjo, artiste à multiples facettes, est également une figure emblématique de la justice sociale. Son rôle en tant qu'ambassadrice de bonne volonté de l'Unicef et sa participation à diverses causes humanitaires montrent que sa passion va bien au-delà de la musique, touchant des vies à travers le monde. La diva africaine a été couronnée de cinq Grammy Awards, parmi lesquels celui de 2020 du meilleur album de musique du monde pour Célia, un album de la chanteuse contenant des reprises de chansons de Celia Cruz. Il est publié en avril 2019 sur les labels Verve Records aux États-Unis et Decca Records en France. Dans son parcours, elle relie sa musique à l'histoire de l'Afrique et à la défense des droits humains.

Gloria Lossele

Portrait

Grâce Kangundu, une personnalité qui marque les esprits

Elle s'affirme à travers ses prises de parole et convictions ; elle s'affirme en exerçant un métier qui lui plaît où elle est compétente et reconnue. Grâce Israëlla Kangundu, journaliste engagée pour les droits des femmes, fait partie de ces personnes qui captivent à travers leur énergie et vitalité.

Originaire de la République démocratique du Congo (RDC), Grâce Kangundu incarne la mobilisation et l'engagement des médias en faveur de l'égalité des sexes, l'émancipation de la femme et la liberté d'expression. Le journalisme est pour elle une histoire de passion, de service et de conviction.

Grâce est surtout une citoyenne engagée dans la promotion des droits de la femme et de leur émancipation dans son pays. L'Association congolaise des femmes journalistes de la presse écrite (Acofepé), qu'elle dirige est un instrument acquis à cette cause.

De l'affirmation de soi à la lutte pour l'égalité, la militante des droits des femmes et jeunes filles se démène pour honorer la force et la résilience des femmes. Dans son pays la RDC, elle est connue pour son engagement en faveur de l'égalité des sexes et de l'autonomisation des femmes dans les médias et la société congolaise.



Elle milite pour une représentation équitable des femmes journalistes dans les postes de direction et dans les instances de prise de

décision au sein des rédactions. Grâce est également une défenseuse passionnée des droits des jeunes filles à l'éducation et à la

protection contre les violences basées sur le genre. C'est à ce titre qu'elle coordonne le Réseau des femmes leaders pour l'accès à la parole. Elle travaille avec des organisations locales et internationales pour sensibiliser les femmes, les hommes et les jeunes filles à ces questions et pour promouvoir l'égalité des sexes et l'autonomisation des femmes en RDC.

La journaliste vit en choisissant à chaque instant d'agir en lien avec ce qui se dit du fond d'elle-même, en relation avec des amis qui lui ressemblent sur le fond. C'est une vraie battante, une belle femme et âme, fidèle à ce qui vit de plus fort en elle et qui a du sens pour sa vie et son avenir.

Une enfance marquée par une tragédie

Grâce perd ses deux parents dans la nuit du 3 novembre 2005 au domicile familial à Kinshasa, où ils sont assassinés par des hommes

armés. Son père, François Kangundu Kengy, journaliste, chef du service politique au journal « La Référence Plus » paraissant dans la capitale congolaise et défenseur de la liberté de la presse en RDC, a été pris pour cible par des assaillants qui n'ont pas hésité à lui ôter la vie et celle de sa femme devant leurs enfants.

Fortement marquée par ce drame, Grâce s'est résolue de s'engager dans une lutte pour la reconnaissance nationale des journalistes assassinés en RDC. Dix-neuf années se sont écoulées depuis l'assassinat du couple Ngyke mais le mystère demeure. Son plaidoyer vise à honorer la mémoire de 22 journalistes tués en RDC en les élevant au rang de Martyrs de la liberté de la presse. Elle appelle donc les autorités congolaises à un devoir de mémoire à travers la construction d'un monument dédié à ces chevronnés journalistes.

Durly Emilia Gankama

Lecture

Cultiver l'amour des mots

La lecture, telle une clé magique, ouvre les portes de l'imagination, de la connaissance et de la compréhension. A ce propos, pourquoi la lecture est-elle essentielle pour les jeunes et comment peut-elle façonner leur avenir.

La lecture transcende les mots imprimés. C'est un voyage qui commence dès la petite enfance, lorsque les tout-petits écoutent les histoires racontées par leurs parents. Elle évolue ensuite vers la découverte de livres illustrés, de contes et de romans. La lecture, c'est l'accès à un univers infini de pensées, d'idées et d'aventures. L'important étant de savoir l'âge à laquelle un enfant pourrait commencer à lire.

Dès le berceau, les enfants sont bercés par les mots. Les livres en tissu aux couleurs vives éveillent leur curiosité. Plus tard, les livres adaptés à leur âge les accompagnent dans leur apprentissage. La lecture devient un rituel, un moment de complicité entre parents et enfants. Pour ce faire, quels types de livres devraient-ils lire ?

Les tout-petits et les préscolaires s'épanouissent avec des images vibrantes, des comptines et des histoires simples. Pour les enfants d'âge scolaire, les aventures

captivantes et les documentaires sur les animaux, l'histoire et les sciences sont des compagnons idéaux. Quant aux adolescents, ils trouveront dans les romans matière à réflexion et dans les essais une ouverture vers de nouveaux horizons.

Les livres jouent un rôle non négligeable dans la vie des enfants. En effet, la lecture est un trésor linguistique. Elle expose les enfants à une variété de mots, de phrases et de structures grammaticales. En lisant, ils découvrent de nouveaux termes, apprennent à les utiliser correctement et enrichissent leur lexique. Les livres offrent également des contextes pour comprendre la signification des mots et développer leur expression écrite et orale.

La lecture encourage les jeunes à penser de manière analytique. En rencontrant des personnages complexes, des intrigues tordues et des dilemmes moraux, ils apprennent à poser des questions, à évaluer les situations et

à réfléchir de manière critique. Les livres stimulent leur curiosité intellectuelle et les aident à développer des compétences de raisonnement.

Aussi, le fait de se glisser dans la peau des personnages est une expérience puissante. Les livres permettent aux enfants de voir le monde à travers les yeux d'autres personnes, de comprendre leurs émotions, leurs motivations et leurs luttes. Cette empathie littéraire favorise la compréhension des autres et renforce les liens sociaux.

En plus, les mots sont des outils magiques pour créer des mondes imaginaires. Les histoires fantastiques, les aventures épiques et les univers fictifs nourrissent l'imagination des enfants. Ils apprennent à inventer, à rêver et à explorer des réalités alternatives. La créativité littéraire se répercute également dans leur vie quotidienne, où ils trouvent des solutions originales aux problèmes.

Toutefois, il existe des enfants qui

n'apprécient pas la lecture. C'est bien dommage. Par contre, il existe des astuces simples et pratiques pour aider les enfants à aimer la lecture. En fait, les parents doivent montrer l'exemple en lisant eux-mêmes. Lorsque les enfants voient leurs parents plongés dans un livre, ils sont plus enclins à suivre leur exemple. Aussi, les bibliothèques sont des trésors cachés. Parents et enfants devront les explorer ensemble ! En outre, les familles devront prendre l'habitude de créer des moments de lecture, instaurer une routine où chacun lit un chapitre à voix haute ou partage ses impressions sur un livre.

En fin de compte, les parents doivent laisser les enfants explorer leurs préférences. Les enfants peuvent choisir des livres de tout genre, en l'occurrence les romans, les bandes dessinées, les documentaires ou les poèmes. En d'autres termes, l'essentiel est qu'ils lisent avec passion.

La lecture est bien plus qu'un

simple loisir. C'est bien plus qu'un passe-temps. C'est une aventure qui nourrit l'esprit, élargit les horizons et crée des souvenirs durables. Aussi, c'est une fenêtre ouverte sur le monde, une invitation à grandir, à rêver et à s'épanouir. Alors, parents et enfants devront ouvrir ensemble les livres et laisser les mots les emporter vers l'infini.

Source :

(1) Les 5 meilleurs livres sur la pédagogie. <https://5livres.fr/meilleurs-livres-pedagogie/>.

(2) Les jeunes Français et la lecture en 2024 | Centre national du livre. <https://centrenationaldulivre.fr/donnees-cles/les-jeunes-francais-et-la-...>

(3) La lecture chez les jeunes - Érudit. <https://www.erudit.org/fr/revues/qf/1989-n74-qf1222083/45407ac.pdf>.

(4) Les bienfaits de la lecture pour les enfants et les jeunes. <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.as...>

Chris Louzany

Rentrée scolaire

L'impact des parents à sa réussite

La rentrée scolaire est un moment crucial pour les familles congolaises de Brazzaville. Elle marque le début d'une nouvelle année scolaire. Les élèves retrouvent leurs salles de classe, leurs enseignants et leurs camarades. Pour que cette période soit un succès, l'implication des parents est essentielle. Comment ces derniers pourront-ils contribuer à la réussite de la rentrée scolaire en vue ?

Lors de la rentrée, les parents peuvent accompagner leurs enfants pour rencontrer les enseignants. Cela permet d'établir un premier contact et de poser des questions sur le programme, les attentes et les méthodes pédagogiques. De plus, visiter l'école avant la rentrée aide les élèves à se familiariser avec leur environnement, repérant ainsi les salles de classe, les toilettes et la cantine. Pendant cette période, les parents peuvent également discuter avec leurs enfants des objectifs qu'ils souhaitent atteindre pendant l'année scolaire, qu'il s'agisse d'objectifs scolaires, sociaux ou personnels.

A la veille de la rentrée des classes, les parents ont la possibilité de veiller à ce que leurs enfants aient tout le matériel nécessaire, des cahiers aux stylos en passant par les cartables. Aussi peuvent-ils entreprendre de vérifier les listes fournies par l'école. En outre, suivre les procédures d'inscription et de mise à jour des informations administratives est crucial pour assurer une rentrée sans accroc.

A côté de cela, il est essentiel d'encourager les interactions sociales. En effet, les parents peuvent discuter avec leurs enfants de la manière de se faire des amis et de participer aux activités collectives. Il est donc possible d'organiser des ren-



contres avec d'autres familles car cela favorise également les liens sociaux. De plus, il sied de mentionner qu'à la veille de la rentrée des classes, certains élèves ressentent de l'anxiété à l'idée de retrouver leurs camarades. En ce moment, les parents peuvent les rassurer et leur donner des conseils pour gérer ces émotions.

Signalons qu'il est possible pour les parents de prendre part aux réunions parents-enseignants. En fait, ces rencontres leur permettront de comprendre les attentes de l'école, les projets pédagogiques et les règles de vie. Dans la foulée, les parents peuvent également envisager de s'intéresser aux devoirs de leurs enfants, les aider si nécessaire et suivre leurs progrès car la communication avec les enseignants renforce la collabora-

tion. Enfin, les parents doivent féliciter les enfants pour leurs efforts et leur réussite. Cela renforcera leur confiance en soi et favorisera la motivation.

Le fait d'être disponible pour écouter les inquiétudes liées à la rentrée permet aux parents d'aider leurs enfants à trouver des solutions. Enseigner des techniques de relaxation et de gestion du stress aide également les enfants à rester calmes pendant cette période intense.

En mettant en pratique ces conseils, les parents contribueront activement à la réussite de la rentrée scolaire de leurs enfants. Ainsi, ensemble, parents, enseignants et élèves parviendront à créer un environnement propice à l'apprentissage et à l'épanouissement.

Ch.L.

Prix du journalisme de vérification francophone

Candidatures ouvertes jusqu'au 15 septembre

A l'occasion du 19e sommet de la Francophonie, CFI Medias, Nothing2Hide et l'École publique de journalisme de Tours invitent les journalistes francophones à soumettre leurs candidatures avant le 15 septembre, en vue de prendre part au Prix du journalisme de vérification francophone.

Les participants au prix du journalisme de vérification francophone devront satisfaire à certains critères imposés par les organisateurs. Ils devront, entre autres, avoir publié un ou plusieurs articles de vérification en lien avec les catégories retenues entre janvier et septembre de l'année en cours.

En plus de cela, les postulants devront avoir intégré les médias contributeurs de Factoscope.fr au plus tard le 31 août de cette année. En fin de compte, les candidats devront avoir adressé un lien hypertexte vers l'article proposé au jury au plus tard le 15 septembre prochain à l'adresse suivante : factoscope.redaction@gmail.com

Les journalistes francophones désireux de prendre part aux prix du journalisme de vérification francophone devront proposer des articles qui correspondent aux catégories retenues par les organisateurs.

Ces catégories portent sur le Prix de vérification de propositions politiques, le Prix de démythification de rumeurs (debunking), le Prix de recontextualisation d'un contenu audiovisuel (son, photo, vidéo) ainsi que le Prix de démenti d'une « infox » touchant particulièrement les femmes. A l'issue de la compétition, les vainqueurs de chacune de ces catégories recevront la somme de 1000 euros, c'est-à-dire près de 665 000 de francs CFA.



Tous les articles soumis par les postulants seront examinés par un jury international francophone (membres de l'Union de la presse francophone, du réseau Théophraste, du Nothing2Hide, d'Africa Check, de France Médias Monde) pendant le sommet de la Francophonie.

Toutefois, les articles soumis seront évalués en fonction des critères précis, à savoir la pertinence du sujet vérifié, la viralité de la fausse information, la rigueur de la recherche et de la démonstration sans oublier la technicité de la vérification. Par ailleurs, notons que ce concours de journalisme est organisé dans le cadre du programme Médialab Francophonie. C'est la première fois que ce prix sera organisé et il vise à récompenser spécialement les journalistes francophones qui travaillent dure dans l'épuration des informations mis à la disposition du grand public par les différents medias.

Ch.L.

« La dernière voix »

Fally Ipupa mettra à profit son expérience

Le célèbre artiste congolais Fally Ipupa fait partie des coachs de la nouvelle saison du télé-crochet musical panafricain dénommé « La dernière voix ». Cette émission visant à mettre en lumière les talents vocaux du continent africain lancera la diffusion de sa 2^e saison le 5 septembre sur A+ Ivoire.

« La dernière voix » est une émission qui a pour objectif de découvrir et de promouvoir les meilleures voix du continent africain. Produite par Alex Ogou, réalisateur et producteur exécutif des séries à succès Cacao et Invisibles, cette compétition musicale offrira une visibilité exceptionnelle aux jeunes artistes, leur permettant de se faire connaître et de lancer leur carrière. Chaque saison, les téléspectateurs suivent avec passion le parcours des candidats, encouragés et guidés par des coachs expérimentés. C'est pour la toute première fois que l'artiste congolais, connu pour ses talents de chanteur, compositeur et producteur, participe en tant que coach au télé-crochet musical « La dernière voix ». Dans le passé, Fally Ipupa a déjà été membre du jury dans d'autres émissions à l'instar de « L'Afrique a un incroyable talent ». Ce nouveau défi représente une opportunité unique pour lui de partager son expérience et ses connaissances avec de jeunes talents prometteurs. Connu pour son exigence et sa rigueur, Fally Ipupa peut-être un mentor bienveillant mais strict, déterminé à challenger les candidats afin de les aider à atteindre et révéler leur plein potentiel artistique.

« La dernière voix » se déploie à la

manière d'une série musicale. L'intrigue du feuilleton se déroule tout au long d'un concours de musique lancé par une maison de disque pour trouver le meilleur jeune talent de l'année. Après avoir reçu des centaines de candidatures, cinq prétendants sont sélectionnés pour entrer en résidence dans un lieu secret appelé « Le laboratoire ». Au fil des épisodes de la série, le téléspectateur suivra les aventures de ces cinq chanteurs entre répétitions, séances de coaching vocal et prestations publiques. A la fin de la saison, le meilleur performeur sera retenu pour un contrat d'artiste.

Doutes, formations, et moments d'émotion intenses, la série articulée autour du parcours de chaque candidat va dévoiler le long processus de création d'un talent. Depuis le début de cette aventure, de nombreuses célébrités internationales du monde de la musique telles que Serge Beynaud, Lynnsa et bien d'autres artistes surprises du Label universal music y ont déjà fait leur apparition en endossant le rôle de coachs musicaux.

Fally Ipupa est un artiste qui n'est pas plus à présenter sur le continent africain. Il a su conquérir le cœur de millions de personnes à travers le monde grâce à sa musique. Depuis



ses débuts avec le groupe « Quartier Latin » de Koffi Olomidé jusqu'à sa carrière solo couronnée de succès, il a accumulé de nombreux hits et distinctions. Son style original, mêlant

rumba congolaise, RnB et pop, lui a permis de se démarquer et de devenir l'un des artistes les plus écoutés d'Afrique francophone.

Merveille Jessica Atipo

Éducation

Le BEM Brazzaville présente son programme académique

Le directeur général de BEM Brazzaville, Ahmadou Diakité, a animé le 24 août dans la ville capitale une séance au cours de laquelle il a présenté au public congolais l'école de management et ses programmes, à savoir BEM Business school, Bachelor Master1 et 2, ses écoles partenaires avec l'appui de la Fondation africaine pour l'éducation.

BEM (Bachelor international management) dispose d'un programme généraliste aux grandes fonctions de l'entreprise comme stratégie, un système d'information, une pédagogie innovante et personnalisée tournée vers l'entrepreneuriat, l'action et l'innovation, une formation académique et pratique solide dans les matières de gestion d'entreprise et dans un environnement académique international de haut niveau, un accent mis sur les langues: l'anglais et le chinois, un programme spécifique de développement personnel pour renforcer les savoir-être et les attitudes professionnelles. Il met également au service des étudiants un corps professoral et des intervenants professionnels issus d'un environnement multiculturel ; un programme interna-

tional sur 2 ans à Brazzaville avec une possibilité de poursuivre des études sur 2 ou 3 ans dans une des universités partenaires en Europe. En master gestion (bac+5), il enseigne un programme reconnu par le Cames ; une pédagogie innovante tournée vers le learning by doing, soit apprendre par la pratique. Il a une forte ouverture internationale pour permettre aux étudiants d'échanger pendant un semestre dans l'une des universités partenaires dans des pays comme la France, la Belgique, la Chine, le Ghana, le Maroc et le Canada, et un accompagnement durant tout le processus de mobilité, un accent mis sur les langues à raison de deux langues obligatoires, à savoir l'anglais et le chinois, un coaching individuel et de groupe pour renforcer les

soft skills que sont les savoirs et attitudes professionnelles, « un career center » pour l'accompagnement vers l'insertion professionnelle et bien d'autres.

«BEM est une très grande

école qui s'est implantée en République du Congo, une école internationale reconnue et qui a des grands partenaires dont la mobilité joue un rôle extrêmement important»,

a déclaré Ahmadou Diakité, directeur général BEM Brazzaville au cours de son interview accordée à la presse. Mazaba Stéphane ayant participé à cet échange a indiqué qu'il est très content et félicite la grande dame visionnaire de ce concept émergent. «Je suis très ravi de découvrir certains modules des formations qui sont des outils techniques semblables au goût du jour. Actuellement, lorsque nous parlons de management, il y a plusieurs aspects. Et je suis très ravi de découvrir encore d'autres modules des formations.», a-t-il martelé. Notons que l'école BEM met à la disposition du public des programmes adaptés aux réalités actuelles et au monde d'aujourd'hui.

Achille Tchikabaka

Le vêtement Signe de distinction ?

« L'habit ne fait pas le moine, mais on reconnaît le moine à son habit », ont ainsi été condensés en une seule maxime le rôle et la valeur sociale accordés au vêtement. Que dit le vêtement de la personne qui le porte, des personnes qui le regardent et enfin que dit-il de la société ?

D'un rôle primitif strictement utile qui consistait à se protéger du froid, à établir une barrière physique entre l'environnement, ses peuples microscopiques et le corps, et à couvrir sa pudeur, le vêtement a, au fil des siècles et des mouvements sociaux, des organisations sociales, pris une valeur esthétique et/ou identitaire.

Le vêtement envoie un message, il affiche une appartenance à un groupe donné. Les corps armés ont conçu, au meilleur de cette illustration, des vêtements de terrain, l'emblématique treillis, ou des vêtements d'office et de cérémonie qui tous, selon les grades qu'ils affichent aux épaulettes renseignent sur le rang de la personne en face et au respect, au protocole qui lui sont dus, quel que soit son âge, son genre ou autre caractéristique identitaire non-militaire.

La vie civile a elle aussi, de son côté, apparemment été inspirée par la même muse et a adopté ces codes de hiérarchisation sociale sur la base du vêtement. Le vêtement, sans doute parce qu'il est, au rang et au compte de l'apparence

physique, la première chose que l'on voit d'une personne avant d'interagir avec elle, le premier message que l'on reçoit d'elle, de sa présence.

Ainsi, les personnes bien habillées sont naturellement perçues comme attractives, fiables, et capables de prendre soin des autres puisqu'elles prennent visiblement soin d'elles-mêmes.

Cette perception sociale prête pourtant le flanc à un immense biais cognitif, collectif et individuel. En effet, d'observer comment les gens sont plus sensibles à l'apparence qu'à l'essence, que le respect et les privilèges sont préférentiellement accordés à ceux qui s'habillent bien, accordent un soin particulier à leur image, la plupart des gens et certains profils déviants en particulier, vont détourner le rôle de marque sociale du vêtement vers celui de masque social. Dans un mimétisme pervers et artificiel et sans qu'elles n'aient forcément les moyens, certaines personnes vont prioriser l'image coûte que coûte, au point de contracter des dettes, de vivre dans des pires conditions, pourvu qu'elles aient leur peau de luxe, une



image factice pour impressionner leurs vis-à-vis et dans le pire des scénarii les tromper, les escroquer.

Il va de soi qu'il est humainement plus facile de confier son argent à quelqu'un qui est bien habillé, en costume-cravate, qu'à une personne à l'apparence négligée. Ce n'est peut-être pas pour rien que les banquiers sont à leurs heures de service toujours tirés à quatre épingles. C'est de l'ordre de

la psychologie humaine, c'est une perception de fiabilité, donc de confiance acquise de façon subliminale.

Pourtant, le vêtement, en tant que faire-valoir social, est peut-être aussi une simple perception culturelle. Bien que certaines positions sociales, certaines professions et certains milieux sociaux exigent un standard vestimentaire, l'élégance et la coquetterie restent de l'ordre de

dispositions individuelles. Si l'on se fie à ces grandes figures qui ont favorablement marqué l'histoire de l'humanité, tout domaine confondu, on se trouve un peu perplexe de réaliser qu'elles sont souvent et foncièrement détachées du carcan de l'image. À porter les lunettes, on se rendrait peut-être compte que l'essence de l'humain est ailleurs.

Princilia Pérès

Les immortelles chansons d'Afrique

« Shama Shama » de Mopero Wa Maloba

Mopero Wa Maloba a conquis le public des deux Congo à travers son talent ébouriffant. Guitariste, chanteur à la voix suave et auteur-compositeur des titres explosifs à l'instar de Shama Shama.

Paru en 1975 aux éditions Cavacha sous la référence Cavacha 01 et sur le label African sous la référence 90.921B, « Shama Shama » a récolté un succès éblouissant. C'est un morceau que Mopero a dédié à sa femme Vicky Shama, alias Youyou, dans l'orchestre « Cavacha » avant son départ de ce groupe. Il donnera, alors, à son nouvel orchestre le nom de « Shama Shama ». Dans cette mélodie, l'auteur peint le comportement d'un amoureux qui n'arrive pas à se séparer de sa femme quand le moment de voyager sonne. Ses pensées sont, sans cesse, inclinées vers elle. Il l'accuse même d'être responsable de son malheur. « *Vicky e Shama o Shama, baniokolaka moninga boye te Shama* ». Autrement dit : « *Vicky Shama, on ne fait pas souffrir son ami de cette manière* ».

Cette merveilleuse mélodie, jouée en « Fa », s'ouvre par la guitare rythmique de Clay Makengele Nzeza à laquelle se greffent la guitare basse de Mabibi, la guitare solo de Mopero et la batterie de Jeampy. Ensuite vient le lyrisme vocal de Mombo Ley exécutant la première voix et Mopero, la deuxième. Puis, interviendra un solo vocal irrésistible de Mopero exécuté avec brio. Deux fois, Mopero



réalise des riffs avec sa guitare solo. En effet, il balade le médiateur en quadruple croche en faisant ressortir les notes : Do, Ré, Mi, Fa, Sol, La, Si, Do, Ré, Mi, Fa. Ce qui crée une sonorité envoûtante. Notons que l'ensemble de la chanson s'articule sur des notes : Fa, Do, Si bémol, Fa.

« Cavacha », disons-le, est le rythme créé vers le

milieu des années 1970 par Maridjo. C'est aussi la danse créée par Koko Waya et Kula Mambu. Tellement que leur manière d'exécuter les pas de cette danse était compliquée, Mbuta Machakado jugea bon de la simplifier. C'est Evoloko qui fut le premier à faire la démonstration de cette danse qui fit sensation auprès du public, à tel enseigne que Dona Mobeti et Mopero monteront l'orchestre qu'ils dénommeront « Cavacha ».

Ferdinand Mopero Wa Maloba, Zetoutou, alias je t'aime, Ledjo. Fils de Malobo et d'Eugénie Manguba. Après avoir créé son premier groupe « Les poulets noirs », il forme Toubazaitena avant Cavacha. C'est dans ce groupe qu'il sera plus connu du public. Après sa séparation d'avec Dona Mobeti, il fonde Cavacha de Mopero, devenu le tout grand Mopero avant de former Shama Shama qui sera plébiscité meilleur orchestre de l'année 1975 et Mopero meilleur auteur-compositeur, Mabibi meilleur bassiste. Plus tard, il fondera Shama Shama rénové. Il gagna la faveur du président ougandais Idi Amin Dada et du président Mobutu. Converti au christianisme, il devint pasteur. Décédé le 17 août 2017, Mopero a influencé plusieurs artistes par sa façon de chanter.

Frédéric Mafina

Lire ou relire

« La sonate à Bridgetower » d'Emmanuel Dongala

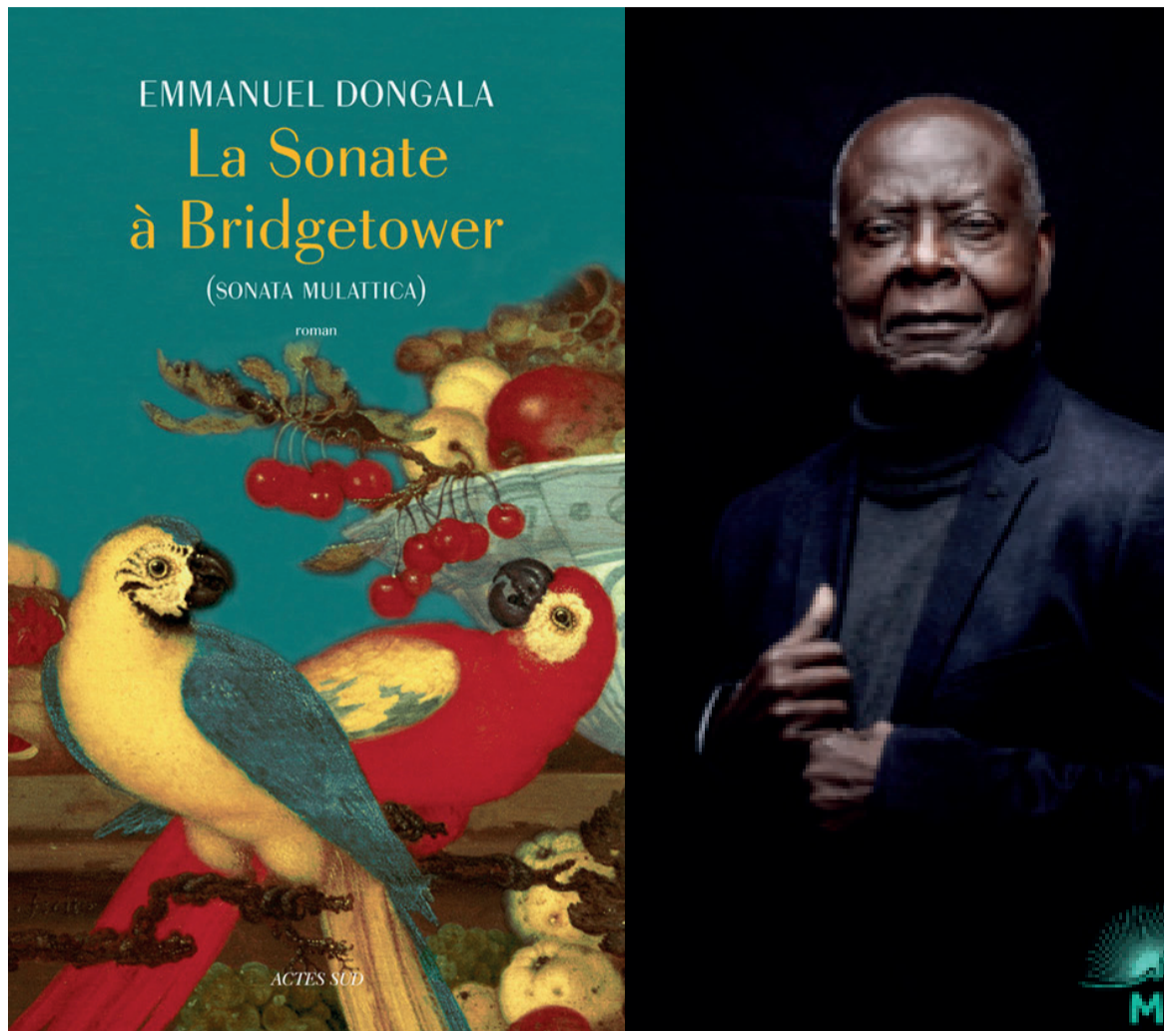
Édité par Actes Sud, le roman « La sonate à Bridgetower » emballe le lecteur en arrière dans l'histoire, à l'époque de Mozart et de Beethoven, au temps de la traite négrière.

L'actuel récipiendaire du Grand Prix international de l'Académie française, l'écrivain congolais Emmanuel Dongala, aborde dans son tout dernier roman une thématique qui sort de l'ordinaire. Il remonte l'histoire en nous pondant un récit croustillant et riche en informations qui se déroule en trois étapes. D'abord à Paris en 1789, puis à Londres la même année pour chuter à Vienne en 1803, l'année même où la virtuose Ludwig van Beethoven a composé la «Sonata mulattica», dédiée au violoniste Rodolphe Kreutzer.

Dans ce roman historique, nourri d'indices vraiment fouillés, Emmanuel Dongala révèle une autre version des faits. Par des anecdotes bien tissées dans un langage policé et recherché, le romancier ressuscite le véritable destinataire de cette célèbre sonate, George Bridgetower, un prodigieux violoniste noir entré dans l'oubli. Découvert très tôt, à 9 ans, par les grands mécènes de musique classique à Paris, Georges Bridgetower s'enfuit avec son père à Londres pour échapper au désordre causé par la révolution française. Après une ascension fulgurante à Londres qui lui vaut la protection princière, et malheureusement aussi la séparation d'avec son père, il s'aventure à Vienne où il fait la rencontre du célèbre Beethoven qui devient son ami et son partenaire de musique. Chacun est fasciné du talent de l'autre. Et pourtant, un malentendu surgit qui les sépare indéfiniment. Pour des raisons que l'on découvre dans ce récit fleuve et attrayant au fil des pages, Beethoven attribue la sonate qu'il avait composée pour George à un autre.

Le roman présente avec une subtilité et une ingéniosité digne d'une plume majeure, les merveilles et les laideurs de cette période de l'histoire marquée par le commerce des esclaves noirs, la prise de la Bastille, la montée de Bonaparte et la création d'Haïti. Avec Alain Mabanckou et Wilfried N'sondé, Emmanuel Dongala est l'un des écrivains du Congo qui font le rayonnement de leur patrie sur le plan international.

Aubin Banzouzi



Voir ou revoir

« Min yè »

Réalisation de Souleymane Cissé sortie en 2009, « Min yè » porte sur une tension familiale avec pour cause la polygamie.

« Min yè » se traduit par « Dis-moi qui tu es ». Un couple de la bourgeoisie bamakoise est sous tension depuis qu'Issa, le mari, a décidé de prendre une seconde femme plus jeune. Blessée, Mimi, la première épouse, est bien décidée à ne pas se laisser faire et veut quitter Issa, car lassée de la polygamie et de la routine du mariage. Comment évoluera ce trio adultère dont le nœud relationnel est rendu encore plus compliqué au quotidien ?

En toute délicatesse, « Min yè » pose la question de l'ancrage de la tradition socioculturelle dans une société en pleine mutation. A travers sa caméra, Souleymane Cissé confronte le fonctionnement d'un couple malien moderne aux traditions ancestrales qui perdurent. En effet, la polygamie fait partie intégrante de la communauté malienne depuis des siècles. Mais aujourd'hui, l'évolution des mentalités font que certains jeunes ne conçoivent plus les choses de la même manière. Des jeunes comme le protagoniste principal du film, Mimi.

Dans son sixième film, Souleymane Cissé brosse le tableau du désir d'émancipation des femmes tout en abordant, avec un regard critique et parfois taquin, la question d'une polygamie bien ancrée dans la société, une coutume qui heurte la forte personnalité de Mimi, femme qui se voudrait indépendante et monogame.

A travers cette fresque haut en couleur de la bourgeoisie malienne, celle des beaux quartiers de Bamako, celle des belles voitures et des téléphones portables ; le sens profond de ce film, a dit le réalisateur malien, « est d'ouvrir le débat non seulement sur cette pratique de la polygamie, mais aussi sur le rôle des élites africaines. Or les gens les plus instruits de la société malienne sont les plus polygames... La polygamie existait sans doute aux temps primitifs, la société humaine a commencé comme ça. A un moment de l'histoire, certaines sociétés ont rompu avec cette tradition ».

Au rythme de superbes chants africains, ce long-métrage dénonce également l'adultère. D'une durée d'environ 2h 15, « Min yè » avait fait l'objet d'une projection spéciale au festival de Cannes 2009. Le casting de cette fiction malienne avait notamment connu la participation d'Assane Kouyaté, de Sogona Gakou, Badra Alou Sissoko...

Né le 21 avril 1940 à Bamako, Souleymane Cissé est un réalisateur malien. Il tourne son premier moyen métrage « Cinq jours d'une vie » en 1971. Le film relate l'histoire d'un jeune qui abandonne l'école coranique et vagabonde dans les rues, vivant de menus larcins. L'œuvre est primée au festival de Carthage. Souleymane est connu pour ses films à succès « Den Muso » (1975), « Baara » (1978), « Finyè » (1982), « Yeelen » (1987), « Waati » (1995), etc.

Merveille Jessica Atipo

www.lesdepechesdebrazzaville.fr



La culture du haricot

Une formule gagnante pour les agricultrices de la Bouenza

La culture du haricot est une activité phare dans le département de la Bouenza. Très prisée par les Congolais, cette légumineuse nourrissante et économique est indissociable à toutes les grandes fêtes et retrouvailles familiales. Réunies en groupement, plusieurs agricultrices en font leur gagne-pain.

« En 2016, quand nous avons reçu l'appui technique et financier du PAM et de l'UE, nous avons commencé à travailler sur des grandes étendues, le PAM avait le monopole de l'achat de nos marchandises. Par conséquent, plus de raisons pour se déplacer vers les grandes villes », a lancé d'emblée Nguimbi Eugénie présidente du groupement Femme de Ngoma- Louwala à 18km de Loudima. Un grand soulagement pour les agricultrices dans la mesure où l'acheminement des marchandises coûtait cher et les tracasseries liées à la voie routière devenaient lourdes. « Même si aujourd'hui le PAM ne prend plus la totalité de la marchandise, on a néanmoins réussi à fidéliser les commerçants qui s'approvisionnent directement à la source avec la possibilité de faire leur choix », a expliqué Eugénie satisfaite de cet arrangement.

Même son de cloche pour Mpambou Béatrice, présidente du groupe Songa-Zola du District de Boko Songho. Selon Béatrice, cette initiative du PAM a été une planche de salut pour les habitants de cette localité réputée pour la production du haricot. « Avant on travaillait de façon dispersée, aujourd'hui nous voyons les bienfaits de travailler en groupe et le résultat est plus que satisfaisant », a rapporté cette dernière qui ne parle plus de vente en quaker, kopal mais en tonne. « Après le projet, notre clientèle de Brazzaville et Pointe-Noire s'approvisionne directement dans nos granges », a expliqué la



Nguimbi Eugénie et Mpambou Béatrice en pleine vente/Adiac

jeune femme le sourire aux lèvres.

Travailler en coopératif n'a été que bénéfique pour les agricultrices qui ont vu leur culture de haricots s'accroître au point où elles ont dû faire appel à la main-d'œuvre. « N'ayant pas de tracteurs en bonne et due forme, nous sommes obligées de louer la main-d'œuvre des jeunes hommes essentiellement venus de la RDC. Avec 25 mètres carrés, on les paye 12.000F CFA, 10.000 FCFA pour le champ et 2000 pour la nourriture », a révélé Mpambou Béatrice. Du côté de Loudima, les prix sont sensiblement les mêmes a souligné Nguimbi Eugénie. « Pour 25 mètres carrés, nous payons 12500FCFA et 2500 pour le repas. » « Nous vendons le sac de 50 kilos à 42.000FCFA, le Kopal à 10.000 FCFA et le kilo à 850 FCFA. Ce ne sont pas des prix stables puisqu'ils varient en fonction des saisons », a expli-

qué Eugénie qui n'a nullement peur de la concurrence extérieure. « Le haricot du Congo n'a pas de concurrence car, en dehors d'être nutritionnel, cette légumineuse n'a pas d'inconvénients comme les douleurs de ventre ou encore des pets », a informé cette dernière.

Consciente de ce que ces groupements ont apporté au sein de sa communauté, Eugénie souhaite pérenniser cette dynamique. « Kituadi ki vananga ngolo est composé de dix femmes ; ce groupement ne m'a apporté que des avantages, même si beaucoup ne croyaient pas en nous, on avait même prédit qu'on ne réussirait pas car, paraît-il, les femmes ne bâtissent pas », a noté cette dernière qui à la base avait bien élaboré les règles et obligations des membres au sein de son groupement. « Nous travaillons ensemble les mercredis et le reste du temps on va-

que a nos occupations personnelles », a dit Eugénie. Du côté de Béatrice, les femmes travaillent le vendredi et celles qui manquent à l'appel sont obligées de s'acquitter de la somme de 5000FCFA. « Une astuce bien réfléchie pour dissuader les absences », a laissé entendre Béatrice.

Un projet qui a donné le fruit pendant et après le projet comme l'a fait savoir Béatrice. « Grâce aux bénéfices obtenus, nous avons réalisé des œuvres sociales. On a installé une machine à écraser le manioc, une machine à décortiquer l'arachide, puis nous avons versé aux femmes du groupement une petite indemnité. Certaines ont ouvert des boutiques, d'autres ont acheté des parcelles et d'autres encore ont acquis des véhicules pour l'acheminement de la marchandise car nous sommes dans une zone difficile d'accès », a longuement expliqué Béatrice. Une réalité que Marcel Nkouka, chef de secteur agricole, connaît bien. « A Boko Songho, nous avons un terreau inestimable mais c'est l'acheminement de la marchandise qui est un véritable casse-tête chinois à cause du mauvais état de la route », a fait savoir le chef du secteur agricole dont le travail consiste à encadrer, conseiller, accompagner et élaborer les documents administratifs des agriculteurs. Malheureusement, je suis seul à travailler dans ce grand district, ce qui fait que quand je suis absent tout est mort », a révélé Marcel.

Berna Marty

Chronique « Renaissance »

Crise douloureuse drépanocytaire

La crise vaso-occlusive drépanocytaire, résultante de l'obstruction des vaisseaux sanguins de petit calibre par un agrégat de globules rouges falciformés est sans doute, en terme de douleur, l'une des pires horreurs qui puisse exister sur la terre des Hommes.

Le corps médical, d'aussi loin que remonte l'intérêt de la littérature scientifique sur la drépanocytose, a essayé de restituer le plus approximativement possible la réalité vécue de la douleur incriminée lors des crises vaso-occlusives.

En effet, en tant qu'humain normalement constitué, comment ne pas essayer de comprendre l'objet de cette souffrance physique qui fait s'échapper de la personne qui est en crise les pires cris, les gémissements les plus plaintifs, les plus angoissants, et marque son visage d'un faciès qui est une prévisualisation de ce que serait peut-être un séjour en enfer, si tant il est qu'il existât ?

En effet, toutes les personnes qui ont assisté au moins une fois et même toutes les fois à une crise vaso-occlusive d'un proche drépanocytaire l'attestent : c'est horrible. Horrible à entendre et à voir. Un sentiment d'impuissance s'empare ainsi de ceux qui, l'instant d'avant, n'auraient pas présagé d'être embarqués pour un tour en enfer, gratuit.



Mais s'il est horrible et désarmant d'y assister, le vivre, ce n'est pas seulement de faire une virée en enfer en simple touriste, mais c'est de vivre l'enfer dans ses os, ses articulations, pour une durée moyenne de deux heures lorsque la crise est bien installée et qu'on ne l'a pas vu venir.

La crise, plus fréquente chez les enfants du fait de leur disposition naturelle aux jeux, sans cadre, et du fait qu'ils sont moins sensibles, moins regardants aux principes d'hygiène de vie, les secoue d'une façon que le parent culpabilise d'avoir prêté la voie, donné le gène, à un tel niveau de souffrance. Il a mal parce que son enfant a mal,

parce qu'il l'aime. Il a mal d'être l'auteur de ce drame, réagit comme il peut, si encore il s'entend réfléchir. Certains parents, dès l'annonce du diagnostic, remettent ainsi le tablier de leurs responsabilités. Ils fuient, abandonnent leur progéniture par honte, par déni, par sentiment d'impuissance, par culpabilité. D'autres affrontent. Nous leur rendons hommage ici.

La douleur, lors de la crise, vient avec une subite sensation de grande fatigue générale qui désintéresse l'enfant des jeux ou de toute autre activité qui captait son attention l'instant d'avant.

Elle s'immisce sournoisement dans les articulations telle une lame dentée qui donne l'impression d'éroder le cartilage, de limer les os. La colonne est, quant à elle, lacérée de strictions contendantes et le tout s'harmonise dans une pulsation générale qui rend la vie impossible à l'instant.

Elle embarque alors dans ce qu'il y a de plus noir dans la drépanocytose, de plus angoissant après la pénurie de sang, urgence d'un

tout autre registre. Elle révèle tout le caractère critique de cette maladie. Chaque minute passée à vivre cette douleur est une interrogation constante sur le sens de la vie et sur le sens intrinsèque, la valeur d'une telle épreuve. À côté, la mort nous a toujours semblé meilleure, puisqu'elle a en elle une certaine promesse de repos. Pourtant, aussi démissionnaires, nous avons pu nous montrer dans ces moments, la providence nous a maintenus en vie. Nous ne sommes que plus reconnaissants de voir ce qui se cachait derrière l'épreuve.

Nous avons eu la chance et même le privilège d'avoir traversé ces heures noires pendant un chapelet d'années avec notre Simon de Cyrène, notre mère qui, toujours prise aux émotions de la survenue d'une nouvelle crise, était littéralement dans tous ses états bien qu'elle gardait tous les réflexes qu'imposait notre prise en charge sanitaire. Elle savait y faire mais demeurait tout de même une maman africaine. Avant d'avoir recours aux antalgiques qui avaient prouvé leur efficacité en

nous, désarmée et/ou énervée et surtout contrainte de vivre cette situation seule, sans aide et sans soutien moral, elle nous faisait passer un très sale quart d'heure où l'on se prenait un savon mémorable.

Quand ses yeux s'ouvraient enfin en compassion sur la petite chose que nous étions à ses yeux, cette petite chose qui se tordait dans tous les sens et qui ne faisait plus cas de tout ce qu'elle disait tant elle était au loin emportée par la douleur, elle nous mettait dans son lit, notre anecdotique lit de souffrances, après nous avoir donné notre médication. Elle assistait impuissante, désarmée, triste et affectée par ce que nous vivions à la résolution souvent très lente de l'épisode de crise, suppliant très souvent le ciel de pouvoir prendre notre place.

La différence était là, entre elle et nous, entre le monde et nous. Même avec toute la bonne volonté du monde, elle ne serait jamais nous et ne saurait jamais ce que c'était que d'être nous.

Princilia Pérès

Entreprise

A.C.S veut démocratiser le conseil stratégique pour les PME et TPE

Fondée en 2022 par Yohann Ngouloubi, A.C.S. est une plateforme innovante visant à démocratiser l'accès au conseil stratégique de haute qualité pour les petites et moyennes entreprises (PME) et très petites entreprises (TPE). Dans un environnement économique en constante évolution, A.C.S. répond au besoin crucial d'accompagnement stratégique de ces acteurs souvent négligés.

A.C.S. propose un accompagnement sur mesure, adapté aux défis uniques de chaque entreprise. Que ce soit pour l'analyse approfondie des performances, la formulation de stratégies de conquête de nouveaux marchés ou la gestion du changement, l'équipe d'A.C.S. s'engage à fournir un soutien complet à chaque étape de la croissance de l'entreprise.

Les PME et TPE : au cœur de l'économie congolaise

Dans le contexte actuel de diversification économique du Congo, les PME et TPE jouent un rôle central. Yohann Ngouloubi souligne : « Pour que l'économie congolaise se développe de manière durable et inclusive, il est essentiel que les PME/TPE ainsi que les jeunes entreprises bénéficient de tout l'accompagnement nécessaire. » A.C.S. s'efforce de renforcer ces entreprises, reconnues pour leur capacité d'innovation et d'adaptation rapide, afin qu'elles contribuent activement à réduire la dépendance aux ressources naturelles.

La démocratisation du conseil stratégique : un engagement

A.C.S. s'engage à rendre le conseil stratégique accessible à toutes les entreprises, quelle que soit leur taille. L'utilisation de technologies modernes permet d'offrir un accompagnement à distance, élargissant ainsi la portée de leurs services. Comme l'explique Yohann Ngouloubi : « Le conseil stratégique ne doit pas être un privilège réservé aux grandes structures, mais un atout accessible à tous ceux qui aspirent à réussir dans le monde des affaires. »

Encourager les Jeunes entreprises : vers une nouvelle génération de leaders économique

A.C.S. prévoit de lancer des programmes spécifiquement conçus pour les startups dirigées par des jeunes, avec un accent particulier sur l'innovation et la durabilité. L'objectif est de catalyser l'émergence d'une nouvelle génération d'entrepreneurs au Congo, en créant un écosystème entrepreneurial favorable où les idées novatrices peuvent se concrétiser.

A.C.S. se positionne comme un partenaire stratégique clé pour les PME et TPE, jouant un rôle crucial dans le développement de l'environnement des affaires congolais. Grâce à cette initiative, Yohann Ngouloubi et son équipe ouvrent la voie à un avenir où les petites et moyennes entreprises auront toutes les chances de devenir des leaders du marché, renforçant ainsi le tissu économique et contribuant à la construction d'une économie durable et résiliente au Congo.

Achille Tchikabaka



Yohann Ngouloubi

Les souvenirs de la musique congolaise

La sublime épopée de Daniel Ntesa Nzitani dans l'univers musical du Pool Malebo (suite et fin)

La disparition inopinée en 1975 de l'emblématique orchestre Les Grands Maquisards de la scène musicale congolaise laisse un flot de nostalgies parmi les fanatiques et mélomanes des deux rives du fleuve Congo, d'Afrique et d'ailleurs au regard de sa brillante et sublime épopée dans le macrocosme musical congolais.

À la suite de la disparition des Grands Maquisards de la scène musicale congolaise, Daliens devenu inactif et après avoir traversé une période des vaches maigres frappe à la porte de la maison TP Ok Jazz au début de l'année 1976 où il est accueilli avec enthousiasme par le grand maître Franco. Aussitôt arrivé, il lance sur le marché un titre explosif "Talayé na miso" et y restera pendant neuf ans tout en assumant les responsabilités de chef d'orchestre pendant sept ans au cours desquels il écrit deux tubes à succès dont "Muzi" en 1980 et "Bina na ngai na respect" en 1981. Ces deux œuvres sont plébiscitées "Meilleures chansons congolaises" en 1980 et 1981 et Ntesa Daliens est nommé "Meilleur chanteur et meilleur auteur compositeur congolais à deux reprises, Le TP Ok Jazz, quant à lui, est sacré deux fois meilleur orchestre de l'année.

En 1982, après avoir produit le titre "Tantine, Daliens" quitte le TP Ok Jazz et se retrouve à Bruxelles en Belgique où il s'installe définitivement. Dans la capitale Belge, il reprend son tube "Muzi" avec le groupe African Music de l'artiste camerounais Elvis Kémayo et dans la foulée compose "Coup de foudre" et interprète "Tangawis" de papa Noël, deux magnifiques chansons figurant dans l'album



"Maracas d'or" du TP Ok Jazz.

En 1988, Daliens est animé par le désir de recréer les Grands Maquisards et se met à contacter les artistes belges et congolais et sort son premier album en solo composé de quatre titres dont "Mamie Zou", "Dodo", "Nalobi na ngai rien" et "Batindéli ngai mitambo". Au fil des temps, Daliens est appelé "Ya Ntesa" (une marque de respect et de reconnais-

sance chez les Congolais), les mélomanes le surnomme aussi "Chanteur de charme à cause de ses mélodies dont il a le secret et qu'il met en exergue dans les chansons "Mamie zou" et "Dodo".

En 1994, Daliens monte le groupe dénommé Afri Jazz, composé d'anciens musiciens de l'Afrisa International et du TP Ok Jazz, à savoir Wuta Mayi, Michélino, papa Noël, Youlou Mabilia, Pompom Kuleta et autres avec lesquels il enregistre l'excellent album intitulé "Frappe chirurgicale aérienne", qui fut une expression lancée par les Américains pendant la guerre du Golfe en 1990-1991.

Terrassé par la maladie, Daliens décède le 23 Septembre 1996 à Bruxelles à la suite d'une opération chirurgicale du cerveau. Le 30 octobre, sa dépouille mortelle est portée en grande pompe dans les rues de Kinshasa. Verckys Kiamuangana imposa le respect du mort et la crainte de Dieu. C'est grâce à lui que Daliens a eu droit à des obsèques nationales à la dimension de son mérite. Il sied de noter qu'au regard de sa sublime épopée dans l'univers musical du Pool Malébo, la naissance musicale de Daliens date de 1970 et c'est au sein de l'orchestre les Grands Maquisards que sa personnalité s'est affirmée.

Fin.

Auguste Ken Nkenkela

Climat

Le changement climatique accentue la sécheresse en Afrique

Dans un nouveau rapport, l'ONU dévoile des chiffres alarmants : au moins 1,5 milliard de personnes ont été directement touchées par la sécheresse au cours de ce siècle et le coût économique sur cette période a été estimé à environ 124 milliards de dollars. Une fois encore, l'organisation tire la sonnette d'alarme pour mettre les gouvernements en garde face à l'urgence climatique à laquelle la planète est confrontée.

Pour l'ONU, la sécheresse est en train de devenir la prochaine pandémie, car on ne prend pas des mesures immédiates, la majeure partie du monde vivra avec un stress hydrique dans les prochaines années. Sans surprise, le changement climatique est directement responsable de ce fléau. Comme le souligne le rapport, les températures augmentent, perturbant les régimes de précipitations. Conséquences : la gravité et la durée des sécheresses s'intensifient dans de nombreuses régions du monde, mais principalement en Afrique. Alors que le scénario planétaire se dirige vers un monde plus chaud de 2°C.

En novembre 2021, les scientifiques du réseau du système d'alerte précoce contre la famine avaient déjà lancé un avertissement selon lequel une sécheresse sans précédent était imminente dans la Corne de l'Afrique si les faibles précipitations saisonnières se poursuivaient en 2022. Tragiquement, leur prédiction s'avérait être prémonitoire. L'Afrique de l'Est, et en particulier certaines parties de la Somalie, de Djibouti, de l'Éthiopie et du Kenya, connaissent les conditions les plus sèches et les températures



les plus chaudes depuis le début des enregistrements par satellite. En conséquence, pas moins de 13 millions de personnes sont actuellement confrontées à de graves pénuries de nourriture et d'eau et, selon les prévisions, 25 millions de personnes connaîtront le même sort d'ici à la mi-2022.

L'Afrique victime collatérale des pays pollueurs

Les scientifiques attribuent au changement climatique la responsabilité de la crise actuelle dans une partie du monde qui est le moins à même d'y faire face. L'Afrique dans son ensemble,

contribue seulement à environ 2 à 3% des émissions mondiales à l'origine du réchauffement de la planète et du changement climatique. Cependant, le continent subit de lourdes conséquences de la crise climatique, notamment l'augmentation des vagues de chaleur, les sécheresses graves et les cyclones catastrophiques, comme ceux qui ont frappé le Mozambique et Madagascar ces dernières années.

En outre, les scientifiques prévoient que les choses ne feront qu'empirer pour l'Afrique si les tendances actuelles se poursuivent. Selon le rapport 2022 du

Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat, les secteurs-clés du développement ont déjà subi des pertes et des dommages importants attribuables aux changements climatiques anthropiques, notamment la perte de biodiversité, les pénuries d'eau, la réduction de la production alimentaire, la perte de vies humaines et la réduction de la croissance économique.

La sécheresse qui frappe actuellement l'Afrique de l'Est a été particulièrement dévastatrice pour les petits agriculteurs et les éleveurs de la Corne de l'Afrique, déjà vulnérables aux chocs cli-

matiques. C'est pourquoi le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) aide actuellement 22 pays africains à utiliser des solutions d'adaptation basées sur les écosystèmes déjà présents dans leur environnement pour renforcer les communautés contre les effets mortels du changement climatique. Mais malgré les conséquences désastreuses du changement climatique en Afrique, il y a des raisons d'être optimiste selon les experts. Le PNUE collabore avec de nombreux pays du continent pour faire en sorte que l'adaptation au changement climatique soit intégrée dans les politiques et les plans nationaux. Le PNUE travaille également avec l'Union européenne et le projet « Africa LEDS » pour soutenir le développement à faibles émissions (LEDS) à travers le continent afin de débloquer les opportunités socio-économiques tout en remplissant les objectifs climatiques de l'accord de Paris sur le climat. Enfin, il est important de noter que face aux problèmes de sécheresse, aucun pays ne semble épargné et les pays développés ne font pas exception à la règle.

Boris Khari Ebaka

Chronique

Fleuves et rivières

La journée mondiale des fleuves et des rivières sera célébrée le 25 septembre prochain. Ce sera l'occasion de réfléchir au rôle que les cours d'eau ont joué dans la civilisation humaine, aux pressions qu'elles subissent aujourd'hui dans un monde de près de huit milliards d'habitants, et à la nécessité de les protéger et de les gérer durablement.

Pour preuve, le Yangtze, le plus long fleuve d'Asie, a connu des niveaux bas records au cours de ces derniers mois et les centrales hydroélectriques situées le long de son cours ont dû réduire ou arrêter leurs activités, entraînant des coupures de courant pour des millions de personnes. Il ne s'agit là que de l'un des impacts sur les cours d'eau des périodes de sécheresse de plus en plus fréquentes et sévères que le monde entier a connu en 2022. Au cours des cinq dernières années, un bassin fluvial sur cinq sur la planète a connu des fluctuations des eaux de surface en dehors de leur plage naturelle. Bien que les cours d'eau ne représentent qu'une infime partie de l'eau douce de surface, ils jouent un rôle important dans le maintien de la vie sur Terre et le développement humain. Sur l'ensemble des eaux douces liquides de surface de la planète, 87 % sont contenues dans des lacs, 11 % dans des marécages et seulement 2 % dans des rivières.

Voici quelques raisons pour lesquelles il est essentiel de protéger les systèmes fluviaux : les fleuves et les rivières sont des écosystèmes très diversifiés et productifs, qui contribuent à la croissance économique, à la sécurité alimentaire et au bien-être humain. Selon le Fonds mondial pour la nature (WWF), on estime que 2 milliards de personnes dépendent directement des cours d'eau pour leur eau potable et que 500 millions de personnes vivent dans des deltas alimentés par les sédiments des cours d'eau.

Parallèlement, les fleuves fournissent certaines des pêcheries les plus productives du monde et des moyens de subsistance à 60 millions de personnes, dont 55% sont des femmes. Au moins 12 millions de tonnes de poissons d'eau douce sont pêchées chaque année (soit environ 12 % de l'ensemble des captures mondiales), ce qui suffit à fournir des protéines à au moins 160 millions de personnes, mais très peu de décideurs apprécient pleinement la valeur des poissons d'eau douce. Cela est dû à un manque de compréhension ou de mesure de la mesure dans laquelle cela soutient les communautés à faibles revenus ou stimule les économies.

La plupart des villes les plus anciennes du monde se sont développées autour des fleuves, qui permettent le transport des biens et des personnes, soutiennent la pêche et l'agriculture et offrent des avantages sur le plan des loisirs, du tourisme, de la santé mentale et de la culture. Selon le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE), environ un tiers des cours d'eau d'Amérique latine, d'Afrique et d'Asie souffrent d'une pollution pathogène grave, qui peut entraîner des maladies et qui est attribuée à l'évacuation des eaux usées non traitées, au ruissellement des pesticides agricoles et à la pollution industrielle ; une pollution organique grave se retrouve dans environ un septième de tous les cours d'eau ; et une pollution grave et modérée par la salinité dans environ un dixième de tous les cours d'eau.

Les fleuves et les rivières souffrent également du fléau

croissant de la pollution plastique. Les recherches du PNUE montrent qu'environ 1500 tonnes de microplastiques par an provenant de produits de soins personnels s'échapperaient des stations d'épuration vers les milieux aquatiques. Cette pollution généralisée met en péril la santé des populations, l'industrie de la pêche en eau douce (menaçant la sécurité alimentaire et les moyens de subsistance) et l'utilisation de l'eau des fleuves et des rivières pour l'irrigation, l'industrie et les loisirs. Cette pollution aboutit également dans l'océan, où elle a d'autres effets néfastes.

Peu de fleuves et rivières sont intacts, à savoir dans leur état naturel sauvage et sinueux. La demande croissante d'hydroélectricité, d'irrigation et de navigation intérieure entraîne une expansion rapide de la construction de barrages et d'autres infrastructures fluviales, ce qui perturbe et fragmente les cours d'eau. Un tiers seulement des plus longs fleuves du monde ont un écoulement libre, principalement dans les régions reculées de l'Arctique et dans les bassins de l'Amazonie et du Congo. Le développement des infrastructures dans les plaines inondables des fleuves peut aggraver les inondations urbaines. En protégeant et en restaurant nos rivières, nous jouons un rôle essentiel pour infléchir la courbe de la biodiversité. Les rivières ainsi que les eaux et les nutriments qu'elles transportent, alimentent les forêts, les zones humides et d'autres habitats terrestres.

Boris Khari Ebaka

Le saviez-vous ?

L'expression « pleurer comme une Madeleine »

Qui n'a jamais eu un chagrin si fort à en pleurer toutes les larmes de son corps sans pouvoir s'arrêter ? Pleurer comme une Madeleine » est une expression d'origine biblique qui fait référence à l'histoire de Marie-Madeleine, et non au petit gâteau traditionnel lorrain, comme on pourrait l'imaginer. Explication

Lorsque quelqu'un pleure d'une façon excessive et non justifiée, on dit de lui qu'il pleure comme une Madeleine, pourtant cela ne vaut pas le coup d'imaginer ce dessert versant de chaudes larmes. L'explication de cette expression est tout autre.

Cette formule est en fait une référence à un passage de la Bible. Il s'agit du moment où Marie la Magdaléenne vient à la rencontre de Jésus. Cette femme était considérée par beaucoup comme mauvaise, car il s'agissait d'une ancienne prostituée ou d'une personne habitée par de sombres démons. Toujours est-il que quand cette habitante de Magdala a appris que Jésus se rendait dans sa ville, elle désira elle aussi lui parler. Lorsqu'elle le rencontra, elle se jeta à ses pieds et lui confessa tous ses péchés. Elle accompagna ses propos de larmes, qui étaient si nombreuses qu'elle a pu laver les pieds de Jésus avec. Elle les essuya ensuite avec ses longs cheveux, et il lui pardonna ses péchés.

C'est cette scène qui fut à l'origine de cette expression, voilà pourquoi l'on dit «pleurer comme une Madeleine». Cette dernière n'ap-



parut qu'au XIX^e siècle, grâce à l'écrivain Balzac, dans son ouvrage La comédie humaine. Elle a cependant subi quelques évolutions jusqu'à aujourd'hui. Au XIII^e, vous pouviez entendre «faire la Madeleine». Cette formule de l'ancien français illustre une personne feignant le repentir, en essayant d'émouvoir son public. L'expression, comme Balzac l'avait ima-

ginée, fut au final popularisée au XIX^e siècle. Ajoutons également que pendant longtemps le nom Madeleine était une référence à la prostitution et aux péchés de chair. Cela a finalement évolué et, heureusement pour celles se prénommant ainsi, cela ne se retrouve plus aujourd'hui.

Jade Ida Kabat

Bourses d'études en ligne

Bourse de formation en pêche, aquaculture et agriculture à Thiès

Vous êtes un(e) passionné(e) par l'horticulture, l'élevage, la pêche, l'aquaculture et la conduite et gestion d'une exploitation agricole, ne ratez pas cette occasion pour bénéficier d'une bourse d'étude pour votre formation technique et professionnelle à l'Institut de recherche et de formation en pêche et aquaculture (IRFPA) de Thiès.

Par soucis d'assurer une formation de qualité et d'une efficacité sans égale, l'IRFPA allie la théorie et la pratique sur place avec l'installation de sa ferme intégrée, où l'étudiant s'adonne à la pratique des cours théoriques, avec un encadrement technique assuré par des ingénieurs formateurs dans tous les domaines d'étude.

Les installations et les équipements de dernière génération acquis par l'IRFPA pour les seuls besoins pédagogiques lui confèrent la différence avec beaucoup de structures de formation établies dans le pays.

Pour preuve, l'IRFPA a obtenu pour cette année académique 2023- 2024, 100% de réussite aux examens d'Etat du BTS et dans les autres disciplines de formation.

L'IRFPA à travers la recherche, la formation et les prestations de services, s'adonne en une approche qualité qui lui a conféré l'insertion professionnelle de ses alumni, dès après leur cycle de formation

dans les métiers d'avenir développés sur place.

Vous avez aussi les possibilités d'obtenir une bourse d'étude à l'étranger avec l'appui de ses partenaires dans des établissements du même genre au niveau des pays européens ou asiatiques.

Vous avez donc, chers élèves et étudiants, désireux d'intégrer notre établissement pour quelconque filière développée à l'IRFPA/FAIT, le choix parmi :

Les filières de formation

Pêche et aquaculture (diplôme requis : BAC) durée 02 ans – BTS Conduite et gestion d'une exploitation agricole (diplôme requis : BAC) durée 02 ans – BTS Pêche et aquaculture (diplôme requis : BFEM) durée 3 ans – BT Horticulture (diplôme requis : BFEM) durée 3 ans – BT

Elevage (Niveau requis : 4e) durée 3 ans – CAP

Agriculture (Niveau requis : 4e) durée 3 ans – CAP

Les diplômes préparés et niveaux de recrutement

. BTS/DTS (diplôme requis : BAC) – Brevet de technicien supérieur / Diplôme de technicien supérieur

. CAP (niveau requis 4ème) : Certificat d'aptitude professionnelle

. BT/DT (diplôme requis : BFEM): Brevet de technicien /Diplôme de technicien.

Les montants alloués sous forme de bourses d'études par Concoursn.com sont les suivants :

.CAP élevage: Inscription (20 000), mensualité (10 000).

.CAP agriculture: Inscription (20 000), mensualité (10 000).

.BT horticulture: Inscription (25 000), mensualité (15 000).

.BTS pêche et aquaculture: Inscription (30 000), mensualité (20 000).

.BTS conduite et gestion d'une exploitation agricole : Inscription (30 000), mensualité (20 000).

Pour tous renseignements complémentaires, contactez :

Téléphone : +221 777989575 ou +221 772558711

E-mail : irfpa2021@gmail.com ou binetoutou@gmail.com

Par Concoursn

Matières grasses

Lesquelles privilégier et lesquelles éviter ?

Faut-il éviter tout ce qui est gras ? Absolument pas ! Les matières grasses constituent un des éléments essentiels d'une alimentation équilibrée. Mais il faut savoir lesquelles privilégier et aussi... celles à éviter.

L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) recommande que l'alimentation quotidienne soit composée de 35 à 40% de calories requises sous la forme de lipides, c'est-à-dire de graisses. Mais pas n'importe lesquelles.

Il est préférable de privilégier les acides gras essentiels. Ceux-ci « sont nécessaires au développement et au fonctionnement de la rétine, du cerveau et du système nerveux », indique l'Anses. « Dans le domaine cardio-vasculaire, les données scientifiques montrent également que la consommation d'acides gras oméga 3 favorise une diminution de la pression artérielle chez les personnes présentant une hypertension artérielle et une diminution de la quantité de triglycérides

dans le sang, un type de lipides qui, en cas d'excès, contribue au développement de maladies du cœur », ajoute-t-elle.

Où les trouver ? Les huiles végétales de colza et de noix (oméga-6 et 3) pour les salades et l'huile d'olive (oméga-9) pour la cuisine sont des sources à privilégier. « Attention, cela ne veut pas dire que l'on peut en consommer à volonté : toutes les huiles même l'huile d'olive contiennent 100 % de matières grasses », rappelle le Programme national nutrition santé (PNNS). Il est donc conseillé d'en consommer de petites quantités chaque jour. Vous pouvez aussi manger une fois par semaine des poissons gras (maquereau, saumon, sardine, etc.). Ajoutez aussi « une petite poignée par jour de fruits à coque non salés (et non sucrés et sans



chocolat) : noix, noisettes, amandes et pistaches – car ils sont riches en bonnes graisses et en particulier en Oméga-3 pour ce qui est des noix », recommande le PNNS.

Les graisses à fuir ?

A l'inverse, il faut réduire

l'apport en produits gras, salés, sucrés et ultra-transformés. Car ces « matières grasses contiennent des acides gras non essentiels. Ces éléments augmentent, à terme, le risque de prise de poids, d'hypercholestérolémie et de maladie

cardiovasculaire », note le PNNS. Parmi ces produits, la viande, la charcuterie, le fromage, le beurre. Mais aussi les viennoiseries, biscuits et pâtisseries, les préparations frites ou panées et les plats préparés.

Destination santé

Nutrition

La peau des fruits arrête-t-elle les pesticides ?

Avant de consommer un fruit, comme une pomme, il est souvent conseillé de le laver, voire de l'éplucher afin de se débarrasser d'éventuels résidus de pesticides. Mais est-ce suffisant ?



Une étude de l'American Chemical Society s'est intéressée à l'exposition des fruits aux pesticides. Avec une interrogation : ces pesticides restent-ils à la surface des fruits ou pénètrent-ils en profondeur ?

Pour répondre à cette question, les scientifiques ont développé une technique qui utilise une membrane flexible recouverte de nanoparticules d'argent, capable de détecter des traces infimes de pesticides sur la surface des aliments.

Les chercheurs ont testé leur membrane sur des pommes traitées avec deux pesticides courants. Et les résultats sont sans appel : même après avoir lavé les fruits, ils ont détecté des résidus de pesticides à de faibles concentrations, non seulement sur la peau mais aussi dans la couche externe de la chair. Selon les auteurs, le simple rinçage pourrait donc ne pas suffire à éliminer complètement les résidus de pesticides. Ils suggèrent ainsi que l'épluchage pourrait être nécessaire pour réduire significativement le risque d'ingestion de ces substances.

D.S.

Lanugo

Pourquoi certains bébés naissent-ils poilus ?

Les parents d'un nouveau-né sont parfois surpris de découvrir leur bébé recouvert d'un fin duvet. Ce phénomène, loin d'être inquiétant, est en réalité tout à fait naturel et même bénéfique pour le développement du fœtus.



Contrairement aux idées reçues, la présence de poils sur le corps d'un nouveau-né n'est pas un signe de pilosité future. Il s'agit d'un type de poils spécifique, le lanugo, qui joue un rôle crucial dans le développement du fœtus.

Un processus normal

Les bébés à naître développent du lanugo entre 16 et 20 semaines de gestation. Il recouvre tout leur corps, à l'exception des zones dépourvues de follicules pileux. Le lanugo joue alors un rôle essentiel dans le développement car il favorise l'adhésion du vernix, une substance blanche qui maintient la température corporelle du fœtus et protège sa peau délicate contre les effets potentiellement nocifs du liquide amnio-

tique.

Un phénomène temporaire

« Le lanugo tombera lorsque le bébé approchera du terme », note la clinique de Cleveland, aux Etats-Unis. C'est pourquoi, « les bébés très prématurés ont tendance à présenter un lanugo à la naissance ».

Si vous êtes parents et que votre enfant présente un duvet, il ne faut pas vous inquiéter. Celui-ci disparaît naturellement quelques semaines après la naissance. En revanche, ne tentez pas de l'enlever, pour ne pas irriter la peau sensible de votre petit. En clair, laissez ses poils tranquilles. Le lanugo ne gêne pas votre bébé, mais essayer de l'enlever le fera probablement.

D.S.

Éliminatoires CAN 2025

Les Diables rouges et les Léopards se préparent pour le défi

La Coupe d'Afrique des nations (CAN) 2025 se profile à l'horizon et les équipes se préparent activement pour les éliminatoires. Le sélectionneur des Diables rouges, Isaac Ngata, a récemment communiqué la liste des joueurs retenus pour affronter le Soudan du Sud et l'Ouganda. Parallèlement, la République démocratique du Congo (RDC) mobilise également ses Léopards en vue de leurs confrontations contre la Guinée et l'Éthiopie.

Le 23 août, Isaac Ngata a dévoilé une liste de 26 joueurs représentant le potentiel du Congo, lors d'une conférence de presse tenue au stade Alphonse-Massamba-Débat. Il a souligné que cette sélection constitue un équilibre judicieux entre. Pour ces affrontements capitaux, le sélectionneur a opté pour des joueurs reconnus pour leur talent et leur résilience, avec l'espoir d'initier la campagne sur une note de confiance maximale.

En défense, la présence des joueurs tels Morgan Poaty et Bryan Passi, associés à de jeunes talents comme Yohan Andzouana, offre une assise défensive rassurante. En outre, la ligne d'attaque, dirigée par Silvère Ganvoula et Gabriel Charpentier, s'annonce prometteuse pour la création d'occasions décisives.

Au milieu, le quatuor composé de Merveil Ndockyt, Fred Dembi, Prince Junior Etou et Antoine Makoum-



Les Diables rouges du Congo
Avec l'inclusion de Ngal'ayel Mukau et Nathanaël Mbuku, Desabre souhaite introduire du sang nouveau dans l'équipe tout en maintenant

bou apportera une créativité et un équilibre essentiels. Ce secteur de jeu sera déterminant pour la distribution du ballon et la récupération, éléments cruciaux pour dominer le milieu lors des deux premiers matches.

Du côté de la RDC, le sélectionneur Sébastien Desabre a également communiqué sa liste pour les rencontres contre la Guinée et l'Éthiopie. Ces confrontations se dérouleront le 6 septembre à Kinshasa, puis le 9 septembre à Dar-es-Salam, et s'annoncent sous le signe de la détermination.



Les Léopards de la RDC

des joueurs expérimentés tels que Chancel Mbemba et Yoane Wissa. Cet équilibre entre expérience et jeunesse pourrait constituer un atout précieux pour la RDC dans cette campagne de qualification.

Pour les deux équipes, ces éliminatoires vont au-delà d'une simple qualification ; elles représentent une étape intégrante de la préparation à la CAN 2025, chaque match étant crucial. Les résultats de ces premiers affrontements poseront les

bases de la campagne et influenceront le moral des joueurs.

Les supporters congolais aspirent à des performances qui les rapprochent d'un rêve africain. Pour les Diables rouges comme pour les Léopards, l'objectif est clair : se qualifier et se distinguer parmi les grandes nations du football africain. Les éliminatoires de la CAN 2025 offrent une opportunité pour les Diables rouges et les Léopards de poser les fondements d'un avenir prometteur. La combinaison d'expérience et de jeunesse pourrait s'avérer déterminante pour relever le défi qui les attend dans les jours à venir. Tous les regards seront tournés vers le terrain, dans l'espoir que ces équipes sauront enthousiasmer leurs supporters sur la voie d'une qualification tant désirée pour la Coupe d'Afrique des nations 2025 au Maroc.

Roch Blanchard Okemba

Basketball congolais

Un tournant décisif

Le basketball congolais se trouve à un moment déterminant de son histoire. À l'approche des prochaines olympiades, l'urgence d'un changement à la direction de la Fédération n'a jamais été aussi pressante. Il est impératif d'examiner les attentes liées à ce poste clé ainsi que les ambitions qui en découlent.

Le prochain président de la Fédération congolaise de basketball (Fécoket) devra incarner une vision ambitieuse, capable de rétablir l'harmonie au sein de ce sport. Son élection dépasse largement le simple changement de dirigeant mais constitue un appel à l'unité et à la mobilisation autour d'un projet collectif. Avec l'engagement de reconstruire ce sport, il devra faire de la performance l'axe central de son programme.

Un des objectifs majeurs de cette nouvelle gouvernance sera de propulser le basketball national sur le devant de la scène en Afrique centrale, tout en nourrissant l'ambition d'atteindre le sommet du continent. Ce leader, animé d'une forte détermination, s'efforcera de démontrer la capacité de son administra-

tion à instaurer un environnement favorable au succès des équipes nationales.

Conscient que l'avenir du basketball repose sur la jeunesse, il mettra l'accent sur l'attraction des talents de la diaspora. Son initiative visera à dynamiser ce sport dans leur pays d'origine, en leur offrant les ressources nécessaires pour contribuer à sa renaissance. Parallèlement, il encouragera sa pratique dans les écoles et les quartiers, préparant ainsi une nouvelle génération de basketteurs.

Le président de la Fécoket devra prioriser le renforcement des infrastructures et des capacités. La création d'un nouveau siège pour la Fécoket, le renouvellement des accords avec d'autres fédérations et la formation des cadres techniques seront

des priorités essentielles. Cela est fondamental pour donner aux clubs les moyens d'une gestion efficace.

Pour donner corps à ses projets, il devra s'engager à mobiliser des sponsors. Cela inclura l'organisation d'un championnat national annuel et la création de synergies entre clubs, municipalités et entreprises locales. Cette approche sera déterminante pour assurer un financement régulier et solide.

Dans cette nouvelle ère, le président s'efforcera de promouvoir une identité forte du basketball. En intégrant des éléments culturels tels que la musique et les arts locaux, lors des événements sportifs, il créera une ambiance festive susceptible d'attirer des foules et de renforcer l'engagement communautaire.

Renforcer les liens avec d'autres fédérations sportives sera une démarche stratégique essentielle. En établissant des partenariats avec des pays ayant une riche tradition de basketball, il facilitera les échanges de compétences et l'organisation de matches amicaux, offrant ainsi aux joueurs une exposition internationale significative.

Pour cette nouvelle direction, la communauté sera le moteur de la revitalisation du basketball. Des initiatives de sensibilisation à l'importance de l'éducation et des valeurs sportives seront mises en avant. Les programmes d'inclusion sociale joueront aussi un rôle crucial, car le sport peut contribuer à former des citoyens responsables et engagés.

Le prochain président du

basketball congolais ne sera pas simplement un nouveau leader ; il incarnera l'espoir et la volonté de redorer le blason de ce sport. Avec un programme axé sur la réconciliation, la performance et le soutien communautaire, cette nouvelle ère pourrait transformer le paysage sportif national. Les passionnés de basketball attendent avec impatience le lancement de ce chapitre prometteur, tandis que la communauté sportive se regroupe autour d'une vision commune. Ensemble, ils pourront faire briller ce sport et ouvrir la voie à un retour glorieux sur la scène internationale. Les regards se tournent désormais vers les grandes réalisations à venir, avec une anticipation palpable dans l'air.

R.B.Ok.

Plaisirs de la table

Le poivre Jaune, une exception

Le poivre piper Nigrum est une baie issue d'une liane grimpante tropicale qu'on appelle le poivrier, qu'on retrouve dans le monde entier. La baie se récolte à des stades différents de maturité, et subit ensuite différents traitements qui vont lui donner sa couleur. Après le rouge, découvrons ensemble le jaune.

Il s'utilise pour sublimer la saveur des viandes, poissons et fruits de mer. Ce sont les quelques rares grains que l'on cueille juste avant leur maturité totale. Ils sont échaudés, lavés à l'eau puis on leur enlève la peau.

Originaire du Brésil et récoltée à partir de baies de poivre mûres qui sont séchées au soleil jusqu'à ce qu'elles prennent une couleur jaune dorée. Le poivre jaune a un goût légèrement fruité et citronné, avec des notes d'agrumes et de gingembre.

Considéré comme l'un des meilleurs poivres du monde en raison de sa saveur riche et complexe, il offre des notes de menthe poivrée et de graines d'anis, ainsi qu'une touche herbacée profonde. Ce poivre jaune développe des touches féminines, les quelques rares grains jaunes cueillis juste avant leur maturité totale, sont ensuite bouillis et leur peau est enlevée.

Il ajoute une saveur unique et intéressante à une grande variété de plats, allant des viandes et des légumes aux fruits de mer et aux salades. Le poivre jaune est également riche en antioxydants et en vitamine C, qui peuvent aider à stimuler le système immunitaire et à protéger contre les maladies. De plus, le poivre jaune peut aider à stimuler la digestion et à réduire les symptômes de la nausée.

Pour utiliser le poivre jaune, vous pouvez le mouliner fraîchement sur vos plats juste avant de servir. Il est particulièrement bon avec les plats de fruits de mer, les salades et les plats asiatiques. Le poivre jaune peut également être utilisé pour rehausser la saveur des desserts, en particulier ceux à base de fruits comme les agrumes et les mangues. Dans l'ensemble, le poivre jaune est une épice rare et délicieuse qui mérite d'être découverte pour ajouter une touche d'exotisme et de saveur à vos plats préférés.

Samuel Alba



RECETTE

Velouté de Pèpè Soupe de Poisson

INGREDIENTS

1 darne de poisson
2 gambas
1 boîte de champignons frais africains
2 oignons
1 tomate fraîche
1 carotte
2 aubergines
Gingembre
Persil
5 feuilles de bissap
1 piment
Coriandre
Sel et poivre

1/4 de morue séché
1/2 verres de jus de bissap
1 cuillère à soupe d'huile
Sauce poisson
1 cuillère de poudre de crevette

PREPARATION

Nettoyez votre poisson et écaillez-le. Découpez-le en morceaux. Assaisonner le poisson et le frire dans une poêle avec de l'huile. Découper les oignons, la tomate, le piment, l'ail, la carotte, les aubergines. Râper le gingembre. Concasser le poisson fumé séché. Mettre au feu une marmite, puis mettre une cuillère à soupe d'huile, les oignons, l'ail, le gingembre,

une pincée de poudre de poisson et une autre de crevette. Ajouter le piment et un morceau du poisson fumé et puis ajouter un peu d'eau.

Ajouter ensuite les champignons, verser 1/2 verre de jus de bissap. Puis ajouter l'aubergine, la carotte, la coriandre ciselée.

Retirer les aubergines, les carottes, quelques champignons et les réserver. Mixer tout le reste. Passer au tamis la préparation obtenue (y ajouter un peu d'eau si besoin).

Nettoyer les gambas, et les faire frire dans trois cuillères d'huile, ajouter un peu de sel et de poivre. Il vous reste à servir le tout et à passer à table.

Samuel Alba



A cœur ouvert

« Les mille attractions du monde »

Pour parvenir à une destination, le plus important reste le voyage qui enseigne sur soi, sur les autres. La quête d'une nouvelle situation donne l'occasion de s'activer, de se découvrir, de se dépasser. Et pourtant, quand le manque est enfin comblé, l'insatisfaction pointe vite au rendez-vous et fait porter le regard sur une situation potentiellement meilleure. Le mieux n'est-il pas l'ennemi du bien ?

Que serait l'existence humaine si elle n'était pas mise en mouvement par une vision, une quête, une mission, des objectifs à atteindre ? Pour d'aucuns, il s'agit de prendre leur vengeance sur une vie qui les a accueillis comme des malpropres, des scélérats, des bandits, des misérables, des méprisables et des indésirables et, pour d'autres, il s'agit peut-être de conquérir des territoires auxquels il ne leur était pas possible de penser au nom de leur naissance, de leur race, de leurs groupes d'appartenance et des communautés desquelles ils sont issus. Enfin, pour un certain nombre, la vie est une aventure qui se vit comme elle vient, un jour après l'autre, en toute insouciance, les besoins fondamentaux étant foncièrement comblés par leur contexte de vie ou parce qu'ils ont délibérément choisi un mode de vie qui se contente du peu à portée de main.

La vie est alors pour la majorité des âmes un véritable combat qui se vit en challenger ou en conquérant. Des années et des années de vie sont alors consacrées à atteindre un objectif, un seul, qui peut être très varié selon les profils : créer son entreprise pour les uns là où les parents ne juraient que par la fonction publique, se faire embaucher dans une grande société dans une famille où personne n'a passé le cap de la licence par exemple, se marier dans une lignée de femmes qui n'ont pas eu la grâce d'être honorées ou n'ont pas connu des unions heureuses et pérennes, ou encore avoir un enfant là où le commun des mortels ne prédisait que stérilité. Il ne s'agit pas en soi d'objectifs de vie objectivement hors de portée mais qui représentent dans un contexte particulier une vraie victoire sur des combats, des luttes, individuels, communautaires et/ou générationnels.

Quand le challenger de la vie parvient enfin à ces territoires promis et enfin conquis, il se trouve que parfois, il ne reconnaît même pas la forme de la promesse. Il ou elle l'aura idéalisée d'une certaine façon, celle présentée par ses contemporains ou ses antécédents et qui causait justement l'échec de leur mission juste au seuil de l'accomplissement. Les promesses ont cela de caractéristique qu'elles se présentent sous une forme inattendue: elles passent incognito, sous couverture. Elles requièrent alors du discernement et une maturité d'esprit. Pire encore, ceux et celles qui parviennent à la reconnaître ne s'en montrent pas satisfaits outre-mesure ou s'en lassent très vite. Le monde leur présente des choses nettement plus belles, nettement plus brillantes. Le mieux n'est-il pas l'ennemi du bien ? Les mille attractions du monde n'avortent-ils pas les promesses ?

Princilia Pères

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

Vous vous accomplissez et dépassez vos peurs. Vos efforts seront très satisfaisants, vous pouvez être fier de vous. Si une situation peut vous sembler injuste, sachez qu'il y aura un retour des choses en votre faveur.

Lion
(23 juillet-23 août)

Il y a de l'électricité dans l'air et vous avez la sensibilité à fleur de peau. Vous n'êtes pas toujours très juste dans la façon dont vous abordez les choses, vos amis pourraient souffrir de votre attitude.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

L'argent est au cœur de vos préoccupations. Vous devrez redoubler de ruse pour trouver un bon filon, ceci n'est pas impossible, vous avez les moyens de tirer votre épingle du jeu. Vous serez bientôt sous le feu des projecteurs.

Taureau
(21 avril-21 mai)

Attention à ne pas agir comme un panier percé, ceci pourrait vous faire défaut surtout si vous n'avez pas de visibilité sur vos revenus prochains. Vous pourriez vous sentir trahi par un proche.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Vous serez amené à vous hisser vers de nouvelles aventures. Vous vous sentirez prêt à déplacer des montagnes et à provoquer du changement. L'amour vous fait tourner la tête, vous trouvez source d'épanouissement.

Verseau
(21 janvier-18 février)

Il n'y a pas de fumée sans feu ! Vous pourriez vous faire rattraper par vos propres comportements. Gardez en tête une éthique, surtout dans le milieu professionnel. On vous demandera un peu de courage.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Votre originalité vous ouvre beaucoup de portes. On ne voit que vous et votre charme vous fait gagner des points, vous n'en serez que plus satisfait. La victoire est au rendez-vous pour les prochaines semaines.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vos certitudes seront chamboulées, vous devrez vous montrer plus flexible dans votre manière de passer à l'action. Ouvrez-vous aux autres, particulièrement les cœurs à prendre car l'amour n'est pas loin.

Poisson
(19 février-20 mars)

Vous vous montrez d'une efficacité redoutable. Avec vous, les choses vont vite et vous avez souvent un train d'avance. Ce rythme vous frustre parfois, vous êtes amené à ralentir malgré vous.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

Vos idées prennent vie et se transforment en projets concrets et passionnants. Vous serez vous-même surpris par leur évolution et heureux de cette dynamique. Un proche parent sera d'excellent conseil pendant cette période.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

De belles propositions vous seront faites, particulièrement dans le domaine professionnel. Vous êtes sur le chemin de l'accomplissement et de la réussite, persévérez, le succès est tout proche de vous.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Quelques différents avec vos proches pourraient vous contrarier. Eloignez-vous des personnes néfastes à votre réussite, vous pourriez vous sentir utilisé. Des vacances se profilent.

PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE 1^{ER} SEPTEMBRE 2023

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

<p>MAKÉLÉKÉLÉ Pharmacies de jour Lucethalia (Ex-Sainte Bénédicte) Terinkyo Lys Candys (Kin-soundi) Jumelle II Pharmacies de nuit Grand Séminaire Rond-point Makélé-kélé Kisito Château d'eau Goldine BACONGO Pharmacies de jour Tahiti MG Eve Blanche Gomez Pharmacies de nuit Sandza Prosper Commission La Glacière POTO-POTO Pharmacies de jour Centre (CHU) Mavré Franck Continental Pharmacies de nuit Péniel POTO-POTO Exaucé Alex Les Anfes MOUNGALI Pharmacies de jour Céleste Loutassi Sainte Rita Emmanueli Patrice Pharmacies de nuit Celmesterica et Jenny Délivrance Jagger Boueta Mbongo La Renaissance Liema La Grâce</p>	<p>OUENZÉ Pharmacies de jour Béni (ex-Trois martyrs) Marché Ouenzé Rosel Relys Pharmacies de nuit Sophiana Désir Tsieme (ex Galesy) Ebina Boueta Mbongo Coronella TALANGAI Clème Marché Mikalou Yves Pharmacies de nuit Esplanade Saint Robert Galy Jaque Rufin Père Emerauce Immaculé Eckodis Louanges Lycée T.Sankara Croix Saïte MFILOU Pharmacie de jour Santé pour tous Pharmacies de nuit El Rodriguo Ô Océanne Bethesda Nuit Exode D.JIRI Pharmacies de jour Trésor Miriale Île de beauté Keylon La Florale Bass Exodus Pharmacie de nuit Oasis MADIBOU Pharmacies de jour L'Oracle Divin Farata-Honoris (Ex-Reich Biopharma) Pharmacie de nuit Nuit Victorieuse</p>
--	---