

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° 303 - VENDREDI 10 AU JEUDI 16 JANVIER 2025

BRAZZAVILLE



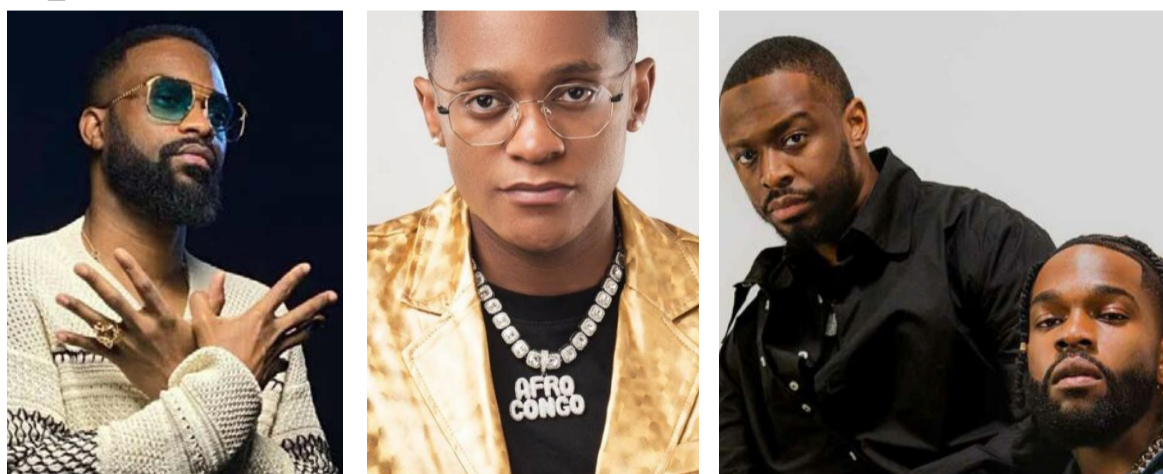
Le Cfrad, une métamorphose à 4 millions d'euros

Lancé officiellement en décembre dernier, le chantier de réhabilitation du Centre de formation et de recherche en art dramatique (Cfrad) marque un tournant dans le paysage culturel congolais. Ce projet ambitieux, soutenu par l'Ambassade de France, vise à transformer l'institution en un pôle d'excellence artistique alliant patrimoine et innovation. Entre démolition constructive et vision d'avenir, le site historique se prépare à devenir le nouveau carrefour de la création contemporaine à Brazzaville.

PAGE 6

AFRIQUE CENTRALE

Les quatre géants qui ont fait danser 2024



De la République démocratique du Congo au Cameroun, Fally Ipupa, Innoss'B, Dadju et Tayc ont marqué l'année dernière de leur empreinte. Entre tubes viraux et concerts mémorables, ces artistes ont porté haut les couleurs de la musique africaine sur la scène internationale. Music in Africa revient sur une année exceptionnelle qui confirme le rayonnement croissant de la scène musicale d'Afrique centrale.

PAGE 3

INTERVIEW

Ange Eyabo : la recette du succès d'une pâtissière autodidacte

Dans le quartier Massengo, au Nord de Brazzaville, une jeune entrepreneuse transforme sa passion de la pâtisserie en success-story. Titulaire d'une licence en marketing digital, Ange Eyabo a créé « Angi Business », un établissement gastronomique qui fait déjà référence. Entretien avec une autodidacte devenue cheffe d'entreprise, dont le par-



cours inspire toute une génération.

PAGE 3

MUSIQUE

Afara Tsena sur la scène parisienne

Étoile montante de la scène musicale congolaise, Afara Tsena Fukushima s'apprête à enflammer la mythique salle parisienne le 8 mars. Entre musique urbaine et authenticité congolaise, l'artiste continue son ascension internationale, proposant une fusion unique qui redéfinit les contours de l'Afro-Mbokalisation. Retour sur le parcours d'un talent qui fait rayonner la culture congolaise au-delà des frontières.

PAGE 5

TECHNOLOGIES

Quelles tendances pour le marketing digital en 2025 ?

PAGE 8



Éditorial

Renaissance culturelle

Lorsqu'un pays investit massivement dans la culture, c'est toute une nation qui se projette vers l'avenir. La transformation du Centre de Formation et de Recherche en Art Dramatique (CFRAD) de Brazzaville en est la parfaite illustration. Plus qu'une simple rénovation, ce projet incarne une vision ambitieuse de ce que peut être un établissement culturel au XXI^e siècle.

La transformation qui s'opère au CFRAD va bien au-delà d'une simple rénovation de façade. L'approche choisie, qui conserve l'âme du bâtiment historique tout en l'inscrivant dans la modernité, témoigne d'une vision ambitieuse, celle de créer des ponts entre l'héritage du passé et les aspirations du futur. Une stratégie réfléchie qui permet de préserver la mémoire collective tout en offrant un nouvel écrin à la création contemporaine.

La décision d'opter pour un statut d'Établissement Public à caractère Administratif révèle également une stratégie bien pensée. Cette structuration juridique garantit au CFRAD l'indépendance nécessaire pour innover, tout en réaffirmant sa mission de service public culturel. À travers ce choix, les autorités envoient un message clair : la culture constitue un investissement essentiel pour l'avenir du Congo, et non une simple option décorative.

Au cœur de cette renaissance, la coopération franco-congolaise illustre parfaitement comment le dialogue culturel entre nations peut se transformer en réalisations concrètes et ambitieuses, faisant de l'art un puissant vecteur de rapprochement international.

À l'heure où les investissements culturels peinent parfois à convaincre, le Congo fait le choix audacieux et visionnaire de la culture comme levier de développement. Une initiative exemplaire qui pourrait inspirer bien au-delà des frontières du pays.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 10 milliards »

C'est le nombre d'habitants que comptera le monde en 2050. La plus forte croissance viendra d'Afrique.

PROVERBE AFRICAIN

« Une blessure que l'on cache continuellement ne guérit pas ».

LE MOT

« ÉCHAUGUETTE »

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

IDENTITÉ

« MARIEN »

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

LA PHRASE DU WEEK-END

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

- MAYA ANGELOU -



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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

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

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédaction en chef : Guy-Gervais Kitina,
Rédacteurs en chef délégués : 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 (chef de service), Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Rosalie Bindika, Merveille Jessica Atipo
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rude Ngoma

LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO :

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

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

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

RÉDACTION DE KINSHASA

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

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo
Chef de service : Clotilde Ibara
Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, François Ansi

PAO - MAQUETTE

Chef de service PAO : Eudes Banzouzi
Chef de service : Cyriaque Brice Zoba
Mesmin Boussa, Stanislas Okassou, Toussaint

Edgard Ibara, Jeff Tamaff

INTERNATIONAL

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

ADMINISTRATION - FINANCES

Direction : 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 Ngonzo

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

Interview

Ange Eyabo: «Mon but est de créer des souvenirs autour de la table»

Engagée, déterminée, combative, modeste, audacieuse, résiliente et passionnée par le changement, Ange Eyabo est aujourd'hui à la tête de "Angi business" son propre établissement gastronomique installé au cœur de Massengo, dans le neuvième arrondissement de Brazzaville, Djiri. Titulaire d'une licence en marketing digital et communication, elle qui a commencé en autodidacte avant de suivre une formation en pâtisserie marque les esprits par son parcours exceptionnel qui donne envie de faire, d'agir, d'entreprendre et de réussir. Entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : En tant que cheffe, quel état des lieux faites-vous de la gastronomie congolaise aujourd'hui ?

Ange Eyabo (A.E.) : La gastronomie congolaise connaît effectivement une popularité croissante, un véritable carrefour culinaire mondial. La diversité des plats et des saveurs africaines attire de plus en plus de gourmets à la recherche de nouvelles expériences gustatives. Ces dernières années, on a assisté à une augmentation notable du nombre de restaurants congolais à travers le monde. Des établissements proposant des spécialistes de l'Afrique de l'Ouest, de l'Afrique du Nord, de l'Afrique centrale et de l'Afrique de l'Est, offrant une palette variée de saveurs et de traditions culinaires. Les événements culinaires, les festivals et les ateliers de gastronomie au Congo sont de plus en plus fréquents, ce qui contribue à une meilleure compréhension et à une plus grande appréciation de la gastronomie nationale qui est en pleine expansion et suscite un intérêt croissant. La diversité des cuisines congolaises est de plus en plus reconnue et saluée, et les efforts conjoints des chefs, des entrepreneurs et de la communauté africaine continuent de contribuer à son essor.

L.D.B.C. : Comment décrivez-vous votre style de cuisine et comment se distingue-t-il

des autres ?

A.E. : Mon style de cuisine est une fusion innovante entre les traditions culinaires congolaises et des techniques modernes. En tant que cheffe, j'intègre des saveurs authentiques de mon pays, en utilisant des ingrédients locaux et des méthodes de préparation traditionnelles. Ce qui distingue ma cuisine, c'est l'accent mis sur l'authenticité et l'innovation. J'ai développé mes propres mélanges d'épices, qui ajoutent une signature unique à mes plats. Ces épices sont soigneusement élaborées pour capturer les arômes riches et les saveurs vibrantes de la cuisine africaine, tout en apportant une touche moderne et créative. Mon approche met en avant la diversité des goûts et des textures, offrant à mes clients une expérience culinaire qui est à la fois exotique et familière, avec une attention particulière portée sur la qualité, des ingrédients et à la présentation des plats.

L.D.B.C. : Votre domaine est ultra concurrentiel. Quelle est votre plus-value qui fera qu'on vienne chez vous plutôt que d'aller ailleurs ?

A.E. : Ma plus-value dans la personnalisation et l'authenticité des produits que j'offre aux usagers chaque gâteau, pizza, hamburger et plat que je crée est réfléchi et conçu avec soin, en intégrant des ingrédients congolais. Je mets aussi un point d'honneur sur la qualité



Cheffe Ange Eyabo/DR

pour offrir aux clients un service exceptionnel. A travers ma gastronomie, je souhaite transmettre une expérience unique et authentique. Je veux que chaque dessert raconte une histoire, crée des émotions et célèbre notre culture. Mon but le plus ardent est de créer des souvenirs autour de la table. Je mise sur l'authenticité et l'innova-

tion, en apportant des saveurs africaines authentiques, notamment grâce à mes propres mélanges d'épices. Je crée une expérience culinaire unique qui se démarque de l'offre habituelle. La qualité des ingrédients et la constance dans la préparation de chaque plat sont primordiales. J'accorde une grande importance à la fraî-

cheur des produits et à l'attention portée aux détails, afin de garantir une expérience gastronomique exceptionnelle à chaque visite. Je reste constamment à l'écoute des tendances et des préférences des clients. Cela me permet de m'adapter rapidement et d'innover en proposant de nouveaux plats ou en revisitant des classiques pour maintenir l'intérêt et attirer de nouveaux clients.

L.D.B.C. : Où puisez-vous votre inspiration ?

A.E. : Mon inspiration culinaire provient de plusieurs sources. En premier lieu, je la puise dans les traditions et les saveurs de mon pays, le Congo. La richesse et la diversité de la cuisine congolaise sont une source inépuisable de créativité pour moi. J'aime revisiter les recettes traditionnelles en y apportant une touche moderne tout en respectant leurs origines. Ensuite, les histoires et les aspirations des clients m'ont beaucoup influencée. Découvrir de nouvelles cultures et cuisines me permet d'élargir mon horizon culinaire et d'intégrer des techniques ainsi que des ingrédients variés dans mes créations. La fusion des saveurs congolaises avec des influences des recettes que je regarde à travers les vidéos et les réseaux sociaux enrichissent mon répertoire et m'ont ouvert de nouvelles perspectives culinaires.

Propos recueillis par Cissé Dimi

Musique

Les artistes d'Afrique centrale ayant brillé en 2024

En 2024, plusieurs artistes d'Afrique centrale ont marqué la scène musicale internationale, apportant chacun son talent unique et sa passion à un public mondial. Parmi eux figurent Fally Ipupa, Inno's B et Dadju de la République démocratique du Congo (RDC) ainsi que Tayc de la République du Cameroun, selon le site Music in Africa.

Fally Ipupa

Depuis ses débuts en 2006, Fally Ipupa a su conquérir les cœurs avec sa fusion innovante de R&B et de rumba congolaise. Cette année, il a dominé la scène musicale avec des performances époustouflantes. Sa tournée en France a également été un véritable triomphe, avec des concerts à guichets fermés dans des salles prestigieuses comme le Zénith de Nantes et celui de Lille. Il est ainsi devenu le premier artiste congolais à se produire dans trois Zéniths différents en France, partageant cet exploit avec le légendaire groupe ivoirien Magic System. En outre, Fally Ipupa est devenu une star de YouTube en RDC, accumulant des millions de vues et se



Fally et Inno's B/DR

classant en tête des artistes les plus écoutés de la région.

Dadju et Tayc

De son côté, le duo Dadju et Tayc

blématiques tels que l'Accor Arena, à Paris, et la Seine musicale, ainsi que dans plusieurs pays africains. Par ailleurs, sa force réside dans les talents vocaux exceptionnels des deux musiciens, capables de toucher un large public avec des voix puissantes et émouvantes. La maîtrise des harmonies et des techniques vocales a donné naissance à des hits captivants qui ont rencontré un succès phénoménal.

Inno's B

En 2024, Inno's B, quant à lui, s'est imposé comme l'un des artistes africains les plus influents. En effet, sa présence scénique impressionnante et sa capacité à créer une connexion émotion-

nelle avec son public ont fait de lui un ambassadeur de la culture congolaise et africaine.

De plus, il est reconnu pour son authenticité et son engagement envers son art, tout en restant fidèle à ses racines congolaises. Inno's B s'implique également activement dans des œuvres caritatives en RDC, contribuant ainsi au bien-être de sa communauté.

En somme, ces artistes talentueux ont non seulement marqué l'année 2024 par leurs réalisations impressionnantes, mais ont aussi enrichi la scène musicale mondiale avec leur passion, leur innovation et leur engagement envers leur art.

Chris Louzany

Alaka Film Lab L'appel à candidatures ouvert

Dans le cadre de la 6e édition d'Alaka Film Lab qui va se tenir en juin au Cameroun, les talents émergents, auteurs et producteurs d'Afrique centrale sont invités à soumettre leurs projets de fiction, documentaire et série au plus tard le 7 février.

Le projet concerne les pays éligibles tels le Congo, la République démocratique du Congo, la République centrafricaine, le Burundi, le Cameroun, l'Angola, le Gabon, le Tchad, la Guinée équatoriale, Sao Tomé et Príncipe et le Rwanda. Il vise à mettre en place un réseau entre les cinéastes et les professionnels du reste du monde afin de favoriser les réflexions d'écriture et de développement des différents projets qui sont les étapes importantes dans le processus de production en Afrique.

Pendant huit jours, les participants dont les projets seront retenus bénéficieront dans un premier temps de l'encadrement et de l'accompagnement à distance des experts, si bien que les conditions de participation s'appliquent dans le sens où chaque candidat devrait soumettre qu'un seul projet écrit en français ou en anglais.

Les porteurs de projets pourront ensuite travailler durant



leur séjour sous le regard critique et constructif des professionnels présents afin de parvenir à des œuvres matures ou qui auront toute leur chance d'aboutir et d'être diffusées. Ce sera aussi l'occasion pour eux de rencontrer les responsables des ateliers de résidence partenaires, les producteurs et productrices représentant les chaînes de

télévision, les responsables de fonds de soutien au cinéma et biens d'autres dans l'objectif de mettre leurs projets dans un réseau international de production et de distribution. Le partage d'expérience lors des master-class sera l'un des moments phares de la résidence car il permettra aux participants de parler de la particularité de leurs œuvres

face aux réalisateurs et producteurs confirmés.

Pour les projets de long métrage de fiction, documentaire ou série (entre 15 et 25 pages), le dossier doit comporter: une lettre de motivation indiquant la nécessité pour les candidats de participer au Alaka Film Lab (une page maximum), un synopsis (1/2page), un traitement (dix à trente pages), la note d'intention du réalisateur/ producteur (trice) (deux pages), le budget détaillé du projet (en monnaie locale et en euros), le calendrier de production, le curriculum vitae du réalisateur/ producteur (trice), une photo, et copie du passeport en cours de validité, la présentation de la société de production, un extrait d'acte de registre du commerce de la société de production, un lien vidéo ou Youtube du dernier film du réalisateur/ producteur (trice) et des éléments visuels pour les projets de films d'animation.

Quant aux projets de séries (entre quinze et vingt

pages): une lettre de motivation indiquant la nécessité pour les candidats de participer au Alaka Film Lab (une page maximum), le concept (format de la série, genre) deux pages, une présentation des personnages principaux (une page par personnage avec un aperçu de la trajectoire dans le récit), un synopsis du pilote (deux à trois pages), un résumé des épisodes de la première saison... Le formulaire complet est à lire sur <https://drive.google.com>. Le dossier présenté en un seul fichier PDF portant le titre du projet est à envoyer par mail à l'adresse yaoundefilmclub@gmail.com dès le 1er février 2025.

Notons qu'à l'issue de la résidence, les meilleurs projets recevront des bourses de développements, des accords de coproductions et de distributions des pré-achats et des prix pour participer à d'autres résidences partenaires du Alaka Film Lab.

Divine Ongagna

Festival Muntuta

La promotion de la musique tradi-moderne au cœur de la première édition

La première édition du festival Muntuta s'est tenue du 27 au 29 décembre 2024, à Brazzaville. La rencontre a servi de cadre d'échange et de partage d'expériences et de savoir-faire entre les artistes, afin de valoriser les danses et musiques tradi-modernes des différents départements du Congo.

Le festival vise, entre autres, à promouvoir les valeurs culturelles et artistiques congolaises, tout en mettant en avant des talents locaux à travers une grande variété d'activités pour encourager les échanges culturels sur le plan national et au-delà des frontières ; à créer une expérience de rassembleur pour renforcer le sentiment d'appartenance nationale et de contribuer à redonner l'image du pays à travers la musique folklorique et tradi-moderne.

La première édition de ce festival s'est tenue sur le thème «Promouvoir les talents et les valeurs culturelles de notre pays le Congo», mettant particulièrement l'accent sur la culture du département de la Bouenza. « L'idée de ce festival est née d'un désir profond de valoriser et de faire rayonner la richesse culturelle de la Bouenza, un département plein de talents, d'histoire et de tradition unique. Nous avons voulu créer une plateforme où tous ces éléments pourraient être

celebrés tout en inspirant un sentiment de fierté et de l'unité nationale », a indiqué Bradel Prestige alias le Prince, chargé de communication du festival.

La vision globale du festival, a-t-il dit, s'inscrit dans la promotion de la culture congolaise dans toute sa diversité, car chaque département du pays, par sa culture unique, contribue au rayonnement de l'identité culturelle nationale. « C'est un festival tradi-moderne et nous voulons honorer les traditions tout en intégrant des éléments modernes pour toucher un public plus large et montrer que notre culture évolue avec le temps sans perdre son essence. Nous avons invité des artistes et groupes dont la majorité est issue de la Bouenza pour valoriser leurs talents et aussi pour enrichir la diversité », a-t-il renchéri.

Pour cette première édition, plusieurs activités ont été au programme, à savoir des confé-

rences-débats, des ateliers, des animations culturelles et artistiques, des spectacles de danses traditionnelles et modernes, des prestations des artistes et groupes locaux, la remise des trophées pour récompenser les talents remarquables, la dégustation des mets typiques de la Bouenza pour promouvoir la gastronomie locale. « La culture congolaise est d'une richesse inestimable, mais reste sous-valorisée sur le plan national et international. Nous avons des danses, des musiques, des récits et des savoir-faire qui méritent d'être mieux connus et mieux partagés. Ce festival est une contribution à cet effort », a poursuivi le chargé de la communication.

Ce festival envisage, lors des prochaines éditions, prendre une autre dimension pour devenir l'un des événements majeurs en proposant de s'immerger dans la créativité des différents départements du pays, afin de sortir la musique tradi-moderne du ghetto et de mettre en lumière ces



nombreux artistes qui manquent de visibilité et de notoriété. Une opportunité pour eux de faire des rencontres avec des professionnels dont les mécènes, managers et producteurs. Cette manifestation qui entend faire le métissage culturel et musical

entre les départements du pays construit l'identité congolaise tout en confrontant la diversité des cultures et développant l'esprit de la tolérance ainsi que le respect de l'autre dans la singularité.

Cissé Dimi

Musique

Rousson sacré meilleur artiste de la diaspora en Russie

À l'occasion de la 6^e édition des Congo Best Awards, l'artiste musicien congolais, Rousson, a été sacré «Meilleur artiste de la diaspora» grâce à son single intitulé «C'est quoi» en featuring avec l'artiste ivoirien Fior de Bior. Ce prix prestigieux reconnaît son talent exceptionnel et son succès international.

«Les paroles s'envolent, les écrits restent. On a écrit l'histoire et on continue d'écrire. J'ai été certifié le premier single d'or congolais en Russie. C'est grâce à vous et sans vous je suis zéro. Tout ce travail acharné durant l'année 2024 a fini par payer. Nous voici nominés à la 6^e édition Congo Best Awards, dans la catégorie de meilleur artiste de la diaspora», a lancé l'artiste.

Rousson Mbou-Koua est un musicien congolo-russe, diplômé de la faculté des mines et du pétrole de l'Université polytechnique de recherche nationale de Perm, en Russie. C'est dans ce pays qu'il a découvert et développé son talent musical, une base solide pour sa carrière prometteuse. Cette carrière a véritablement pris son envol en 2017 lorsqu'il a remporté le premier prix du festival du «Printemps des étudiants russes». Depuis lors, sa popularité

n'a cessé de croître, grâce à ses victoires dans des concours créatifs intercollégiaux et à son activité dynamique sur les réseaux sociaux.

En août 2024, Rousson a été accueilli à la Maison russe pour présenter son single d'or, «C'est quoi», en collaboration avec l'Ivoirien Fior 2 Bior. Devenir le premier artiste congolais à obtenir une certification single d'or en Russie est un accomplissement majeur qui souligne son influence grandissante sur la scène internationale.

Toujours l'année dernière, il a également effectué une tournée musicale en République du Congo, comprenant des concerts à Brazzaville et Pointe-Noire. Ses performances énergiques ont ravi le public et renforcé son lien avec les fans. Une soirée créative au Centre culturel russe, à Brazzaville, a été un autre point culminant de cette tournée.



Rousson ne se contente pas de créer de la musique ; il joue également un rôle crucial dans la promotion de la culture musicale russe en Afrique. En retour, il initie les auditeurs russes aux

traditions musicales africaines contemporaines, jetant ainsi un pont culturel entre les deux continents.

Sa discographie impressionnante comprend des albums en studio, des singles à succès et des collaborations internationales. Parmi ses œuvres les plus célèbres figurent «C'est quoi» et «Printemps des étudiants», qui ont toutes deux rencontré un grand succès critique et commercial.

En somme, Rousson continue de promouvoir la culture musicale congolaise et russe avec passion et dévouement. Ses efforts visant à créer des liens culturels solides entre les deux continents sont largement reconnus. Sa tournée musicale à Pointe-Noire et à Brazzaville a été un des moments forts de sa carrière, démontrant une fois de plus son talent et son impact sur la scène musicale internationale.

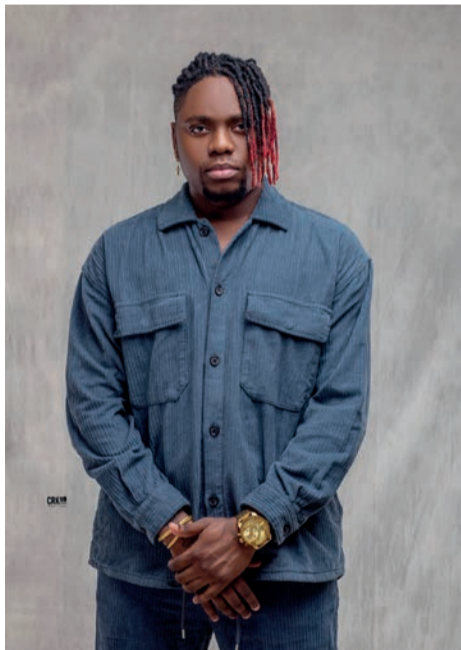
Chrys Louzany

Trace Awards 2025

Tidiane Mario nominé

Le Congolais Tidiane Mario est parmi les six artistes africains nominés dans le cadre de l'édition 2025 de Trace Awards, catégorie «meilleur artiste» qui se tiendra le 26 février, en Tanzanie. Cette cérémonie de récompense du mérite contribue au développement et à la promotion de la culture africaine, tout en favorisant les échanges, les collaborations et les opportunités entre les acteurs.

Tidiane Mario, de son identité réelle Jostie Tidiane Mantsouma Mario, est né à Brazzaville. Il est auteur-compositeur, chanteur,



Tidiane Mario / DR

interprète et danseur ayant commencé sa carrière en 2013 au sein du mythique groupe d'afrobeat A6. En 2014, le groupe connaît son premier succès avec le titre «Mokossa», suivi d'autres singles tels que «Boma relation» et «Wassa». En 2016, le groupe signe avec Sony Music France et sort en 2017 le premier single de sa collaboration intitulé «Dingue», suivi de «L'invité n'invite pas». «Jeunesse», l'album issu de cette collaboration avec le géant de l'industrie musicale française, voit le jour en 2020. Après la dislocation de ce groupe, Tidiane Mario décide d'évoluer en solo avec ses titres tels que «Nana», «Lomama». C'est surtout le titre «Pagaille», sorti en 2021, qui l'a poussé au-devant de la scène musi-

cale congolaise. Il enchaîne deux featuring dont «Tala ngai» avec le rappeur Gaz Fabi-louss et «Kengenge», avec Samarino, tous les deux originaires du Congo-Kinshasa. Son single «Give me freedom» a fait de lui le premier artiste urbain congolais à dépasser un million de vues sur la plateforme de visionnage YouTube. Le clip de la chanson met, par ailleurs, en avant la danse congolaise «Mopacho» qui sera reprise par plusieurs internautes sur les réseaux sociaux, sous forme de challenge.

Pour cette édition de Trace Awards, les talents créatifs africains qui seront sur scène auront l'occasion de se connecter avec d'autres pour partager les idées, les expériences et obtenir des informations de la part des leaders de l'industrie musicale. Ce grand rendez-vous musical africain qui récompense l'excellence vise à transcender les frontières culturelles, sociales, historiques et géographiques, contribuant ainsi au développement de la musique africaine et aux carrières des jeunes artistes africains dont la plupart manquent parfois de visibilité et de notoriété.

Trace Awards est l'un des événements qui fait la symbiose entre les artistes africains de divers horizons, tout en mettant à l'honneur des facettes de la culture africaine à travers une programmation riche. Plusieurs artistes africains sont nominés dans différentes catégories, à savoir du hip-hop, du rap, du soul, du zouk, de l'afrobeat, la RnB, le coupé-décalé et bien d'autres genres musicaux. Pour la bataille du prix du meilleur artiste francophone, le rappeur congolais sera en challenge avec d'autres artistes tels que Gaz Mawete, Didi B, Josey, Wally B. Seck.

Cissé Dimi

www.lesdepêchesdebrazzaville.fr

Afara Tsena sur la scène parisienne

Afara Tsena Fukushima donne rendez-vous à ses fans français et du monde entier le 8 mars prochain? au cabaret sauvage à Paris. Ce concert promet d'être une célébration inoubliable de l'Afro-Mbokalisation et une nouvelle preuve de son talent unique.

De l'«Afro-Mbokalisation» aux grandes scènes internationales, l'éloge de la carrière musicale du jeune artiste Afara Tsena ne fait que se justifier. Toujours dans la continuité de l'authenticité, il impose avec justesse l'effervescence que représente la musique urbaine au Congo. Pour le grand rendez-vous sur la scène parisienne, il entend porter encore plus haut les couleurs du drapeau congolais comme il le fait souvent. Jeune, plein d'énergie, l'artiste a la verve musicale dans les veines et promet, par ailleurs, de livrer un show à la hauteur de son savoir-faire. « Ce concert est a priori le positionnement de la musique congolaise sur la scène musicale parisienne. C'est le deuxième concert live à Paris de l'artiste, après le premier il y a de cela sept mois. Alors, ce concert sera la confirmation live de l'Afro-Mbokalisation avec des nouvelles couleurs inédites et à couper le souffle. Ceci reste à découvrir ce jour-là », a fait savoir Bernadet Galeka, son manager.

Ce concert, Afara Tsena l'abordera avec maestria et beaucoup de professionnalisme devant un public dont il imagine déjà enflammé, où allégresse et émotion se mélangeront pour donner un show vitaminé aux sons d'Afro-Mbokalisation. L'artiste garde la même énergie, le même enthousiasme et l'envie de faire de chacun de ses concerts un moment unique de la vie. Il aime manifestement la scène et dégage une belle énergie et, pendant ce concert, il donnera par son charisme, son professionnalisme, son énergie débordante un aperçu de son talent.

« Le public de la diaspora congolaise ne pourra qu'être fier de l'enfant du pays, Afara Tsena, car du jour au jour,

la Mbokalisation continue de conquérir les quatre coins du monde. Surtout avec la récente sortie en audio de «Mboka mopaya» dont le clip vidéo est en cours et qui ne cesse d'envahir la toile et, le 8 mars, la diaspora congolaise vivra cette ambiance en live », a affirmé le manager. Il a confirmé que l'artiste est une belle carte de visite qui reflète une personnalité sur laquelle les mécènes et les opérateurs culturels vont désormais compter. En effet, Afara Tsena, c'est d'abord une voix puissante, fervente et généreuse qui a le grain idéal pour aborder un répertoire pleinement riche. Raphael Ouary Houssene, connu sous le pseudonyme d'Afara Tsena, est une étoile montante de la musique urbaine congolaise. En tant que figure incontournable de la scène musicale, il continue de faire vibrer les couleurs à travers le monde. Avec le célèbre mouvement «Omongo mwamou», il a fusionné les sonorités traditionnelles congolaises, le coupé-décalé et le ndombolo pour donner naissance à «l'Afro-Mbokalisation», un style qui séduit l'Afrique et au-delà des frontières. Les mélomanes de toute part ne peuvent s'empêcher de se trémousser ou de se tortiller au son de ses morceaux. En quelques années, l'artiste a su s'imposer grâce à des titres phares tels que «Jalousie», «Mbokalisation 3.0» ou encore «Mboka mopaya». Ses tournées en Afrique, en Europe et en Amérique confirment son ascension fulgurante. En mai dernier, il a enflammé le théâtre du gymnase à Paris lors d'un concert mémorable marquant une nouvelle étape dans sa carrière internationale.

C.D.

Renaissance culturelle à Brazzaville

Le Cfrad se transforme en pôle d'excellence artistique

Dans le paysage culturel congolais, une métamorphose d'envergure est en cours. Le Centre de formation et de recherche en art dramatique (Cfrad) de Brazzaville entre dans une nouvelle ère avec le lancement officiel de ses travaux de réhabilitation annoncé lors d'une conférence de presse le 12 décembre dernier. Ce projet majeur, financé à hauteur de 4 millions d'euros par l'ambassade de France au Congo, s'inscrit dans une vision plus large de préservation et de valorisation du patrimoine mémoriel de la République du Congo.

« Démolir pour mieux reconstruire », telle est la philosophie qui guide actuellement les travaux. Le chantier, débuté en novembre 2024, a déjà transformé radicalement le visage du site. Les ouvriers s'activent quotidiennement, procédant à la démolition minutieuse des parties instables du bâtiment pour ne conserver que son ossature principale. Cette mise à nu révèle des volumes prometteurs, laissant entrevoir le potentiel extraordinaire de sa transformation future.

L'aspect environnemental n'est pas en reste dans ce projet d'envergure. Les travaux d'aménagements extérieurs ont démarré avec une attention particulière portée à la stabilisation du talus et au terrassement du site. Ces interventions cruciales visent à prévenir l'érosion et les ravinements du terrain, garantissant ainsi la pérennité des futures installations. Un élément particulièrement attractif du projet est la création prévue d'une terrasse basse offrant une vue imprenable sur le fleuve, conjuguant ainsi culture



Le chantier a déjà transformé radicalement le visage du site

et nature.

Le projet franchit une étape décisive avec le lancement, le 20 novembre 2024, de l'appel d'offres pour la phase 2 de sa réhabilitation et de son extension. Cette nouvelle phase s'annonce comme un défi architectural ambitieux. Elle vise à créer un équilibre parfait entre préservation du patrimoine et innovation contemporaine.

La dimension institutionnelle du projet n'est pas négligée. Lors d'une réunion technique le 25 novembre 2024, le ministère de l'Industrie culturelle, touristique, artistique et des Loisirs a manifesté sa préférence pour un statut d'établissement public à caractère administratif. Cette orientation stratégique témoigne de l'ambition de faire du Cfrad un acteur incontournable

du paysage culturel national.

La gouvernance du projet est assurée au plus haut niveau, comme en témoigne le troisième comité de pilotage qui s'est tenu le 2 décembre 2024 à Brazzaville. Cette rencontre a réuni des personnalités de premier plan, notamment Lydie Pongault, ministre de l'Industrie culturelle, touristique,

artistique et des Loisirs, et Claire Bodonyi, ambassadrice de France au Congo.

Comme pour souligner la dimension artistique du projet, la conférence de presse du 12 décembre s'est distinguée par des performances artistiques qui ont donné un avant-goût prometteur de l'avenir du Cfrad. « Un lieu d'excellence artistique et pédagogique », promet-on, qui contribuera au rayonnement culturel de Brazzaville et du Congo tout entier. En cette année 2025, le Cfrad se positionne ainsi comme un symbole de renouveau culturel, incarnant parfaitement la volonté de « construire un avenir d'excellence, en harmonie avec les jeunes générations », comme le souligne l'équipe du projet Cfrad-ICC dans ses vœux à la communauté. Cette transformation ambitieuse promet de faire de ce lieu historique un carrefour dynamique où se rencontreront création contemporaine, formation artistique et valorisation du patrimoine congolais.

Quentin Loubou

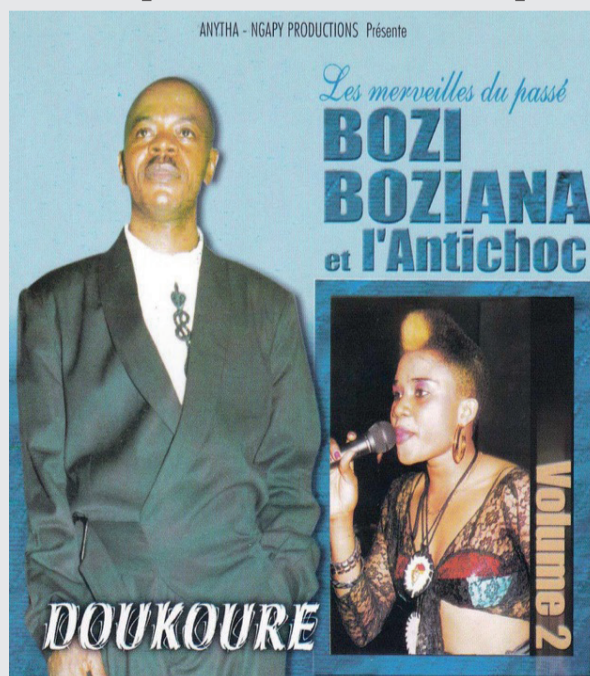
Les immortelles chansons d'Afrique

« Lubuaku » de Bozi Boziana

Auteur-compositeur, chanteur à la voix captivante, Bozi Boziana s'est distingué par ses nombreux titres à succès. En 1988, sous les auspices d'Anytha-Ngapy, il met sur le marché du disque un album solo dans lequel figure la chanson « Lubuaku » qui a connu un succès remarquable.

Paru en format 33 tours avec comme référence Ngapy 0988, l'album dispose de six titres. Sur la face A, il y a « Doukouré », « Evelynna », « La reine de Sabah » version 2 et sur la face B « Lubuaku », « Masumu », « Bethleem » version 2.

« Lubuaku » est une cellule dans laquelle on loge les personnes condamnées à une longue peine sans liberté. Dans cette mélodie, l'auteur nous raconte l'histoire d'un homme jaloux qui, en se bagarrant pour sa femme, se retrouve derrière les barreaux. Alors qu'il est en prison, il reçoit ni visite ni lettre ni argent, ni même un pull de la part de sa femme. Cependant, il sera déçu d'apprendre que celle pour qui il s'est donné toute cette peine se trébuche dans tous les bars de Paris. La chanson est écrite sous forme de conversation entre l'homme et la femme. Ici, la voix de l'homme est incarnée par Bozi et celle de la femme par Déesse Mukangi. Les deux artistes chantent en polyphonie au début de la chanson et se retrouvent en chœur. La guitare basse de Ngouma Lokito, la guitare rythmique de Lidjona et la batterie programmée par Freddy de Majunga ponctuent le rythme de ce morceau. La guitare solo de Dodoly intervient plus dans le sebène.



« Nzambé oh mawa mingi na dimaki te okokaki kosala ngai boye mama, oteki nyonso ya ndako tango ngai nakobima okoyeba ngai », c'est-à-dire « Mon Dieu ! Quelle immense tristesse, je ne croyais pas que tu pouvais te comporter de la sorte. Tu as vendu toutes les affaires de la maison.

Quand je serai en liberté, tu sauras de quoi je suis capable ». La réponse de l'épouse sera : « Ata olobi mingi epayi ozali oyebi ndengue otikaki ngai na mobulu eloko eyi te, ata banninga na yo ba kosalisa ngai suka suka bakolemba ngai », ce qui peut être compris par : « Même si tu parles de là où tu es, tu sais que tu m'avais laissée dans un état de trouble, rien n'est venu de ta part. Combien même tes amis me viendraient en aide, ils finiront toujours par me délaisser ».

Benoît Mbenzu Ngamboni Bokili, dit Bozi Boziana, est né le 28 septembre 1951 à Léopoldville. Sa carrière a véritablement démarré au sein de Minzoto Wella-Wella de père Buffalo avant d'intégrer Zaiko Langa Langa en 1973. Il a participé successivement à la naissance d'Isifi Lokole, Yoka Lokole, Langa Langa stars, Choc stars avant de créer son propre groupe Anti choc. Pendant cinquante-quatre ans de vie musicale, Bozi a lutté avec opiniâtreté, bravant toute sorte d'épreuve pour atteindre le sommet de la gloire. Affublé des sobriquets tels que Benz, Grand-père, Aboubakar, il est propriétaire aujourd'hui du label « Boziro ».

Frédéric Maftna

Technologies

Quelles tendances pour le marketing digital en 2025 ?

Exploiter l'intelligence artificielle (IA) pour atteindre une productivité maximale. Garder une dimension humaine en développant des partenariats surprenants et des événements physiques mémorables. Prendre en compte le phénomène de détoxification digitale. Voilà les principales conclusions du rapport annuel de Brandwatch qui est à consulter au plus vite pour anticiper les tendances du marketing digital en 2025. Siècle Digital vous livre les points clés de l'étude.

À l'heure où de grands influenceurs comme Léna Situation et Inoxtag encouragent la désintoxication numérique, le marketing digital fait face à de nouveaux défis. S'il faut toujours mieux exploiter l'IA pour atteindre une productivité maximale, il est également central de garder et de développer la dimension humaine. Et, cela autant pour cibler chacune des audiences à travers le monde que pour les fidéliser, notamment en maintenant la cohérence d'un récit de marque.

Pour se retrouver dans les dernières tendances du marketing digital en 2025, le rapport annuel de Brandwatch, le Digital Marketing Trends, apporte des clés aux spécialistes du secteur grâce à une étude à la fois qualitative et quantitative. Dedans, s'y trouvent les points incontournables pour réussir ses campagnes avec quelques conseils. De quoi donner des idées pour vos nouveaux projets de l'année.

Multiplier les collaborations surprenantes pour faire parler en ligne

Selon le Digital Marketing Trends, 36 % des spécialistes du marketing estiment que les collaborations entre entreprises inattendues, comme celle entre la marque de soins Cerave et l'acteur Michael Cera, constitueront une tendance très influente en 2025. Pour cause, la campagne de Cerave, qui jouait avec humour sur les mots, a été visionnée plus de 850 000 fois et la chaîne a été inondée de commentaires. Ainsi, une impression favorable quant à l'image de marque a été donnée.

Cela souligne une analyse du Brandwatch Customer Research qui indique que près de 75 % des 9 millions de mentions associées aux réactions des consommateurs sur les collaborations entre marques font état d'un sentiment positif. Toutefois, au-delà des partenariats entre les entreprises, il ne faut pas hésiter à



miser sur des influenceurs et des personnalités partageant un public cible similaire.

A cela s'ajoute la création de produits en édition limitée, une action qui permet d'exploiter le « Fear of missing out » (Fomo). En français, cela signifie la peur de manquer de quelque chose. Une manière d'attirer les consommateurs dont il ne faut pas oublier d'actionner le levier. En effet, lancer des articles en édition limitée, donc exploiter le Fomo, rend les potentiels clients encore plus vigilants et impatients quant à la découverte des nouveautés de la marque.

C'est ce qu'ont fait e.l.f et Liquid Death en 2024 : l'alliance du maquillage et de l'eau pétillante en créant une boîte de maquillage en édition limitée en forme de cercueil qui permettait aux acheteurs de créer des looks de style Kiss. Le partenariat a été un énorme succès : toutes les boîtes ont été vendues en seulement 45 minutes.

Faire preuve de créativité audacieuse lors d'événements physiques

Afin de renforcer le sentiment de rareté, et donc le Fomo, mais aussi pour encourager la publication de contenus générés par les utilisateurs, l'organisation

d'événements esthétiques et sortant du commun s'impose comme l'une des tendances phares de l'année à venir. Plus de 60 % des spécialistes du marketing interrogés s'accordent à le dire.

« Nous observons de plus en plus d'entreprises et de consommateurs intéressés par la création d'expériences interactives personnalisées et exclusives, qui appartiennent à la marque elle-même plutôt qu'aux grandes plateformes traditionnelles », indique l'un des experts interrogés par Brandwatch.

C'est, d'ailleurs, ce qu'a fait la marque de valise et sacs Béis en proposant un service de « station de lavage » pour sac pendant un week-end. Comme s'ils nettoyaient leur véhicule, les participants ont mis leur article Béis dans une machine à rouleaux. Une fois leur sac lavé, les consommateurs repartaient avec un manuel d'entretien et, idéalement, avec quelques produits achetés. En boutique et sur les réseaux sociaux, le succès a été au rendez-vous. Alors que 67 % des 5,24 millions de mentions liées à des contenus et événements localisés sont perçues positivement, il ne faut surtout pas hésiter à lancer un projet de ce type.

Les communautés pour de nouvelles formes d'opportunités marketing

Au-delà de faire le buzz, le contenu généré par les internautes inspire davantage de crédibilité. La confiance accordée par les consommateurs à votre image de marque en sera renforcée. Afin de servir ce but, les communautés représentent une grande opportunité. Red Bull, qui s'est imposé dans le monde des sports extrêmes, en est un exemple. Un autre est l'ouverture d'un café de l'application de rencontre Bumble à Paris. Conclusion : rassembler les potentiels clients et utilisateurs facilite leur acquisition et leur fidélisation. Nul besoin de rougir si ces moyens paraissent disproportionnés à la taille de votre structure. Vous pouvez aussi vous appuyer sur des groupes de communauté existants, comme un café à la mode. L'essentiel est de trouver ce qui parle à vos abonnés en dehors de votre marque et de faire en sorte de proposer une expérience qui en vaille la peine.

Désintoxication digitale

Proposer la collaboration ou l'événement physique qui fera le tour de la toile, arriver à exploiter les opportunités liées à votre communauté, ne sont que quelques points d'une

stratégie marketing réussie. Il est également primordial de comprendre de nombreux autres axes, notamment l'émergence d'une approche plus modérée des réseaux sociaux. Désintoxication digitale ou déconnexion complète, de nouvelles habitudes se développent et demandent de multiplier les interactions dans la vie réelle.

Cette tendance est également marquée par l'émergence du « téléphone muet », ou « dumb phone », en opposition au smartphone. Entre le 1er octobre 2023 et le 30 septembre 2024, les discussions sur les « téléphones muets » ont augmenté de 43 %. Ces nouveaux défis s'ajoutent ainsi à ceux portant sur une optimisation de l'utilisation IA, mais aussi sur ceux visant la disruption des techniques de Search qui amènent les consommateurs à explorer d'autres alternatives pour accéder à l'information qu'ils recherchent.

HDM et Barbie l'ont bien compris et se sont associés en sortant un téléphone à clapet rose rétro, dépourvu d'accès aux réseaux sociaux, pour aider les consommateurs à réduire leur temps d'écran.

700 spécialistes et 500 millions de discussions analysées

Se saisir de ces enjeux est essentiel pour aborder vos projets 2025 sous le meilleur angle. Pour les découvrir en détail et les comprendre avec des exemples concrets, la lecture du Digital Marketing Trends de Brandwatch est à inscrire sur votre to-do list.

S'appuyant sur des données internes regroupant plus de 500 millions de discussions en ligne, des entretiens avec les experts de Brandwatch et un sondage auprès de plus de 700 spécialistes du marketing, nous vous promettons que cette ressource dégagera des insights exploitables pour éclairer votre prise de décision, toujours appuyés par des exemples.

Siècle digital

Parents

Lutter contre l'addiction précoce des enfants

À 7 ans, les enfants voient le monde avec des yeux pleins d'innocence et de rêves. Ils aspirent à devenir des héros, des médecins, des pilotes et aider leurs parents. Cependant, selon l'Organisation mondiale de la santé, l'âge moyen de la première cigarette en Tunisie est de 7 ans. Cette statistique alarmante pousse plus d'un à s'interroger sur les raisons qui conduisent les enfants à fumer si tôt, les conséquences de cette addiction précoce et les moyens par lesquels les parents et les adultes peuvent protéger les jeunes de cette dépendance.

L'intérêt des enfants pour la cigarette

L'une des principales raisons pour lesquelles les enfants s'intéressent à la cigarette est l'influence de leur environnement. En effet, dans les quartiers populaires, la qualité de vie est souvent médiocre, avec peu d'accès aux activités culturelles et sportives. Cette oisiveté peut mener des enfants à adopter des comportements à risque, tels que le tabagisme. Lorsqu'ils n'ont pas de moyens constructifs pour occuper leur temps, ils sont plus susceptibles de chercher des distractions dans des activités nocives.

De plus, l'exemple des adultes joue un rôle crucial dans cette initiation précoce. Les enfants les imitent souvent et lorsqu'un parent envoie son enfant acheter des cigarettes, cela peut éveiller sa curiosité et l'inciter à essayer de fumer pour se sentir adulte. Les comportements des parents et des adultes influencent fortement les choix des enfants.

En outre, la facilité avec laquelle les enfants peuvent acheter des cigarettes est un facteur clé. La vente de cigarettes aux mineurs est censée être interdite, mais certains vendeurs ne respectent pas la loi et en vendent aux enfants. Cette accessibilité des produits du tabac joue un

rôle crucial dans l'initiation au tabagisme.

Conséquences de l'addiction précoce

Les conséquences de l'addiction précoce au tabac sont nombreuses et graves. Tout d'abord, les problèmes de santé liés au tabagisme sont bien documentés. Le tabagisme à un jeune âge peut entraîner des maladies respiratoires, des troubles cardiovasculaires et un risque accru de cancer. Les enfants qui commencent à fumer tôt sont exposés à des toxines qui endommagent leurs poumons et leur système cardiovasculaire, compromettant ainsi leur santé à long terme.

Par ailleurs, fumer peut affecter le développement physique et mental des enfants. Le tabagisme peut perturber leur croissance et leur capacité d'apprentissage, ce qui peut avoir des répercussions sur leur performance scolaire et leur développement global. Les enfants qui fument sont plus susceptibles d'avoir des difficultés à se concentrer et à retenir des informations.

En outre, les enfants qui commencent à fumer tôt sont plus susceptibles de développer d'autres comportements à risque. Le tabagisme peut être une porte d'entrée vers d'autres dépendances, telles



Les conséquences de l'addiction précoce au tabac sont nombreuses / DR

que l'alcoolisme et la délinquance. Les enfants qui fument sont plus enclins à expérimenter d'autres substances nocives et à adopter des comportements dangereux.

Comment protéger les jeunes de la dépendance ?

Pour protéger les jeunes de la dépendance au tabac, il est essentiel d'appliquer strictement les lois existantes. Les vendeurs qui fournissent des cigarettes aux mineurs doivent être sévèrement sanctionnés. Il est également important de signaler et de sanctionner les parents qui envoient leurs enfants acheter des cigarettes, car ils contribuent à normaliser

ce comportement dangereux.

La sensibilisation et l'éducation jouent également un rôle crucial. Il est essentiel de sensibiliser les enfants dès le plus jeune âge aux dangers du tabagisme. Les écoles doivent jouer un rôle actif en intégrant des programmes éducatifs sur les méfaits du tabac. En informant les enfants des risques associés au tabagisme, on peut les dissuader de commencer à fumer.

Enfin, il est important de promouvoir des modèles positifs pour les jeunes. Les athlètes et autres figures publiques devraient être encouragés à visiter les écoles pour servir de

modèles positifs. Ils peuvent inspirer les enfants à adopter des modes de vie sains et à éviter les comportements à risque. En voyant des personnalités qu'ils admirent rejeter le tabagisme, les enfants peuvent être incités à faire de même.

En immunisant nos enfants contre les fléaux du tabagisme et de l'alcoolisme, nous protégeons les générations futures et renforçons notre société contre toutes sortes de dérives. Il est de notre responsabilité collective de créer un environnement sûr et sain pour nos enfants, où ils peuvent grandir sans être exposés aux dangers du tabagisme.

Chrys Louzany

Chronique «Renaissance»

Une étoile de plus

Se réveiller chaque matin n'est pas une habitude, mais l'oeuvre de la grâce. Le passage d'une année à l'autre est souvent l'occasion de se rendre compte, de façon crue, du fait que la vie n'est qu'un don, un cadeau, une grâce.

Le compte à rebours qui fait la musique qui agréé le passage d'une année à l'autre est l'une des plus belles images qui soient pour se rendre compte à quel point la vie est un cadeau.

Le mois de décembre, si changement de cycle, si accélération du rythme de vie habituel, porté par l'ambiance de la fête, est souvent en sous-marin un mois de grandes épreuves. Les coeurs battent deux fois plus fort, plus vite, pendant que les yeux, les sens, n'aspirent qu'à connaître cette nouvelle année qui vient pour y mettre les pieds.

C'est à ce moment-là qu'on réalise que la vie se vit seconde après seconde car, nombreux sont ceux qui ne parviennent pas à effectuer cette traversée, qui n'en obtiennent pas la



grâce.

Quel choc c'est! Quel choc cela a été pour les familles de voir un de leurs membres tomber un 23, un 27, un 31

décembre à 23 heures. C'est dans ces moments-là qu'on se rend compte que rien ne garantit le souffle de vie et que nul n'est à l'abri du grand départ.

Alors si vous, qui êtes drépanocytaires, vous qui avez cette lourde charge sanitaire avez vu cette nouvelle année naître et la voyez se déployer, bénissez le ciel. Vous avez une étoile de plus sur vos épaulettes, bénissez le ciel. Ne laissez personne vous faire croire que votre vie est moins importante que celle des autres, car parmi ceux qui sont tombés à la porte de 2025, il y avait aussi des gens en bonne santé. La mort ne choisit pas les têtes qu'elle va prendre tout comme la vie est un cadeau offert à tout le monde. À vous de rendre votre souffle important en ce bas-monde, battez-vous pour vos convictions, pour que votre voix compte afin d'apporter plus de lumière en ce monde.

Princilia Pérès

Interview

Romain B. Samba « Nous voulons que la rumba soit pérennisée »

Président de l'Association des maîtres de chant (AMC), Romain Bouesso Samba est l'initiateur du projet de transcription musicale de la rumba congolaise. Musicien professionnel, inspecteur d'éducation musicale, chargé de cours à la Faculté des lettres, arts et sciences humaines de l'Université Marien-Ngouabi, il pense que pour la conservation et la pérennisation de la rumba, il est important de la transcrire sur du papyrus afin de la numériser et la ventiler à travers le monde. Entretien.

Les Dépêches du Bassin du Congo (L.D.B.C.) : Pourquoi l'AMC ?

Romain Bouesso Samba (R.B.S.) : L'AMC n'est qu'un regroupement des sachants de la musique. Mais pas n'importe quel sachant. Ce sont des enseignants issus des écoles de formation musicale, c'est-à-dire de l'École nationale des beaux-arts. Il n'y a pas que cette école, il y a aussi l'Académie des beaux-arts aujourd'hui appelée Académie des sciences et des arts du Congo. Ces professeurs se sont retrouvés donc en association. Nous ne nous arrêtons pas là, nous avons également associé les dirigeants des chorales, ceux qui ont appris au séminaire et qui ont des connaissances en musique avec qui nous avons formé un bloc.

L.D.B.C. : Quels sont les objectifs de l'AMC ?

R.B.S. : En créant cette association, nous voulons contribuer au développement socio-culturel de notre pays et donner un plus à ceux qui connaissent déjà par le renforcement des capacités des jeunes musiciens. Certes, nous

sommes encore en vie mais nous voulons que notre musique soit pérennisée. Cela n'est possible que par la formation des jeunes. C'est la mission que nous nous sommes donnée pour qu'à leur tour qu'ils la pérennisent et la vulgarisent, parce qu'il y a une espèce qui tend à disparaître...

L.D.B.C. : Quelle est cette espèce alors qui tend à disparaître ?

R.B.S. : Restons dans notre thème qui est la rumba. Cette musique tend à disparaître. Seulement, nous avons toujours l'impression qu'elle est encore là. Oui, grâce à des artistes comme Roga Roga; mais les anciens sont décédés. La plupart des morceaux des anciens sont enregistrés sur des supports vinyles. Malheureusement, ce support est aujourd'hui mal entretenu, et quand vous vous mettez à reproduire le son, il n'est plus fiable. Alors, pour garder la fiabilité de cette sonorité, il faut se servir des nouvelles technologies de l'écriture musicale. Nous, nous les avons parce que nous les avons acquises dans des écoles de formation (...).



Ce sont ces connaissances que nous allons transmettre aux apprenants pour qu'ils écrivent cette musique. C'est pour que la rumba ne puisse pas disparaître et soit transcrite sur du papyrus. Là, elle ne pourra plus disparaître.

L.D.B.C. : C'est quoi la transcription en musique ?

R.B.S. : Transcrire, c'est mettre sur note une mélodie existante. On écrit une portée, on place des notes dessus. L'avantage de la transcription, c'est que les notes ne changeront jamais. Ce qui fera que le son reste conforme. Une fois écrit sur une partition, il n'y aura pas

que la voix. Il y aura aussi les guitares, les cuivres, les instruments à cordes et les percussions. Après quoi, on peut la ventiler. Au cours de ce séminaire qui prend fin le 25 janvier, nous allons faire un coffret qui va contenir une vingtaine de morceaux. Une fois transcrits sur papyrus, nous les mettrons sur l'ordinateur pour les numériser. Ce livre sera déposé au ministère de l'Industrie culturelle, touristique, de la création artistique et des Loisirs qui le conservera, car c'est un patrimoine national et non privé.

L.D.B.C. : Est-ce la seule façon de conserver et de pérenniser la rumba ?

R.B.S. : Les autres moyens sont traditionnels. Lorsque l'on veut conserver un morceau, on allait au studio pour le mettre sur support vinyle et cassette, CD ou clef USB à l'époque. Mais ces méthodes changent au jour le jour. Or, la méthode la plus fiable est le papier (...) C'est ce qui va justifier le patrimoine immatériel de l'Unesco. Avec ce que nous sommes en train de faire, nous pourrions ventiler cette musique plus loin, très

loin de nos frontières.

L.D.B.C. : Pour finir...

R.B.S. : Nous avons besoin davantage de sponsors pour la réussite de ce travail scientifique qui va durer un mois et demi. Je salue le dévouement très expressif de M. Maurice Bouesso, coordonnateur stratégique et opérationnel de l'AMC. C'est grâce à son implication que nous parvenons à matérialiser ce projet. J'exprime aux panelistes notre profonde reconnaissance, en l'occurrence le professeur titulaire Édouard Ngamoundsika, le Dr Charles Bouétoum et l'enseignant d'éducation musicale Charles Bayekoudila. Je tiens à remercier Mme Marie-France Lydie Hélène Pongault, ministre de l'Industrie culturelle, touristique, artistique et des Loisirs pour avoir accepté de parrainer cet événement. Je remercie aussi M. Arthur Mambisa pour son soutien, ainsi que les sociétés Comptoir d'électricité du Congo et Vival pour leur sponsoring.

Propos recueillis par Achille Tchikabaka

Les souvenirs de la musique congolaise

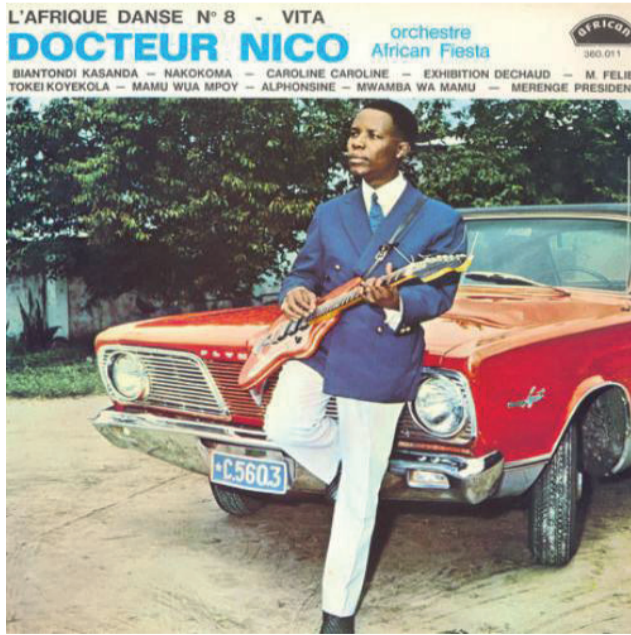
Dr Nicolas Kasanda, une éternelle icône et génie de la musique congolaise

Grâce à son cousin Tino Baroza, un des meilleurs guitaristes congolais qui lui apprit à jouer à la guitare, Dr Nico, durant son parcours, a exercé une forte influence sur toute une génération de guitaristes tels que Guyvano, Athel, Dizzy Mandzieku, Mavatiku Michélino, Gerry Gérard et autres.

Né le 7 juillet 1939, à Mikalayi, dans la province du Kassaï, en République démocratique du Congo, Nicolas Kasanda Wa Mikalay, dit Nico Mobali puis Dr Nico fréquente une école primaire professionnelle de Kinshasa, dans la section mécanique d'où il en sort avec un diplôme de tourneur. Deux ans après, il enseigne dans une école professionnelle avant d'opter définitivement pour la musique. La guitare est son instrument de prédilection et bénéficie d'une solide formation grâce à son cousin Emmanuel Tchilumba Wa Boloji Aka alias Tino Baroza, son maître spirituel. A 17 ans, sous la houlette de son frère Charles Mwamba Aka dit Dechaud (guitariste), Nico intègre l'African Jazz de Joseph Kabaselé où il enregistre son premier 45 tours comme soliste aux éditions Opika, titre «Témbé nyé». Par la suite, le patron des éditions Opika ayant remarqué ses talents et désirant le retenir dans son écurie (orchestre maison) lui offre une bicyclette et sa première guitare. De fil en aiguille, Nico va finalement s'imposer comme soliste patenté au sein de l'African Jazz.

Lors de la table ronde de Bruxelles, en Belgique, où se retrouvèrent des hommes politiques de l'ex-Congo belge pour négocier l'indépendance de ce pays auprès des autorités belges, l'African Jazz agrémenta la cérémonie. Nico marquera de ses riffs de guitare sophistiquée l'album «Indépendance cha cha», souvent considéré comme le premier disque à succès panafricain et qui a contribué à populariser la rumba congolaise. En 1963, suite à la contestation de la gestion peu orthodoxe de Joseph Kabaselé, Nico et Tabu Ley Rochereau quittent l'African Jazz et fondent l'African Fiesta d'où naîtront plus tard, en 1966, l'African Fiesta National de Rochereau et l'African Fiesta Sukissa de Nico. Ceci suite à un conflit de leadership entre les deux.

De 1966 à 1970 sont les années fastes de l'orchestre African Fiesta Sukisa. Sous la férule du Dr Nico et des grands chanteurs tels que Apôtre, Mizélé, Chantal, Lessa Lassan et Josky Kiambukuta, l'African Fiesta Sukisa est au faite de la gloire. Il



devient l'un des groupes les plus populaires de la scène musicale congolaise, excellent dans un rythme traditionnel de la région du kassaï, «Le mutuachi», avec une section rythmique composée de Georges Arnaud (batterie), Luningu (guitare basse), Dechaud (guitare accompagnement), et les envolées rythmiques de la guitare du Dr Nico. Les titres sublimes, à savoir «Ngahula», «Nico a lekaki», «Bougie ya motema», «Ma-

rie Pauline», «Sanza zomi na mibale» ou encore «Bolino ya sens unique», «Sadi na boyi masumu», «Bolino ezali pona kissi té» popularisent la rumba congolaise et émerveillent les mélomanes du Pool Malebo.

En 1972, l'African Fiesta Sukisa connaît des difficultés et c'est la descente aux enfers. Au début des années 1980, Nico tente en vain de retrouver le haut de l'affiche dans l'Afrisa de Tabu Ley et l'orchestre les Redoutables d'Abeti Masikini. Son ultime tentative pour remettre l'African Fiesta Sukisa à flot échoue. A signaler également la collaboration avec la chanteuse Lucie Eyenga qui sera de courte durée.

Atteint par la maladie au cours de l'année 1985, celui que l'on considère comme une véritable légende de la guitare classique congolaise sera transporté d'urgence, grâce à la couverture médicale accordée par la présidence de la République aux artistes (accordée très tardivement), le 22 septembre 1985, à l'hôpital Saint Luc de Bruxelles où il décède dans la nuit de son admission. A noter que Dr Nico était l'un des deux grands guitaristes congolais et son plus grand rival était Franco Luambo Makiadi, leader de l'orchestre TP Ok Jazz. Ils étaient tous les deux des artistes innovants et très passionnés par la guitare, créateurs de deux styles qui sont les fondements de la musique congolaise, à savoir le style African Jazz avec Nico, et le style Ok Jazz avec Franco que de nombreux guitaristes et artistes du Pool Malebo ainsi que du continent continuent de s'inspirer aujourd'hui.

Dr Nico, au cours de son parcours musical, a produit des œuvres de bonne qualité artistique ponctuées par des envolées rythmiques de sa guitare dont lui seul détenait le secret. C'est à juste titre qu'il était surnommé par les fans et mélomanes «Dr Nico, dieu de la guitare».

Auguste Ken Nkenkela



AGENCE D'INFORMATION D'AFRIQUE CENTRALE

LES DÉPÊCHES
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER
DE KINSHASA

LES DÉPÊCHES
DU BASSIN DU CONGO

ADIACTV

L'ACTUALITÉ AU QUOTIDIEN

ADIACTV NEWSLETTER

L'information du Congo et de sa région en un **CLIC**



Identifiez-vous gratuitement pour recevoir la newsletter et restez informés des principaux faits marquants de l'actualité.



SCANNEZ
LE QR CODE

ABONNEZ-VOUS GRATUITEMENT

www.adiac-congo.com/content/newsletter

Brazzaville 84, boulevard Denis-Sassou-N'Gusso

Brazzaville - République du Congo

(+ 242) 05 532 01 09

info@lesdepechesdebrazzaville.fr

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'a-



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

ADIAC

Toute l'actualité
Du Bassin du Congo
EN VIDÉO



LES DÉPÊCHES
DE BRAZZAVILLE

LE COURRIER
DE KINSHASA

+336 11 40 40 56

info@adiac.tv

84, boulevard Denis-Sassou-N'Guesso
Brazzaville - République du Congo

www.adiac.tv



Mémoire

Six astuces pour mieux apprendre

La mémoire sémantique nous permet d'apprendre une langue, mémoriser des connaissances sur le monde, manipuler des concepts. Bien apprendre, c'est parvenir à ancrer ces informations et savoir les réactiver le moment venu. Mathieu Hainselin, neuropsychologue, invité par l'Observation B2V des Mémoires, présente six techniques pour booster sa mémoire.

La mémoire est une fonction qui nous permet d'intégrer, conserver et restituer des informations. L'Inserm distingue cinq systèmes de mémoire interconnectés et impliquant des réseaux neuronaux distincts.

La mémoire procédurale est celle des automatismes. Elle nous permet de marcher, jouer du piano, faire du vélo sans avoir besoin de le réapprendre. La mémoire perceptive, elle, s'appuie sur nos sens. Elle permet de retenir des images, des bruits, des odeurs... Ces deux types de mémoires s'activent de manière inconsciente et nous permettent de faire plusieurs choses à la fois.

La mémoire de travail ou mémoire à court terme est la mémoire du présent, celle que l'on utilise le plus. Les informations qu'elle véhicule, le nom d'une personne qu'on rencontre, une adresse où on doit se rendre, sont rapidement effacées ou stockées dans la mémoire à long terme.

La mémoire épisodique est une mémoire autobiographique. Elle nous permet de nous souvenir des moments que nous avons vécus et de nous situer dans le temps et l'espace. Reste la mémoire sémantique,



celle des apprentissages, du langage, de la connaissance du monde. Elle nous permet d'apprendre tout au long de la vie. Encore faut-il savoir apprendre. Mathieu Hainselin, neuropsychologue et maître de conférences à l'Université de Picardie, livre à l'Observatoire B2V des Mémoires, 6 conseils pour favoriser la mémoire durable :

1 – Apprendre sur un temps long (si possible)

Il s'agit de la technique dite de l'espacement : répartir le même nombre d'heures d'apprentissage sur une plus longue période plutôt que

tout concentrer sur une période de quelques jours avant l'échéance. Le bachotage n'est donc pas une bonne idée pour une réutilisation des connaissances après l'examen. « En espaçant les séances d'apprentissage, on renforce la mémoire, rendant les révisions moins laborieuses et plus efficaces à long terme. »

2 – Se tester régulièrement

Tester régulièrement sa mémoire, avec des fiches par exemple, permet une récupération active. « Plus on s'entraîne à retrouver une information, plus celle-ci s'ancre du-

blement dans notre esprit ». Et plus, il sera facile d'activer ce processus lors d'un examen.

3 – Apprendre en groupe

Le travail en groupe renforce la motivation et met en place une dynamique sociale positive. « Cette interaction réduit le stress, car elle se déroule dans un cadre plus détendu et convivial et encourage la régularité : lorsqu'un membre du groupe est motivé, il entraîne les autres. »

4 – La technique de la page blanche

La technique de la page blanche consiste à écrire tout ce dont on se souvient concernant un sujet. Et ce sans aucun support écrit ou visuel. Outre le bilan sur son niveau de connaissances, « en écrivant sans références, on parvient à identifier facilement les concepts bien maîtrisés, que l'on retrouve aisément, ainsi que les points plus faibles, qui demandent un travail supplémentaire ».

5 – Ecouter, lire, regarder, parler,

débattre... multiplier les modes d'apprentissage

C'est l'apprentissage multi-modal. L'idée est de multiplier les chemins d'accès à une information pour qu'elle s'ancre durablement et permette de la restituer plus facilement. Lire un texte, parler du sujet avec un collègue ou ami, observer un schéma, écouter un cours magistral ou un podcast... Toutes ces voies d'accès forment un réseau de mémorisation riche et complexe. « Ainsi, même si un chemin est obstrué par la fatigue, le stress ou autre, il reste d'autres voies à explorer. »

6 – La créativité au service de l'apprentissage

Il s'agit d'associer les connaissances à acquérir à des images mentales, une histoire qu'on invente, des moyens mnémotechniques propres à soi. Le processus d'apprentissage devient plus personnel, efficace et parfois, plus ludique. Associer des éléments qu'on a soi-même créés permet d'ancre durablement la connaissance mais aussi de la récupérer plus facilement.

Destination Santé

Psoriasis

Les idées reçues ont la peau dure

Le psoriasis, voici une maladie trop souvent entourée d'idées reçues qui peuvent impacter profondément la vie sociale et professionnelle des patients. Alors que ce 29 octobre s'est tenue la Journée mondiale dédiée à la maladie, c'est le bon moment pour faire le point avec l'aide de l'association de patients France Psoriasis et du Pr Denis Jullien, dermatologue aux Hospices civils de Lyon.

On entend souvent dire que le psoriasis serait d'origine psychologique.

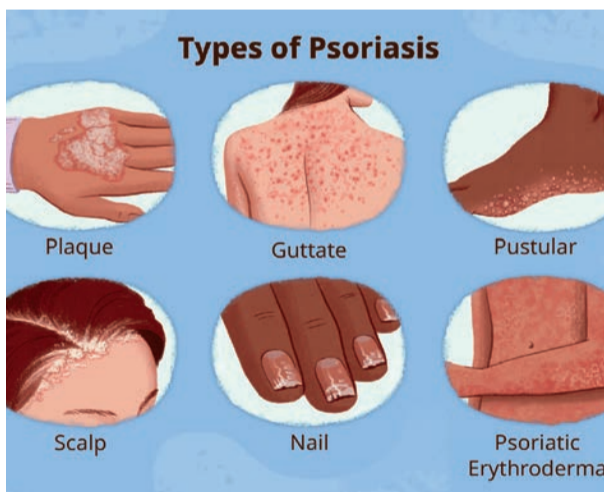
« Il s'agit d'un dérèglement immunitaire qui entraîne une accélération du renouvellement de l'épiderme », précise le Pr Denis Jullien. « Le psoriasis est une maladie inflammatoire de la peau qui a une origine immunologique et une prédisposition génétique... Bien que de nombreux patients rapportent que leur état s'aggrave lors de périodes de stress, il est donc important de souligner que la cause fondamentale du psoriasis n'est pas psychologique ».

Certains pensent que le psoriasis est contagieux. Et d'ailleurs, en présence d'une personne atteinte par le psoriasis, 35 % des Français* déclarent qu'ils tenteraient d'éviter tout contact physique.

« C'est totalement faux », insiste Bénédicte Charles, présidente de l'Association France Psoriasis. « Cette idée reçue est particulièrement tenace et participe largement au phénomène d'isolement des patients. En effet, les gens s'éloignent la plupart du temps d'une personne souffrant d'un psoriasis pensant à tort que c'est contagieux. Et ça n'est pas parce plusieurs membres d'une même famille sont touchés par le psoriasis qu'il s'agit d'une maladie contagieuse ! Je pense qu'il est important d'ajouter qu'il ne s'agit pas non plus d'un problème d'hygiène, autre idée reçue bien ancrée... »

Le psoriasis ne serait pas une maladie grave.

« C'est faux. La maladie peut avoir un impact significatif sur l'image de soi », explique Bénédicte Charles. « C'est d'autant plus vrai lorsque la maladie survient à un âge jeune, pendant la période de construction de l'identité. Par ailleurs, dans les formes modérées à sévères, le psoriasis pèse fortement sur la qualité de vie. Certaines zones où peuvent siéger les plaques de psoriasis ont un impact psychosocial beaucoup



plus fort, comme le visage ou les mains. »

Les traitements du psoriasis considérés comme contraignants.

« Si le psoriasis léger peut être moins contraignant que les formes plus sévères, les traitements qui lui sont liés, notamment les topiques, comme les crèmes à appliquer peuvent être, elles, assez contraignantes », précise le Pr Jullien. « D'autant plus qu'elles doivent être utilisées quotidiennement ». « Pour les cas plus graves, des biothérapies modernes permettent de vivre sans lésions, avec des injections sous-cutanées quatre fois par an. Il existe aussi des traitements par voie orale. »

Une association au plus près des patients

L'Association France Psoriasis qui a fêté ses 40 ans, l'année dernière, a été fondée par une patiente. Son objectif principal est d'offrir du soutien et des informations, à travers notamment son site internet : <https://francepsoriasis.org/>. Sa mission consiste également à améliorer le parcours de soins des patients et à soutenir la recherche.

Asthme, allergies

Les dangers de l'encens

L'encens est utilisé depuis des millénaires dans de nombreuses cultures pour des pratiques religieuses, culturelles, ou tout simplement pour parfumer une pièce. Mais une étude présentée lors de la réunion annuelle de l'American College of Allergy, Asthma and Immunology alerte. La combustion d'encens peut présenter des risques significatifs pour la santé, en particulier chez les personnes souffrant d'allergies et d'asthme.

A Boston, lors de la réunion annuelle de l'American College of Allergy, Asthma and Immunology (ACAAI), des scientifiques ont présenté un cas surprenant. Celui d'une femme de 87 ans présentant des antécédents d'asthme et de BPCO, sous oxygénothérapie et qui présentait un essoufflement inexplicable. Ses médecins ont découvert qu'elle faisait quotidiennement brûler de l'encens pour rendre hommage à ses ancêtres. Ils lui ont alors conseillé d'arrêter cette pratique, mais face à son refus, ils lui ont proposé l'utilisation d'encens électrique. Cette alternative – qui ne nécessite pas de combustion – a permis une amélioration significative des symptômes. « La combustion d'encens présente des risques pour la santé, notamment des maux de tête, des troubles respiratoires et des réactions allergiques », notent les auteurs. « Les fumées d'encens contiennent du carbone, du soufre, des oxydes d'azote ainsi que du formaldéhyde et d'autres composés volatils aromatiques polycycliques qui sont cancérigènes. Par gramme brûlé, les particules générées par l'encens sont de 45 mg contre 10 mg pour les cigarettes. »

Un danger pour l'entourage

Le Dr Mary Lee-Wong, allergologue et membre de l'ACAAI, souligne que l'exposition à la fumée secondaire d'encens peut entraîner des conséquences sur la santé des membres de la famille, y compris les enfants. Et à l'instar de la fumée de cigarette, les résidus de fumée d'encens peuvent persister sur les meubles et les vêtements pendant des mois. Cette étude met en lumière la nécessité de sensibiliser le public aux dangers de l'encens. Tout en proposant des solutions pour concilier pratiques culturelles et santé. A savoir l'utilisation d'encens électrique ou de diffuseurs d'arômes. Sans oublier d'aérer régulièrement les habitations et de limiter le temps de combustion.

D.S

D.S



LIBRAIRIE LES MANGUIERS

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

Un Espace de Vente

Une sélection unique de la
LITTÉRATURE CLASSIQUE

(africaine, française et italienne)

*Essais, Romans, Bandes dessinées,
Philosophie, etc.*



Un Espace culturel pour vos Manifestations

Présentation des ouvrages, Conférences-débats, Dédicaces
Emissions Télévisées, Ateliers de lecture et d'écriture.



Brazzaville : 84 bd Denis Sassou N'Guesso
immeuble les Manguiers (Mpila), Brazzaville
République du Congo

Horaires d'ouverture:

*Du lundi au vendredi (9h-17h)
Samedi (9h-13h)*



Plaisirs de la table

5 étoiles pour la chikwangue (kwánga)

En se référant sur la fréquence de l'alimentation sur une semaine d'un congolais, on peut affirmer, qu'on ne se passe pas du manioc dans les habitudes alimentaires au Congo. Il n'est donc pas étonnant que l'un des aliments dérivés de ce produit, la chikwangue soit un incontesté du système alimentaire congolais.

En effet, le pain de manioc communément chikwangue ou kwánga en lingala est la star des accompagnements de mets dans les deux Congo. A Brazzaville comme à Kinshasa, il se mange presque à toutes les sauces. Emballé dans des feuilles de marantacées, on la prépare habituellement en pain d'environ 750 grammes. Sur les étals des marchés et dans les quartiers de Brazzaville, il est vendu à partir de 50 francs CFA.

Généralement coupé en tranches rondes avant d'être servi dans les assiettes, les formes de chikwangue les plus consommées à Brazzaville sont le « nguri-yaka », grosse chikwangue de 5 à 9 kg, habituellement produite

dans les milieux ruraux du Sud et du centre du pays ; et le « moungwélé », originaire des régions rurales du Nord du pays, mais largement utilisé dans la plupart des grands centres urbains.

La transformation du manioc en bâton est une tâche ardue qui nécessite une main d'œuvre entièrement dédiée. Le tout part avec de bons et sains tubercules, qu'il faudra récolter parfois en une ou deux jours. Ensuite, il faut enlever la peau des tubercules récoltés et cela peut prendre aussi un à deux jours, selon la quantité de manioc que l'on veut avoir. Après, il faut tremper les tubercules dans des tonneaux d'eau et les laisser rouir pendant plus d'une semaine, ensuite les sortir et les laver correctement tout en



les débarrassant de certaines fibres inutiles.

Puis vient la transformation de ces tubercules en pâte de manioc en les malaxant avec des pétrins spéciaux. La pâte ainsi obtenue doit aller au feu pour être transformée toute chaude après un nouveau malaxage. Et ce n'est qu'après ce malaxage qu'on arrive à la formation des pains de ma-

nioc, qui sont ensuite placés dans des grandes marmites pour la cuisson finale. L'atout majeur de la chikwangue est de pouvoir être conservée plusieurs jours après sa préparation.

Cette brève présentation n'est pas exhaustive, il existe plusieurs variantes de chikwangue à travers le Congo et dans certains pays

d'Afrique ; à l'instar du « bobolo » au Cameroun, de « l'agnizock » au Gabon ou de « boule gozo » en centrafricaine. Les noms vernaculaires varient selon les régions où l'on retrouve ces différents pains de manioc.

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

!Samuelle Alba

RECETTE

Les feuilles de manioc aux haricots (Ntsaka Madesu)

INGRÉDIENTS

1 botte de feuilles de manioc ou 1 sachet de 500g de feuilles de manioc moulues
500g d'haricot blanc
1 bouquet de ciboulette
2 oignons
1 piment vert (facultatif)
2 poivrons verts
225g d'huile de palme ou d'arachide
4 gousses d'ail
1 cube magie (facultatif)
Sel

PRÉPARATION

- Plonger les haricots la veille avant de les faire bouillir avec une pincée de sel jusqu'à ce qu'ils soient tendres
-Pendant ce temps apprêter les feuilles de manioc (moudre ou piler) avec quelques tiges de ciboulettes, un oignon, un poivron vert, un piment vert et deux gousses d'ail
-Une fois les haricots bouillis, jeter l'eau qui a servi à bouillir
-Dans une casserole, placer les haricots bouillis y ajouter les feuilles de manioc préalablement moulues ou pilées. Y ajouter de l'eau (2 verres ou plus) et du sel
-laisser cuire jusqu'à ébullition pendant environ 1 heure
- Dans une poêle verser l'huile de palme ou d'arachide, laisser chauffer pendant 2 minutes, y ajouter l'oignon restant, le poivron, les tiges de ciboulettes ciselées et les deux gousses d'ail restantes puis

laisser cuire plus ou moins 5 min

- Verser la préparation dans la marmite et remettre

ASTUCE



à cuire à nouveau pendant 1 heure ou plus jusqu'à la cuisson des feuilles du manioc, qui tendront du vert gazon au vert kaki une fois cuites. Ajouter le cube magie quelques minutes avant la fin de la cuisson pour relever le goût. Il ne vous reste plus qu'à dresser la table.

Ce plat se mange avec du poisson, de la viande ou du poulet, accompagné de la chikwangue, du riz ou du pain.

Bon appétit !

Samuelle Alba

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

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

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°213 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°226 •

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

MOTS CASÉS 10X13 - N°188

2 LETTRES
CE - ET - IP - LE - LU - MA - ME - OC - ON - RE

3 LETTRES
AXE - EMU - FER - FOC - OSE - PLI - REA - REZ - ROI - UNE

4 LETTRES
AERE - AREC - AUGE - AZUR - CERF - CEUX - CHEF - DECU - ELFE - HEIN - ROUE - SERT - SEXE - TOLE

5 LETTRES
AIGRE - AMUSE - EMULE - EPRIT - ERSES - ESTER - NOCES - RECEL - THEME

6 LETTRES
AMORCE - AORTES - EFFACE - ESPECE - EXERCE - HATERA - HERPES - SPARTE - TRAHIE - TRAUMA

JOLIE FLEUR IL SOUFFLE DANS L'OR CHÊTRE	OUBLIA VERBALE	BALAN GÉRENT POUR ATTIRER L'ATTENTION	MYTHE ENGLOUTI QUI N'A PLUS COURS	AUX ORDRES DU CAPOBAL	FOIE ORGANES DIGESTIF
VERRE EN BOULE CORRIGERA				DERRIÈRE	
				ENTOURE LA GOSHA POUR EMBARQUER	
PRONOM PERSONNEL MEMBRE DE LA SECTE	LEVER SON VERRE DOSSIMÉ				
			EXÉCUTA		ÉTENDANT
NOUVEAU DELAI	CHEVAL MYTHIQUE	NYMPHE ÉCLATS DE VOIX			CONDITION
			ASSEMBLER AU JAPON PROVENÇAL		
BIENTÔT CHAIVE	MÈCHE REBELLE BEURSE MAIS PAS TROP	NEGATION		CHAPITEAU	ASTATE AU LABO ONZE A MARSEILLE
				BORDON GAZEUSE ATTRIBUT ROYAL	
DEVIN GROS CHAGRIN			IL SE RECHAUFFE RECOM PENSE		
					CANTON SUISSE
					BRAME
DÉMONSTRATIF EXCLAMATION	JEU DE PRONS	TENTER LE COUP COULE PEU			
	NOIR ET BLANC			ON Y MET SA VOIX	
MOITÉ AU LIT					DIVINTE

SUDOKU • GRILLE N°140 • DIFFICILE

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

- | | | |
|-----------|----------|----------|
| ANECDOTE | EBENISTE | RAMPER |
| APTERYX | ENGRAIS | SARDINE |
| AVALANCHE | FAYOT | SCALPEL |
| BIERE | FLOCON | SCORBUT |
| BIZARRE | FLUIDE | SESAME |
| BONZE | GOEMON | SIPHON |
| BOULET | GOUFFRE | TOURBE |
| BUCHER | GREFFE | TROLLS |
| BUVARD | HOUILLE | VARLOPE |
| CANTATE | KIRSCH | VESTON |
| CHALUTIER | LEZARDE | ZAPPETTE |
| CORNUE | MOBILE | ZIGZAG |
| DECLIC | ONGUENT | ZINZIN |
| DIATOMÉE | PIMENTER | |

SUDOKU • GRILLE N°151 • FACILE

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

SUDOKU • GRILLE N°151 • FACILE

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

A cœur ouvert

« La paille et la poutre »

Les enfants sont d'un charme fou. Ils se disputent incessamment, la plupart du temps, pour un « oui » ou pour un « non ». Le plus souvent, l'un d'entre eux se détache du groupe et vient « réclamer » l'autre pour une bêtise qu'il aurait faite, un mal qu'il lui aurait spécifiquement fait à lui.

Quand on était petit, on aura quand même fatigué les parents, il faut le reconnaître, pour toutes les bêtises qu'on a faites. Mais surtout pour le bruit. Être parent, ça demande du cœur, un cœur gros, grand comme le monde. Dans le petit bruit que nous faisons, il y avait de « Untel m'a fait ceci », « Untel m'a fait cela ».

En tout cas, les parents ont souffert. Aussi étrange que cela puisse paraître, ces comportements se poursuivent jusque chez les adultes. S'il n'y a plus de père ou de mère chez qui se plaindre, il n'en demeure que les adultes ont

la petite manie de salir le nom, l'intégrité voire la réputation de leurs proches, même des gens qu'ils ne connaissent pas bien ou juste à peine chez d'autres personnes dans le seul intérêt de déverser leur spleen sur un parfait bouc-émissaire ou de manière plus intentionnelle de lui faire un mal voulu, pensé et acté. Mais parfois, il y a un retour de bâton.

Parfois, il se trouve que ça ne passe simplement pas, que la personne en face n'est pas digne de prétendre au rang de bouddha et vous fera subir ce à quoi vous n'étiez psychologiquement pas préparé. Comme l'insulte d'un enfant à l'adulte, il

y a des personnes venant desquelles on ne s'attend pas à une réaction, à la moindre réaction mais quand elle vient, elle est amère. Et voilà comment commencent les escalades et que l'on trouve des raisons « évidentes » d'affirmer que la personne qu'on a délibérément blessée n'était effectivement pas la bonne. Mais avant de penser et si on le pense vraiment, et de chercher à retirer la paille dans l'œil de son voisin, pourquoi ne pas chercher de retirer en amont la poutre dans son propre œil ? Les actions et les réactions des autres viennent-elles vraiment de nulle part ?

Princilia Pérès

HOROSCOPE

Bélier
(21 mars - 20 avril)

Vous reprenez confiance en vous et vous montrez en totale maîtrise des événements. Vous faites un tri parmi les personnes qui viennent à vous et saurez être ferme. Une nouvelle page s'ouvre, vous voilà plus apaisé.

Lion
(23 juillet-23 août)

Vous avez tendance à vous emballer et agir vite mais il vous faudra miser sur la prudence cette semaine, surtout dans le domaine relationnel. Prenez soin de vous et soyez indulgent, vous n'en serez que plus heureux.

Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vous pourriez vous sentir malmené dans une situation qui vous échappe. Vous saurez dépasser cette perte de confiance si vous choisissez mieux vos interlocuteurs. Vous apprendrez beaucoup de cette période.

Taureau
(21 avril-21 mai)

Dans le domaine sentimental, vos doutes vous empêchent d'avancer dans la direction que vous voulez et vous pourriez vous retrouver dans une impasse. Vous serez redoutable en affaires, c'est le moment de négocier.

Vierge
(24 août-23 septembre)

Une rencontre vous fera voir les choses complètement différemment, tant dans le domaine professionnel qu'amoureux. Préparez-vous à de gros changements et à vous ouvrir à de nouvelles perspectives.

Verseau
(21 janvier-18 février)

Une situation pourrait vous sembler conflictuelle mais vous avez fait votre part de travail, ce sera à l'autre parti de venir vers vous. Vous trouverez du temps pour enfin vous poser et prendre le recul nécessaire pour mieux aborder les choses.

Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vous êtes sous le feu des projecteurs. Des rencontres vous font avancer vers l'endroit où vous devez être, vous êtes dans une grande phase de changement et de progrès. Votre famille sera un refuge inébranlable.

Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous vous dépassez chaque jour un peu plus et faites preuve d'un courage sans faille. Cette semaine, vous franchissez des étapes importantes et consolidez vos relations. De beaux projets vous tendent les bras.

Poisson
(19 février-20 mars)

Vous trouvez un peu de répit dans les jours qui arrivent, particulièrement si vous œuvrez en équipe. Vous pourrez vous reposer sur vos partenaires et lâcher prise. De belles surprises vous donneront une nouvelle énergie.

Cancer
(22 juin-22 juillet)

La sagesse de vos proches mêlée à vos intuitions vous guidera dans vos prises de décisions. Vous verrez les choses évoluer dans le bon sens et vos efforts payer. Faites-vous confiance, de belles perspectives vous attendent.

Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Vos actes dépassent parfois vos pensées et blessent les personnes qui vous approchent. Certaines situations vous rattrapent et vous amènent à regretter votre attitude. Les remords ne vous feront pas avancer mais vous pourriez les exprimer.

Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous êtes animé par une énergie rare et vous serez prêt à en découdre. Vous tendrez les bras à de grandes aventures. Votre ciel amoureux est au beau fixe, les célibataires feront une belle rencontre.

PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE
12 JANVIER 2025

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

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	OUENZÉ Pharmacies de jour Béni (ex-Trois martyrs) Marché Ouenzé Rosel Relys Pharmacies de nuit Sophiana Désir Tsieme (ex Galesy) Ebina Boueta Mbongo Coronella
BACONGO Pharmacies de jour Tahiti MG Eve Blanche Gomez Pharmacies de nuit Sandza Prosper Commission La Glacière	TALANGAI Clème Marché Mikalou Yves Pharmacies de nuit Esplanade Saint Robert Galy Jaque Rufin Père Emerauce Immaculé Eckodis Louanges Lycée T.Sankara Croix Saïte
POTO-POTO Pharmacies de jour Centre (CHU) Mavré Franck Continental Pharmacies de nuit Péniel	MFILOU Pharmacie de jour Santé pour tous Pharmacies de nuit El Rodriguo Ô Océanne Bethesda Nuit Exode
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	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