

# LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

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

N° 284 - VENDREDI 9 AU JEUDI 15 AOÛT 2024

## CINÉMA

# Aude May nominée aux Sotigui Awards

L'actrice congolaise Aude Magelou Mayoungou Mboyo ou Aude May de son nom d'artiste est sélectionnée dans la catégorie Meilleur espoir africain en fiction pour sa brillante collaboration dans le film « Attente » de Divana Cate Radiamick. La nomination intervient dans le cadre de la 9e édition des Sotigui Awards, prévue du 13 au 16 novembre prochain à Ouagadougou, au Burkina Faso.

PAGE 3



## LITTÉRATURE

# En perspective, « Chœur à corps avec Franco »



Initié par l'écrivain congolais Blaise Ndale, «

Chœur à corps Franco » est un projet en hommage à Luambo Makiadi, grand artiste musicien qui s'est affirmé comme l'une des plus remarquables personnalités de la rumba congolaise, rivalisant ainsi avec les autres de son époque. « Chœur à corps avec Franco » rassemblera des nouvelles inédites autour de la vie et l'œuvre de Franco. **PAGE 7**

## DISTINCTION

# Auriac Boubelo récompensé



Arrivé au terme de son cursus universitaire en Tunisie, Auriac Boubelo a regagné son Congo natal il y a quelques jours. Avant de quitter la terre tunisienne, il a été auréolé d'un certificat d'honneur et d'une médaille du Chevalier du mérite pour son implication en tant que président de l'Association des étudiants et stagiaires congolais en Tunisie (AESCT). **PAGE 3**

## SPORT DE TRAVAIL

# L'ARTF remporte le tournoi



Les efforts de l'équipe de football de l'Agence de régulation des transferts de fonds (ARTF), sous l'impulsion de son directeur général, Basile Jean Claude Bazebi, ont payé après avoir survolé le tournoi de football organisé du 18 mai au 28 juillet par la ligue départementale de sport de travail de Brazzaville. La sélection de l'ARTF a reçu avec honneur son trophée, le 28 juillet. **PAGE 13**

## PROMOTION

**Mohammed  
Rufai, nouveau  
directeur général  
de MTNCongo**

PAGE 3



## Éditorial Investir dans le sport

À l'heure où le Congo fait face à de nombreux défis socio-économiques, il est essentiel de ne pas oublier l'importance de l'éducation physique et du sport dans son développement global. Trop souvent relégué au second plan, le sport mérite une place de choix dans les priorités nationales, car ses bénéfices sont multiples et durables.

Tout d'abord, promouvoir l'activité physique régulière dès le plus jeune âge contribue à lutter contre les problèmes de santé publique tels que l'obésité, le diabète et les maladies cardiovasculaires, qui gagnent malheureusement du terrain au Congo. En cultivant de saines habitudes dès l'enfance, nous jetons les bases d'une population en meilleure santé, réduisant ainsi les coûts futurs liés aux soins de santé.

Il est donc impératif d'encourager et de soutenir les initiatives locales visant à promouvoir le sport dans les communautés. Les associations sportives, les clubs de quartier et les programmes parascolaires jouent un rôle crucial en offrant des activités saines et encadrées aux jeunes, les éloignant ainsi des tentations néfastes.

De plus, comme on le sait, le sport est un puissant outil d'intégration sociale et de cohésion nationale. En rassemblant des jeunes de différents horizons autour d'une passion commune, il favorise le respect mutuel, l'esprit d'équipe et la tolérance, des qualités indispensables dans une société de plus en plus cannibalisée par des antivaleurs.

Le Congo doit se ressaisir de cette opportunité et faire du sport une priorité nationale. Il est temps de redonner à la jeunesse les moyens de rêver, de se dépasser et de rayonner sur les stades comme dans la vie.

*Les Dépêches du Bassin du Congo*

## LE CHIFFRE

« 8,3 »

Le chiffre: 8 371 060 de dollars, soit environ 5 milliards FCFA, c'est le montant du financement attendu par le Congo pour ses efforts en matière de conservation forestière et de réduction des émissions de gaz carbonique.

## PROVERBE AFRICAIN

« Le rire est la distance la plus courte entre deux personnes »

## LE MOT

« SAGACITÉ »

□ Du latin « sagacitas », lui-même dérivé du mot « sagio » signifiant « flairer » ou « sentir », la sagacité représente la finesse d'esprit. Ce terme est utilisé pour qualifier le discernement ou la lucidité d'une personne.

## IDENTITÉ

« ROMY »

Identité: Ce prénom est tiré du terme germanique « waldan » qui signifie « gouverner ». Certains l'associent également au prénom latin « Romulus », dérivé de « Rome ». Les Romy sont des personnes imaginatives et en demande d'inspiration au quotidien. On dit également d'eux qu'ils sont créatifs et audacieux. Avec eux, les objectifs fixés seront atteints, car ils n'ont pas peur des défis. S'ils ont tendance à paraître un peu entêtés, on peut toutefois le fait qu'ils se montrent aussi souvent généreux et à l'écoute.

## LA PHRASE DU WEEK-END

« « L'art ne consiste pas à représenter des choses nouvelles, mais à représenter avec nouveauté ». Léonard de Vinci.



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  
Conseillère de direction : Raïssa Angombo

### RÉDACTIONS

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

### RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédaction en chef : Guy-Gervais Kitina,  
Rédacteurs en chef délégués : Roger Ngombé, Christian Brice Elion  
Grand reporter : Nestor N'Gampoula  
Service Société : Rominique Nerplat Makaya (chef de service) Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko  
Service Politique : Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Firmin Oyé  
Service Économie : Fiacre Kombo (chef de service), Lopelle Mboussa Gassia, Gloria Imelda Losselé  
Service Afrique/Monde : Yvette Reine Nzaba (cheffe de service), 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 :  
Rédacteur en chef délégué : Quentin Loubou  
Durlly Emilia Gankama (cheffe de service)

### RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Chef d'agence : Victor Dosseh  
Rédacteur en chef : Faustin Akono  
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mam-pouya, 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  
Assistant à la direction : Bermely Ngayouli, Emeline Loubayi  
Chef de service RHC : Vesna Mangondza, Martial Mombongo, Armelle Mounzeo  
Chef de service Audit : Arcade Bikondi, ,  
Chef de service Comptabilité : Wilfrid Meyal Itoua Ossinga, Mbossa Viny

### PUBLICITÉ ET DIFFUSION

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

### COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse  
Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Kibhat

### LOGISTIQUE ET SECURITE

Direction : Gérard Ebami Sala  
Adjoint à la direction : Elvy Bombete  
Coordonnateur :  
Rachyd Badila (Chef), 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

Responsable : 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

Responsable : Maurin Jonathan Mobassi  
Astrid Balimba, Magloire Nzonzi, Brice Bakouma

### 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

\*Journal imprimé dans les presses de l'Imprimerie Nouvelle du Congo, 4 rue des Galois, ZI Mpila, Brazzaville, République du Congo. Tél. +242 05 200 6565,  
e-mail : contact@inc-sa.com,  
site Internet: www.inc-sa.com

## Distinction Auriac Boubelo récompensé

**L'ancien président de l'Association des étudiants et stagiaires congolais en Tunisie (AESCT) et de l'Association des étudiants et stagiaires africains en Tunisie (AESAT), Auriac Verdi Boubelo, a été décoré le 30 juillet en Tunisie, par la représentation diplomatique congolaise pour services rendus à la République du Congo en Tunisie ainsi qu'à d'autres nationalités.**

Arrivé au terme de son cursus universitaire en Tunisie, Auriac Boubelo a regagné son Congo natal il y a quelques jours. Avant de quitter la terre tunisienne, il a été auréolé d'un certificat d'honneur et d'une médaille du Chevalier du mérite pour son implication, son dévouement et son excellent travail en tant que président de l'AESCT et de l'AESAT. La cérémonie s'est déroulée au consulat général du Congo en Tunisie, en présence des membres de l'ambassade du Congo en Libye et les membres de l'AESAT.

« Nous pouvons nettement conclure que ce monsieur a rendu le Congo fier car jusqu'à présent, beaucoup de communautés ne cessent de témoigner de ses œuvres et le consultent de temps en temps. Nos félicitations à vous pour les services rendus à la République du Congo en Tunisie.



**Auriac Boubelo réceptionnant sa distinction/DR**

Nous sommes très fiers de toi cher ancien, tu resteras un bel exemple pour les générations futures », ont témoigné les organisateurs sur la médaille de Chevalier du mérite.

À travers cette distinction, Auriac Boubelo devient le premier Congolais à être décoré par la représentation diplomatique congolaise en Tunisie pour les services rendus à son pays ainsi qu'à d'autres nationalités. Désormais, d'autres Congolais pourront bénéficier de cette

avant de prendre la tête de l'AESAT après son élection à 100%.

Association apolitique, laïque à but non lucratif, l'AESCT a été créée à Tunis, le 3 août 2003, sur la base académique et associative, conformément au décret-loi n° 2011-88 du 24 septembre 2011. Elle est,

**« Nous pouvons nettement conclure que ce monsieur a rendu le Congo fier car jusqu'à présent, beaucoup de communautés ne cessent de témoigner de ses œuvres et le consultent de temps en temps. Nos félicitations à vous pour les services rendus à la République du Congo en Tunisie. Nous sommes très fiers de toi cher ancien, tu resteras un bel exemple pour les générations futures »**

récompense.

Notons qu'Auriac Boubelo a eu à enchaîner trois mandats. Elu président de l'AESCT en 2021 avec 98%, il a été réélu le 15 mai 2022 avec 99%

en effet, née de la volonté de mettre en place une structure visant à regrouper l'ensemble des étudiants et stagiaires congolais en séjour d'études en Tunisie.

**Parfait Wilfried Douniama**

## Promotion

### Mohammed Rufai prend les rênes du groupe MTN Congo

**Professionnel accompli avec plus de 24 ans d'expérience dans les techniques de l'information et de la communication, Mohammed Rufai a un parcours impressionnant dans le secteur des télécommunications. Leader motivé et passionné par l'excellence, le développement des personnes et l'expérience client, il a été récemment nommé à la tête de MTN Congo.**

Le nouveau directeur général qui prendra ses fonctions dans peu de temps remplace Ayham Moussa, qui, à son tour, rejoint l'équipe de direction exécutive de MTN Nigeria au poste de COO. Titulaire d'un baccalauréat en technologies en informatique et de certifications en gestion avancée et en gestion générale, Mohammed est un ancien élève de la Lagos business school, de l'Université de Cranfield, et de l'Université de Cambridge, au Royaume-Uni.

« Nous sommes heureux d'annoncer les nominations de Mohammed Rufai au poste de président directeur général (PDG) de MTN Congo-Brazzaville et d'Ayham Moussa au poste de directeur des opéra-



**Mohammed Rufai/DR**

tions (COO) de MTN Nigeria, à compter du 1er septembre et du 19 août 2024, respectivement. Tous deux apportent à leurs nouvelles fonctions une vaste expérience et une

passion pour l'excellence », a publié le Groupe MTN sur Twitter.

Avec son expérience riche et variée dans ledit secteur, le nouveau directeur général redoublera d'effort en vue du maintien du leadership sur le marché national. En attendant sa prise de fonction, Mohammed Rufai occupe actuellement le poste de directeur technique chez MTN Nigeria. Concernant son parcours, il a occupé divers postes chez MTN Nigeria, notamment directeur technique, directeur de nouvelles technologies pour l'Afrique du Sud-Est et le Ghana. Il a également siégé au Conseil d'administration de Bayobab Nigeria et de MTN Bénin.

Par ailleurs, il a rejoint le groupe MTN Nigeria en 2004 en tant qu'ingénieur de support RF/BTS à Kano et est devenu directeur général en 2009. En 2015, il a été nommé directeur technique de MTN Ghana.

A cette occasion, le PDG sortant Ralph Mupita a déclaré : « Félicitations à Ayham et Mohammed. Joignez-vous à moi pour leur souhaiter du succès dans leurs nouvelles fonctions. Au nom du groupe MTN Exco, je voudrais également exprimer mes remerciements à Hassan pour sa contribution à MTN au fil des années et nous lui souhaitons bonne chance dans le prochain chapitre de sa carrière. »

**Gloria Lossele**

## Cofondateur de Tech 2024

# Un coup de pouce pour les startups africains

Les développeurs ressortissants du monde entier, à la recherche d'un partenaire technologique, d'une idée ou d'opportunités de croissance et d'évolution, sont encouragés à soumettre leurs candidatures au programme cofondateur de Tech faster capital avant le 13 octobre.

Faster capital est un incubateur et accélérateur en ligne basé à Dubaï qui propose à ses futurs partenaires quatre programmes principaux, à savoir Tech cofounder ou partenaire technique, Idea to product, Grow your start-up et Raise capital.

Les candidats qui sont intéressés par cette opportunité d'affaires bénéficieront de plusieurs avantages. En effet, Faster capital se propose de devenir leur premier et principal investisseur. Les projets proposés par les différents candidats auront ainsi le privilège d'être financés

à hauteur de 50% jusqu'à deux millions de dollars.

Faster capital compte également mettre à la disposition des candidats retenus un véritable plan d'affaires et d'affinement de leurs différentes start-ups. Par la même occasion, Faster capital entend mettre les candidats à l'abri des futurs ennuis et défis liés à la constitution de l'équipe de développement ainsi que du suivi éventuel.

En plus, Faster capital mettra à la disposition de ses futurs partenaires des développeurs de logiciels et des concepteurs de start-ups. En

effet, l'équipe technique de Faster capital est composée de plus de 200 développeurs de logiciels, d'ingénieurs, de développeurs full stack et de concepteurs.

En outre, Faster capital se propose de présenter les start-ups de ses futurs partenaires sur son propre site web et les aidera à se connecter à des investisseurs providentiels ou à des capital-risqueurs potentiels présents dans son réseau. En dehors de l'accompagnement technique, les candidats au programme Cofondateur de tech faster capital

bénéficieront d'un suivi dans le domaine commercial et marketing.

En fin de compte, notons que Faster capital dispose d'un réseau solide de plus de 2 000 partenaires régionaux, représentants et mentors. Grâce à ce dispositif impressionnant, Faster capital aidera les futurs candidats ou partenaires à dégoter des clients potentiels, des acheteurs ou à conclure des partenariats stratégiques.

En prenant en compte tous ces avantages et toutes ces mesures d'accompagnement, les candidats inté-

ressés par ce programme devront impérativement se rendre dans le site web des organisateurs afin de remplir toutes les formalités d'inscription.

Créé en 2010, le programme Cofondateur de tech faster capital a été rendu public en 2015. Il a diplômé pas moins de vingt start-ups qui sont désormais pleinement fonctionnelles. Et grâce à son programme d'accélération, il a contribué à aider 454 autres. Il dispose d'un représentant et de partenaires régionaux et de 476 bureaux à travers le monde.

*Chris Louzany*

## Aoca 2024

# L'Institut français de France entend soutenir les opérateurs culturels africains

Dans le but de soutenir les projets de création et de diffusion des événements à dimension régionale sur le continent africain, l'Institut français France invite les artistes et les opérateurs culturels francophones à soumettre leurs candidatures en vue de bénéficier du programme d'Appui aux opérateurs culturels en Afrique (Aoca) avant le 30 octobre prochain

Le dispositif d'aide à projets a pour but d'accompagner les artistes et opérateurs culturels de la société civile en Afrique, ainsi que le réseau culturel français en appuyant des projets de création et de diffusion de même que des grandes manifestations présentant une dimension régionale sur le continent.

Entre autres projets pouvant être soutenus figurent les festivals et les grandes manifestations culturelles (biennales, plateformes professionnelles, etc.), les soutiens à la création artistique pour des projets présentant une ambition régionale ou internationale, la diffusion et la circulation de projets (expositions, ateliers) ainsi que les projets numériques innovants et écoresponsables. Peuvent également y faire partie, les tournées régionales concernant des projets d'artistes et de compagnies établies sur le continent africain dans les différents champs du spectacle vivant, de la musique, du cirque et des arts de la rue. Pour bénéficier d'un soutien de l'Institut français, ces tournées devront comporter plusieurs dates sur le continent (au moins cinq ou six dates dans un minimum de trois pays).

Trois types d'aide pourront être accordés et seront repartis de la manière suivante : 5 000 à 8 000 pour les aides à la création, 5



000 à 20 000 pour les festivals et grandes manifestations et, enfin, 10 000 à 20 000 pour les tournées régionales. Par contre, les soutiens alloués ne pourront pas dépasser 50 % du budget global du projet. Raison pour laquelle le porteur devra prévoir des cofinancements au projet à hauteur de 50% (en numéraire ou en valorisation). Le

bénéficiaire, quant à lui, s'engagera à assurer la visibilité de l'Institut français sur ses supports de communication (mention et logo).

Pour bénéficier de la subvention, les candidats devront fournir un dossier contenant un formulaire à compléter en ligne, un dossier de présentation du projet, accompagné d'un portfolio, des images ou

des vidéos ainsi qu'une lettre ou un mail de soutien de l'ambassade, de l'Institut français ou de l'Alliance française partenaire.

Par ailleurs, les dossiers de candidatures doivent être déposés en ligne par les structures sur la plateforme de l'Institut français : [www.ifprog.emundus.fr](http://www.ifprog.emundus.fr). Il sied de noter que les candidatures pour-

ront également être déposées par des Instituts français, les Alliances françaises ou des opérateurs culturels établies sur le continent africain. Dans le cas de collaborations avec des structures françaises, le projet devra obligatoirement être déposé par l'opérateur africain pour être éligible à ce dispositif.

*Chris Louzany*

## Ponton urban gospel

# La promotion des artistes du gospel en avant-plan

**Manifestation pluridisciplinaire organisée par l'agence événementielle Millénium, la première édition du festival "Ponton urban gospel" se tiendra le 31 août, à Pointe-Noire. Elle se veut un carrefour de rencontres et de réflexions, proposant des performances live, des moments de partage autour de la foi en Dieu, des danses et des chants spirituels. Il s'agira aussi de poser des bases solides pour un événement qui se veut être pérenne.**

Inscrit dans la lignée des festivals tels que Impact gospel, Canaan gospel, Africa gospel day festival, Sowete gospel, Abidjan gospel, le festival "Ponton urban gospel" est un événement unique qui célèbre la musique gospel au Congo dans un cadre urbain. L'objectif principal est de promouvoir la musique gospel et de créer une communauté unie autour de cette forme d'expression musicale.

Il vise aussi à offrir une plateforme d'expression où les artistes gospel peuvent se produire, se rencontrer, partager des idées, des connaissances, des expériences, des savoir-faire et de se connecter à un public plus large. « Nous envisageons de rendre l'accès gratuit pour permettre à tout le monde de participer au festival. Pour attirer un public plus large, nous mettons en place plusieurs stratégies, notamment une



compagnie de communication ciblée, l'utilisateur des réseaux sociaux, des médias traditionnels, les collaborations avec des églises, associations culturelles », a expliqué Gycent B, co-organisateur de l'événement. Avec une programmation riche et variée incluant des concerts

live, des ateliers, des conférences, des activités interactives, la première édition de ce festival réunira des artistes nationaux et internationaux, à l'instar de Jordy Mbiou, Miracle Yilouss, Guy D'eclair, Benji Milolo, Mana Best, Loe Music, EJC, Roy Ntoma, Tuma Gospel et bien d'autres. En tant qu'outil dans l'évangélisation, le gospel véhicule des histoires et des messages des valeurs pieuses, de la vie de sainteté, des bonnes mœurs afin d'impacter positivement la jeunesse aux rythmes afro-dansants. En chant, en danse et en musique, ces artistes vont célébrer la puissance du gospel pour plonger ainsi leur auditoire dans des rythmes inspirants.

Par la richesse de leurs voix et de leurs harmonies, ces artistes séduiront le public par des danses énergiques et leurs talents. Leur répertoire

incluant autant des chants traditionnels que contemporains qui seront chantés dans différentes langues. Ce mélange unique du gospel traditionnel avec des rythmes urbains sera particulièrement remarquable, car ce genre de musique est souvent caractérisé par des paroles inspirantes qui parlent en majorité de l'amour de Dieu, de l'espoir, du pardon. Au-delà du style musical, le gospel unit des personnes de différentes communautés et de confessions religieuses. Par ailleurs, des perspectives sont envisagées par les organisateurs pour la pérennisation de cette initiative. Il s'agira pour eux de renforcer les capacités des artistes à travers des formations et des ateliers sur la production musicale, la gestion de carrière, l'établissement des partenariats, la création des plateformes de streaming dédiées à la musique

gospel pour une meilleure diffusion, l'organisation régulière de cet événement ainsi que des soirées de récompenses pour mettre en valeur ces artistes gospel par plus de notoriété et de visibilité. « Le manque d'engouement pour la musique gospel au Congo est dû à plusieurs facteurs, dont l'absence de visibilité et d'opportunités pour les artistes, la mauvaise perception que les artistes ont de cette musique pensant qu'il s'agit d'une musique traditionnelle. Il y a aussi le manque de collaboration entre les artistes, le soutien limité des promoteurs culturels à la diversité des religions qui créent des barrières au développement de la musique gospel et il existe peu de plateformes spécialisées pour la promotion de ce genre musical au Congo », a-t-il conclu.

**Cissé Dimi**

## Réseaux sociaux

# Pourquoi et comment les utiliser pour trouver du travail

**À l'ère du numérique, les réseaux sociaux ne servent pas seulement à partager des photos des vacances ou à se connecter avec des amis. Ils sont devenus un outil essentiel pour la recherche de l'emploi. Celles et ceux qui sont en quête de nouveaux défis professionnels ou qui cherchent à changer de carrière feront bien de tenir compte des conseils fournis sur les raisons et les façons de tirer le meilleur parti des réseaux sociaux.**



**Illustration**

L'un des avantages majeurs des réseaux sociaux est la possibilité de se connecter avec des professionnels du monde entier. Les demandeurs d'emploi sont encouragés à suivre les experts de leur secteur d'activités, les entreprises leaders et les personnalités influentes. Les demandeurs d'emploi ne devraient

pas hésiter à interagir avec eux en commentant leurs publications ou en posant des questions pertinentes. Le networking est essentiel dans la recherche de l'emploi, et les réseaux sociaux sont un excellent moyen de tisser des liens professionnels solides. Ils sont également une vitrine du

savoir-faire des demandeurs d'emploi qui devraient les utiliser pour partager des articles pertinents, de publier des analyses et mettre en avant leurs compétences. Chaque demandeur d'emploi, en fonction de son secteur d'activité, devrait créer un contenu professionnel qui reflète son expertise car les recruteurs

sont attentifs aux profils en ligne. Les demandeurs d'emploi devront privilégier les contenus qui renforcent leur crédibilité. C'est une occasion, pour eux, de penser à ajouter des recommandations sur leurs profils LinkedIn qui mettent en valeur leurs compétences.

De nombreuses opportunités d'emploi ne sont pas publiées sur les canaux traditionnels. Les réseaux sociaux permettent aux demandeurs d'emploi d'accéder aux offres cachées. Le fait de suivre les pages carrières des entreprises qui les intéressent, de participer à des groupes professionnels et d'être à l'affût des annonces leur permettra de trouver des informations essentielles à une offre d'emploi. Les demandeurs devront également penser à contacter directement les recruteurs ou les responsables RH via LinkedIn.

LinkedIn est le réseau social professionnel par excellence. Les demandeurs d'emploi devraient y créer un profil complet en ajoutant leurs compétences, leurs expériences et leurs recommandations. Il serait aussi intéressant qu'ils rejoignent des groupes liés à leur do-

maine pour élargir leur réseau. A cet effet, ils devront être actifs en partageant du contenu pertinent, en participant à des discussions et en suivant les actualités de leur secteur. LinkedIn est un outil puissant pour la recherche d'emploi. Enfin, les demandeurs devront veiller à ce que leur présence en ligne soit professionnelle; éviter les publications personnelles controversées, mais plutôt privilégier des contenus qui renforcent leur expertise. Par-dessus tout, ils devront penser à mettre en privé leurs réseaux personnels si nécessaire. Car leur image en ligne pourrait faire la différence lorsqu'un recruteur évalue leur candidature. En fait, les réseaux sociaux sont de puissants alliés dans la quête d'emploi. Le fait de les utiliser intelligemment permettra aux demandeurs d'emploi de faire des outils essentiels pour le succès professionnel.

Note : Cet article a pour base des recherches approfondies et des conseils d'experts en ressources tels que (<https://www.expertise-RH.com>).

**Chris Louzany**

## Humour

## Pap's, un handicap au rang de talent

L'on a rarement vu des personnes n'ayant pas la parole facile opter pour un métier qui pourtant mettra sans cesse à nu ce handicap. Par ironie au destin, Pap's a surmonté peur, doute et regard extérieur pour se tailler une place dans l'univers du stand-up. Découvrons son parcours hors du commun qui force l'admiration.

De la même façon enfant, on a la tête pleine de rêves, Pap's en avait. Comme chaque enfant, il rêvait de partir à l'école et de s'instruire pour un jour devenir un citoyen modèle dans la société. Mais très tôt ce rêve est brisé. Pour cause : Pap's a un trouble de la parole appelé communément bégaiement. « Mon rêve commençait à se briser petit à petit quand je voyais mes frères refuser de partir à l'école car leurs camarades se moquaient d'eux... Ça a été aussi le cas pour moi », révèle Pap's, à l'état civil Saint Papy Dieu-le-veut Samba.

A 6 ans, Pap's débute, malgré ses peurs, l'école primaire. Comme il s'en doutait, sa classe de CP1 s'avère un vrai calvaire. Son handicap est sujet de moquerie de la part de ses copains de classe, pire de son enseignante. « Elle ne m'accordait pas la parole en classe car mon handicap l'empêchait de finir ses cours et en écoutant cela j'avais décidé de ne plus partir à l'école et de ne plus parler. La seule place où je me sentais à l'aise, c'était en famille », raconte-t-il le cœur lourd. Pendant les vacances, son père l'inscrit à un groupe d'orthophonie où il apprend à maîtriser le maniement de la langue et à bien communiquer.

En 2003, il refait le CP1 à 7 ans jusqu'à l'obtention du Certificat d'études primaires élémentaires en 2008 à l'école primaire Loango

Marine. Cette première victoire le conforte à ne pas se détacher du banc de l'école. C'est ainsi qu'en 2012, Pap's décroche son Brevet d'études du premier cycle, puis son baccalauréat série D en 2016, après l'avoir manqué la première fois en 2015. En 2019, il obtient une Licence en Génie industrie et alimentaire à l'École nationale supérieure polytechnique de l'Université Marien-Ngouabi.

**Une rencontre insoupçonnée !**

Jeune licencié, Pap's vise désormais une carrière professionnelle pour acquérir plus d'expérience dans son domaine de formation. En vain, il toque les portes de l'emploi. Alors qu'il attend patiemment une occasion à saisir, Pap's voit sa vie emprunter un chemin inattendu. Un chemin qu'il ne prendrait pas, même dans le plus ahurissant de ses cauchemars.

Le tout se passe le temps d'un soir devant la télé. Pap's qui pourtant n'aurait jamais imaginé affronter des centaines et des milliers de personnes pour s'exprimer se lance un pari fou en suivant l'émission La France a un incroyable talent où Valentin, qui est un bègue, fait rire avec son handicap. « Je me dis : pourquoi pas moi ? Je me lance ainsi dans le stand-up via un concours humoristique dénommé Une heure de Rire en mai 2022 », a fait savoir

**L'artiste Pap's/DR**

Pap's.

En juin 2022, il fait la rencontre de Weiflar Kaya via le casting de l'eCanal comedy club Brazzaville. Humoriste congolais de renommée internationale, Weiflar détecte en Pap's le talent pour l'autodérision, à savoir se moquer de soi-même en faisant rire les autres. Il lui propose de se former pour mieux maîtriser

les rudiments du métier. Weiflar le met donc en contact avec Juste Parfait qui deviendra son mentor et formateur.

Depuis, Pap's aiguise son talent en humour en participant à de nombreux rendez-vous de comédie au plan national. « Je profite de cette occasion pour remercier de tout mon cœur Weiflar Kaya. Si je suis au-

jourd'hui reconnu comme artiste humoriste, c'est grâce à la visibilité qu'il m'a accordée en me permettant de jouer à ses spectacles comme Lipanda 2022 ; Forfait Rire 2023 ; Forfait Rire 2024 ; Le bilan de surveillance du fleuve avec Herman Amisi. Ces expériences sur scène et la formation auprès de Juste Parfait m'ont valu ma nomination et le sacre de lauréat du Congo au concours Dycoco Abidjan. Grâce à cette distinction, dans les prochains mois, je serais en résidence à Abidjan en Côte d'Ivoire pour quatre mois », a indiqué l'humoriste congolais.

C'est une fierté pour le jeune homme d'avoir pu, malgré les moqueries et la peur, hisser son handicap au rang de talent qui ne laisse pas le public indifférent à chaque fois qu'il est sur scène. « Sur scène, les gens pensent d'abord que je joue un personnage alors que non, rire. Mes parents sont aussi bègues. Le bégaiement n'est plus un handicap pour moi, c'est maintenant ma particularité, je l'ai transformé en une force », affirme-t-il.

Pap's rêve désormais de faire le tour du monde en tant qu'humoriste et montrer combien un handicap ne peut empêcher une destinée d'éclore. Il ne reste plus qu'à lui souhaiter bon vent dans sa carrière !

**Merveille Jessica Atipo**

## Les immortelles chansons d'Afrique

## « Sanze modèle » de Yenga Yenga Junior

Les immortelles chansons d'Afrique : Yenga Yenga Junior a considérablement marqué la musique congolaise vers la fin des années 1970. Son titre « Sanze modèle » mérite une place de choix dans le gotha musical congolais.

Parue le 22 novembre 1978 aux éditions Maillot Jaune, sous la référence PAR 133, la chanson « Sanze modèle » fut enregistrée avec « Les casques bleus », un sous-groupe de Zaïko Langa Langa en forme de "nzong nzing", créé par Teddy Sukami la même année.

C'est un ras le bol d'une épouse à l'endroit de Louison, son époux, qui manifeste une jalousie disproportionnée. Louison, c'est le genre d'homme qui est derrière sa femme quand elle va au marché et même dans les toilettes. Dans sa jalousie malade, il envoie des agents secrets la surveiller dans le seul but d'avoir des informations la concernant. Il est plein d'arrière-pensées et ne lui fait pas confiance. Alors que sa femme lui a toujours été fidèle durant tout ce temps. C'est pourquoi elle lui dit ; « Sanze modèle » qui n'est que la déformation en lingala de « Change de modèle » ou encore « Change de mentalité ».

« Atako basedjelaka chérie, ya yo zuwa eleki. Na bolingo zuwa eleka degré te Louison », on peut traduire par : « Même si on peut préserver sa chérie mais ton cas dépasse les limites. En amour, Louison, la jalousie ne doit pas dépasser



de degré ». En outre, elle va s'indigner : « Oh Louison, likambo ya soni yo ko salaka boye, wapi kilo na ngai mwasi na yo na miso ya bato ». « Oh Louison, ce que tu fais est humiliant, où as-tu mis mon honneur en tant que ta femme aux yeux

de tous »..

Cette mélodie est subdivisée en quatre parties. La première est un chant polyphonique exécuté par Lengi Lengua dit ya Lengos, Yenga Yenga Junior et Bola Bolith. La deuxième, plus accélérée, est un chant responsorial. Elle prépare la troisième partie qui est un sebène. Ensuite, intervient la quatrième partie qui est un chant responsorial; proche de celui de la deuxième partie. Ici, au solo vocal, le chœur répond : « Ah Louison tika zuwa », c'est-à-dire ; « Ah Louison, arrête la jalousie ». La chanson s'achève par le sebène. Notons que le sebène est dominé par la guitare rythmique de Teddy Sukami, la basse de l'oncle Bapuis et la batterie de Méridjo. La guitare solo de Sita Mbele n'agit que de temps en temps. Décédé le 23 août 2011 au Gabon, Yenga Yenga Junior a évolué dans plusieurs groupes de Kinshasa. Parmi les plus en vogue, Afrizam, Chic Show, Zaïko Langa Langa, Les casques bleus, Grand Zaïko Wawa, dont il a été cofondateur, et Makina Loka, avant de s'installer au Gabon. Sa voix, dans la chanson « Géo », en featuring avec Koffi Olomidé, est irrésistible.

**Frédéric Mafina**

## Littérature

# « Chœur à corps avec Franco », un hommage à Luambo Makiadi

Initié par l'écrivain congolais Blaise Ndale, « Chœur à corps Franco » est un projet en hommage à Luambo Makiadi, grand artiste musicien qui s'est affirmé comme l'une des plus remarquables personnalités de la rumba congolaise, rivalisant ainsi avec les autres de son époque.

Selon le communiqué de l'organisateur du projet, Blaise Ndale, il y a trois ans que la rumba congolaise est reconnue par l'Unesco comme patrimoine culturel immatériel de l'humanité. De même qu'on ne saurait parler de reggae sans penser à Bob Marley, il serait aussi inconcevable de parler de la rumba congolaise sans en appeler, entre autres icônes, à la figure de Grand Me Franco Luambo Makiadi, ce géant qui a laissé plusieurs orphelins.

Pour lui rendre hommage à la hauteur de son statut, il est venu à Blaise Ndale l'idée de ce projet. Il s'agit de rassembler différentes plumes afin de proposer un ouvrage dont Grand Me Franco sera à la fois le texte assumé et l'essence même de la création littéraire.

«Chœur à corps avec Franco» ras-

semblera ainsi des nouvelles inédites autour de la vie et l'œuvre de Franco. La qualité, l'originalité de chaque proposition guideront la sélection des nouvelles qui seront retenues. Pour participer à cet appel à textes, il faudra être ressortissant des deux Congo, considérés comme berceau de la rumba congolaise ; avoir une connaissance suffisante de la vie et de l'œuvre musicale de Franco. Le texte à soumettre doit correspondre au genre littéraire (nouvelle) et sa longueur ne doit pas dépasser huit mille mots. Il doit être inspiré soit d'un épisode de la vie de Franco, soit d'un élément d'une de ses compositions que l'auteur devra préciser dans le courriel accompagnant la contribution.

Cissé Dimi



Franco Luambo Makiadi /DR

## Lire ou relire

## « La chaise dorée » de Bevic

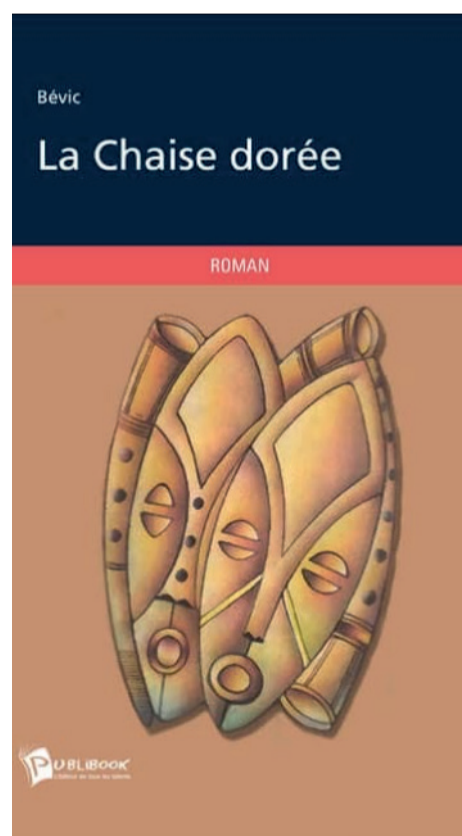
Publié aux Éditions Publibook, le roman décrit le récit de l'ascension politique d'une femme qui brigue la magistrature suprême, une première dans son pays.

Le Gocon, un pays imaginaire, se voit à sa tête la première femme élue pour conduire ses destinées. L'élection d'une femme à la présidence suscite à la fois des remous et de l'espoir. Son principal adversaire qui est aussi son prédécesseur n'y croit pas ses yeux. Et pourtant, dès le début de son mandat, Sydoé marque positivement les esprits en assainissant la gestion de la chose publique. Elle réalise, pour la joie de la population, ses promesses électorales et les engagements pris le jour de son investiture. La situation sanitaire et socioéconomique du Gocon s'améliore du jour au lendemain.

"La présidente Sydoé savait que sa vie n'était pas plus indispensable que celle de ses compatriotes. Elle avait une âme généreuse et refusait de faire souffrir son prochain. Elle voulait que tout Goconais fût récompensé selon ses mérites et puni pour ses fautes" (Page 73).

En effet, elle fit même démettre son époux de ses fonctions de président directeur général de la Banque goconaise de crédit et d'investissement, pour malversations financières. Abusant de son statut de Première dame, son époux se permet de dilapider l'argent du contribuable pour satisfaire ses besoins personnels.

Plusieurs thèmes d'actualité transparaissent à travers la trame du récit, la femme dans la société, la politique et ses sinuosités, la justice, la vie conjugale, l'influence de l'argent, l'éthique... Le roman "La chaise dorée", écrit dans un langage policé et riche en images, mérite d'être programmé parmi les romans



d'études au lycée.

A propos de l'auteur Bevic, de son vrai nom Victor Bery, il est originaire du Congo. Il a publié auparavant deux romans, "Le rescapé de l'afrique/enfer" et "La légende de Diamou-solo" ou "Le fusil qui parle", puis un essai, "L'enracinement culturel dans l'œuvre de Guy Menga".

Aubin Banzouzi

## Voir ou revoir

## « Congo-Océan : un chemin de fer et de sang »

Long métrage documentaire diffusé à la télévision pour la première fois en mai et réalisé par Catherine Bernstein, « Congo-Océan : un Chemin de fer et de sang » dévoile, à travers des archives inédites et une série de témoignages poignants, un épisode sombre de la période coloniale.

« Congo-Océan : un chemin de fer et de sang » se veut conservateur de la mémoire du Congo qui fera toujours partie de son histoire. À la fin du XIXe siècle, les puissances européennes se partagent un territoire extrêmement convoité : l'Afrique équatoriale. Pour acheminer et exploiter les précieuses ressources du continent comme du caoutchouc, du café, de l'ivoire, du bois, du coton..., la France entreprend un chantier aussi colossal.

En 1921, la construction de la ligne « Congo-Océan » est ainsi lancée : 512 km de voie ferrée pour relier Brazzaville à Pointe-Noire, sur la côte atlantique, afin d'exporter les richesses de l'Afrique équatoriale française vers la métropole. Pour mener à bien ce gigantesque projet, les concessionnaires puisent leur main-d'œuvre au sein des colonies.

Au fil des images, le film documentaire d'environ 1h 6 min montre combien ce projet n'a pas été que colossal. En effet, si la construction du chemin de fer Congo-Océan a pu être l'aboutissement d'un désenclavement, elle a également été dévastatrice. Déportation massive, travail forcé, maltraitance, punition des récalcitrants... Dénoncé par André Gide comme un « véritable consommateur de vies humaines », ce chantier de treize ans fut l'un des plus meurtriers du continent, entraînant la mort de près de 20 000 hommes.

Près de 90 ans après la fin des travaux, il est déplorable de voir que tous ces sacrifices ne contribuent pas comme souhaité au développement du Congo. La voie ferroviaire reliant Brazzaville à Pointe-Noire est certes encore en usage mais pas de façon significative. Réhabilitée et entretenue dans certaines localités, cette voie pourrait davantage contribuer au développement économique du pays.



Palmarès

Produit en 2023 par la société Point du Jour-Les Films du Balibari en collaboration avec France Télévisions et Histoire Tv, « Congo-Océan : un chemin de fer et de sang » a été sélectionné dans plusieurs festivals, à savoir Festival international du film documentaire de Guyane "Les Révoltés du monde" ; Africadelic Amsterdam 2024 ; D'un regard à l'autre ; Festival international du film documentaire de Martinique. Le long métrage est également en sélection officielle et en compétition nationale au FIPADOC 2024. Il a récemment remporté le Prix du jury au festival international du film documentaire de Guyane.

Merveille Jessica Atipo

## Sotigui Awards

## Aude Magelou Mayoungou Mboyo nominée

L'actrice congolaise Aude Magelou Mayoungou Mboyo ou Aude May de son nom d'artiste est sélectionnée dans la catégorie Meilleur espoir africain en fiction pour sa brillante collaboration dans le film « Attente » de Divana Cate Radiamick.

La nomination d'Aude May intervient dans le cadre de la 9e édition des Sotigui Awards, prévue du 13 au 16 novembre prochain à Ouagadougou, au Burkina Faso, sur le thème « Quel barème de salaire pour l'acteur comédien de cinéma en Afrique ? ».

Le film « Attente » est le fruit d'une collaboration entre des individus passionnés et aventureux, dont l'auteure-réalisatrice Divana Cate Radiamick. Malgré les défis et les obstacles rencontrés, les cinéastes ont réussi à créer une œuvre authentique en utilisant les langues locales, notamment le kituba et le lingala. « Cette authenticité a attiré l'attention et a fait de ce film une expérience inoubliable. Travailler sur ce film a été un voyage enrichissant qui a mis en lumière le talent des acteurs locaux. Merci à la réalisatrice, à la production, aux techniciens et à tous les acteurs d'avoir été impliqués dans ce projet. Aujourd'hui, je représente mon pays, le Congo, mais je souhaite à tout le monde cette chance », a fait savoir Aude May. « Recevoir la nouvelle de cette nomination a été une véritable révélation pour moi. Une première de-

puis le début de ma carrière. C'est une forme de reconnaissance et de loyauté envers mon travail et ma passion. Cette nomination renforce ma croyance au potentiel du cinéma congolais et en la capacité des artistes de mon pays à représenter dignement notre culture sur la scène internationale. Le cinéma fait honneur à un pays et ouvre des portes à de nombreuses opportunités », a-t-elle ajouté, sourire aux lèvres.

Les Sotigui Awards, aussi appelés la Nuit des Sotigui, sont des reconnaissances annuelles des acteurs comédiens du cinéma africain et de sa diaspora organisée au Burkina Faso depuis 2016. Ils visent à valoriser et à récompenser, dans diverses catégories, les meilleurs talents du cinéma africain à travers le monde, en l'occurrence le Sotigui d'or, Sotigui du public (Par vote du public), meilleur acteur de l'Afrique de l'Ouest, meilleur acteur de l'Afrique du Nord, meilleur acteur de l'Afrique centrale, meilleur acteur de l'Afrique australe, meilleur acteur de l'Afrique de l'Est, Sotigui du meilleur plus jeune acteur de l'Afrique, meilleur espoir de l'Afrique, et biens d'autres.



L'actrice Aude May/DR

C'est dans cet élan qu'Aude May souhaite encourager tous les artistes congolais à continuer de croire en leur talent et à rester authentiques dans leur travail. « C'est le moment pour nous de nous élever, de devenir des modèles, et de créer des institutions solides qui inspireront les futures générations. Merci pour cette op-

portunité et pour votre soutien », a indiqué l'artiste cinéaste et photographe.

Spécialisée depuis onze ans dans l'imagerie, avec un fort intérêt pour l'écriture, la réalisation et la photographie, le travail d'Aude May se concentre sur la création de récits authentiques qui mettent en lumière la richesse

culturelle du Congo. Elle est auteure de deux courts métrages, à savoir « La faute lourde » ensuite « Le téléphone » sortis en 2013. Après plusieurs attentes, elle reprend aujourd'hui avec ses projets de cinéma dont « Mukie'tu », un long métrage en cours.

Divine Ongagna

## Chronique « Renaissance »

## La drépanocytose, savez-vous c'que c'est ?

D'entrée de jeu, le mot inspire la peur, l'effroi, le déni parfois. Dans l'édition du 21 juin dernier, l'honneur nous a été fait de voir relayés nos travaux en tant qu'auteure-écrivaine ayant publiquement témoigné de son parcours de vie de personne vivant avec la drépanocytose. L'objectif de la présente chronique est de partager avec nos lecteurs la réalité de la vie et du quotidien en tant que femme drépanocytaire.

32 ans de vie sur terre, 32 ans à avoir connu l'enfer de la drépanocytose. S'il nous est apparemment facile d'en parler aujourd'hui, c'est que nous en avons fait du chemin. C'est que nous avons guéri. Pas de la drépanocytose, non, mais de ses meurtrissures invisibles. Nous en gardons des cicatrices, notre faire-valoir. Elles font notre message, elles annoncent une bonne nouvelle : oui, il est possible de vivre avec la drépanocytose. Et malheureusement, l'enfer, ce ne sont pas que les crises vaso-occlusives, les infections ou l'anémie mais c'est aussi et surtout les autres. Leurs regards, leurs gestes, leurs paroles. Le rejet.

#### Vivre avec la drépanocytose revient à ne pas vivre

Dans nos pays, l'annonce même du diagnostic équivaut à une condamnation à mort. C'est comme si, à partir de ce moment,

l'épée de Damoclès était montée au-dessus de notre tête, que notre compte à rebours venait de commencer, et qu'on était entré officiellement dans le couloir de la mort, pour un délai de passage à l'exécution, à la chaise électrique, très court.

L'espérance de vie que nous donne la science, la médecine dans ses bouquins lourds et poussiéreux, que les gens, l'entourage, les proches et parfois que la vie elle-même nous donne est si courte que ça ne donne même pas envie d'y aller, de tenter sa chance, la grande aventure de la vie, de penser au lendemain, de s'y projeter, parce qu'en fin de compte, ne dit-on pas de nous que nous sommes des " A kufa lobi " ?

Et même, avec un délai annoncé aussi court de notre vie, une deadline mini-mini au-dessus de notre tête, notre vie n'en est pas facile ou rendue facile.



Illustration

Entre médicaments à vie, douleurs sans nom, sans barème d'évaluation, entre crises, infections et hospitalisations régulières, il faut ajouter la difficulté sinon l'impossibilité d'avoir des quêtes existentielles tant nos vies sont réduites à la survie. Impossible alors de dire qui on est, de savoir qui on est tant la

maladie semble prendre toute la place. De même, il nous est difficile de trouver notre voie dans les sentiers de la vie, de nous exprimer, de nous épanouir dans un métier ou une profession qu'on aime, parce que la société n'est ni faite ni adaptée pour les gens qui sont faibles, qui sont fatigués, et qui ont besoin d'un rythme lent

ou qui ont besoin de bien se reposer et de boire beaucoup d'eau. Alors, vivre avec la drépanocytose, belle promesse, beau programme, beau projet de vie qui, au-delà de l'ironie, est une occasion toute unique, une expérience initiatique de révélation à soi-même et grand Tout !

Princilia Pérès



## Crypto ID

# Une solution innovante pour les services sociaux

Un bracelet stockant des informations personnelles via un code QR utile dans le domaine de la santé, dans l'éducation et d'autres services sociaux de base. Créée en 2020 par les jeunes entrepreneurs congolais Aimé Switch et Arsène Dimi Iloye, cette conception voudrait faciliter le travail dans des administrations.

C'est fréquent qu'un enfant s'égaré et les services de police sont dans l'incapacité de retrouver ses parents par manque d'informations. Crypto ID est le bracelet miracle. C'est une innovation technologique congolaise qui va révolutionner la gestion des informations dans le domaine de la santé, de l'éducation et des autres services sociaux. « Nous avons créé Crypto ID car nous avons vu un besoin réel. Nous avons saisi l'opportunité de sauver des vies des Congolais dans des situations de détresse. L'utilisation des données personnelles est nécessaire », a dit Aimé Switch, un des concepteurs du bracelet. En cas d'égaré d'un enfant, plus besoin de faire des communiqués. Il suffit juste pour les services de police de scanner le code QR du bracelet Crypto ID pour avoir instantanément les informations sur l'identité de l'enfant afin de contacter ses parents.

Dans les hôpitaux, les patients ne feront plus de longues heures aux urgences

dans l'attente des résultats des examens avant de recevoir un traitement approprié. « Crypto ID, c'est la technologie au service de la vie tout simplement. Il combine sécurité, simplicité et accessibilité pour garantir la protection du patient. Il interagit avec sa santé », a affirmé Aimé Switch. Rien qu'avec le port du bracelet Crypto ID, le personnel soignant scanne le code QR pour accéder immédiatement au dossier médical du patient. Il fournit son groupe sanguin, son historique médicale, le traitement reçu, ce à quoi le patient est allergique, les maladies chroniques, les contacts d'urgence pour joindre ses proches.

Dans le domaine de l'éducation, il permet aux différents acteurs impliqués : écoles, élèves et les parents d'être connectés pour faire le suivi, le contrôle. « Les parents peuvent, par exemple, recevoir les notes de classe et d'examens via l'application associée au Crypto ID », a précisé, pour sa part, Arsène Dimi Iloye co-concepteur du bracelet. Cela prévient des



Aimé Switch et Arsène Dimi Iloye

fraudes et le tripatouillage des bulletins scolaires en cas de changement d'établissement.

**Réaliser l'impossible, le slogan des deux jeunes entrepreneurs**

**Les données utilisées sont saisies à travers une application.** Elles sont stockées, sécurisées et encryptées dans un code QR unique. L'accès

aux données se fait par le serveur dont la confidentialité est garantie. « En cas de perte du bracelet, les données des utilisateurs restent protégées. Ils peuvent désactiver leur bracelet à distance via l'application, ou en nous contactant directement pour récupérer leurs données et les transférer vers un nouveau bracelet », a poursuivi Arsène Dimi Iloye. Les utilisateurs ont

la possibilité de mettre à jour leurs données et recevoir des notifications. Ces informations sont traduites en d'autres langues également. Les deux concepteurs promettent aux Congolais un prix accessible à toutes les bourses.

Sarah Monguia

## Les Souvenirs de la musique congolaise

# Pierre Moutouari, une icône dans l'univers musical congolais et africain

Pierre Moutouari est le second dans la lignée de la fratrie des Moutouari, à savoir Côte Kosmos et Michel. Michaëlle, qui est sa fille, a suivi le chemin de ses pères. Tous ont fait le bonheur de la société en s'illustrant dans la musique.

Après avoir remporté le premier prix d'un concours de chant amateur organisé par le ministère de la Culture et des Arts de l'époque, ce qui le place comme une étoile montante, Pierre Moutouari, âgé de 18 ans, fait son entrée dans l'orchestre Sinza Kotoko en 1968.

L'orchestre Sinza est au seuil de son ascension vers la célébrité avec un programme complet de concerts à Brazzaville et en Afrique centrale sanctionné par la signature d'un contrat d'enregistrement avec Pathe Marconi en France qui produit ses œuvres. Son arrivée dans le groupe est un tournant dans le parcours musical de Sinza Kotoko où il apporte une nouvelle couleur dans le répertoire de l'orchestre qui connaît un immense succès à travers ses titres qui emballent le public à savoir "Veve", "Maloukoulou", "Mahoungou", fruit d'un travail bien fait par une équipe cohérente et solide. Ces titres à succès inaugurent la valorisation excessive du sebène basé sur la cadence et où la danse Soukouss est mis en exergue par le nouvel orchestre. La danse qui par la suite deviendra très populaire en Afrique de l'Ouest. Lors de la participation de l'orchestre Sinza Kotoko au premier festival panafricain de la jeunesse organisée en juin 1973

à Tunis, Pierre Moutouari tient la dragée haute aux côtés d'Ange Linaud Ngendo et Théo Bitsikou (chanteurs de l'orchestre Nzoï) venus renforcer l'attaque chant du groupe sur instruction du ministère de la Culture et des Arts. L'orchestre Sinza Kotoko remporte au cours de ce festival la médaille d'Or en dépit de la présence de Tabu Ley Rochereau et de l'Afrisa. En 1975, Pierre Moutouari quitte l'orchestre Sinza Kotoko et crée son propre groupe dénommé "Les Sossa" qu'il abandonnera plus tard pour s'installer à Paris en 1979 où il opte pour une carrière en solo et en collaboration avec le célèbre artiste Jacob Desvarieux, le guitariste talentueux Master Mouana Congo et Sammy Masmamba. Pierre Moutouari lance sur le marché plusieurs albums au cours des années suivantes produits aux éditions Safari Ambiance, album intitulé "Le grand retour de Pierre Moutouari" avec les titres "Tout bouge" "Tremblement de terre". Signalons que d'autres tubes à succès tels que "Aïssa", "Sailé", "Mbekani", et "Koundou" ont fait tabac dans le macrocosme musical congolais et africain.

A partir de 1981, avec le concours d'autres artistes congolais installés à Paris, il lance sur le marché plusieurs tubes dont "Missengue", "Julienne"



et "Mahoungou" un tube explosif qui a secoué l'écosystème musical africain, d'abord sorti en 1973 au sein de l'orchestre Sinza Kotoko en format 45 tours avant de connaître d'autres parutions en raison de l'ampleur de son succès. En 1986, Pierre Moutouari rentre au bercail où il se consacre à l'encadrement des jeunes artistes

congolais dont sa fille ainée Michaëlle dans l'album "Héritage". En 1994, il décroche le trophée "Ngoma Africa" à Kinshasa en compagnie d'autres artistes comme Miriam Makeba, Khaled et Aïcha Kone.

En 2005, il sort l'album "Songa Nzila". Après un long parcours fastueux dans la scène musicale congolaise et

africaine, Pierre Moutouari est terrassé par la maladie et s'installe dans la région parisienne où il va subir des soins médicaux. Depuis l'année 2006, il effectue des allers et retours entre Paris et Pointe-Noire où il est tenancier d'un bar dancing.

Pour des raisons de santé, il décide de mettre sa carrière musicale entre parenthèses pour s'occuper de sa rééducation articulaire et musculaire. Suite à son état de santé qui connaît une amélioration et pour éviter de tomber dans l'oubli, il s'oriente vers de nouvelles activités scéniques et caritatives. Il est au chevet des enfants malvoyants de la Guinée-Bissau où il a participé, en septembre 2020, à des concerts en play-back dont les recettes ont servi aux aveugles et malvoyants. A noter qu'il est considéré comme une grande vedette dans ce pays où ses œuvres sont très populaires et très appréciées par les autorités de ce pays ouest-africain.

Selon les informations à notre possession, l'auteur de "Missengue", récipiendaire de deux disques d'or au cours de son parcours musical congolaise et africaine, est soucieux de reconstruire sa carrière musicale mise en berne depuis quelques années.

Auguste Ken-Nkenkela

# L'érosion des sols accentue la pauvreté sur la planète

**La planète connaît un dangereux déclin de la nature. Un million d'espèces sont menacées d'extinction, les sols deviennent infertiles et les sources d'eau se tarissent. Le cadre mondial pour la biodiversité, adopté par les dirigeants mondiaux en décembre 2022, a pour objectif de stopper et d'inverser la perte de la nature d'ici à 2030.**

Pour s'attaquer aux causes de la crise de la nature, les Nations unies par le biais du Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) collabore avec ses partenaires afin de prendre des mesures dans les paysages terrestres et marins, de transformer les systèmes alimentaires et de combler le déficit de financement pour la nature.

La survie de l'humanité dépend des écosystèmes, tels que les forêts, les zones humides et les cours d'eau. Ils fournissent de l'eau propre, abritent des animaux, comme les abeilles, essentiels à la production alimentaire, et jouent un rôle clé dans la lutte contre la crise climatique. Mais partout dans le monde, les paysages se dégradent à un rythme alarmant, ce qui, tout en poussant un million d'espèces vers l'extinction, a des conséquences économiques de plus en plus lourdes, y compris pour le secteur agricole. En Europe, par exemple, l'érosion des sols affecte 12 millions d'hectares de terres, soit environ 7 % de l'ensemble des terres agricoles, et coûte aux agriculteurs 1.25 milliard d'euros par an en perte de



productivité, selon les données de l'Union européenne. Environ 80% des terres arables de la planète sont touchées par au moins une forme de dégradation, telle que l'aridité, le déclin de la végétation, la salinisation des sols et la perte de carbone du sol. A elle seule, l'érosion des sols touche environ un cinquième des terres agricoles dans le monde et on estime qu'elle a augmenté de 2,5 % entre 2001 et 2012, principalement en raison de la déforestation et de l'expansion des terres

cultivées.

La dégradation des sols a déjà des conséquences négatives sur 3,2 milliards de personnes, soit 40 % de la population mondiale. Selon les projections, la dégradation des sols pourrait réduire la productivité alimentaire mondiale de 12 %, entraînant une hausse des prix des denrées alimentaires pouvant aller jusqu'à 30 % d'ici 2040. La restauration de la fertilité et de la structure des sols peut se faire de plusieurs manières, notamment par la rotation des cultures,

l'épandage de matières organiques et la pratique d'une agriculture à labour minimal ou nul.

La restauration de la fertilité et de la structure du sol peut se faire de plusieurs manières, notamment par la rotation des cultures, l'épandage de matières organiques et la pratique d'une agriculture à labour minimal ou nul. Un excellent exemple de ce type de travail nous vient d'Afrique, où à proximité de la région semi-aride du désert du Sahara, 11 pays construisent ce qui

est devenu la Grande muraille verte, un ruban de végétation à l'échelle du continent. En de nombreux endroits, cette barrière contribue à freiner l'avancée du désert, ce qui, espèrent les Etats, permettra de renforcer la sécurité alimentaire, de lutter contre la pauvreté et de promouvoir la paix.

L'Assemblée générale des Nations unies a déclaré les années 2021 à 2030 « Décennie des Nations unies pour la restauration des écosystèmes ». Dirigée par le PNUE et l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture, avec le soutien de partenaires, elle est conçue pour prévenir, stopper et inverser la perte et la dégradation des écosystèmes dans le monde entier. Elle vise à redonner vie à des milliards d'hectares d'écosystèmes terrestres et aquatiques. Appel mondial à l'action, la Décennie des Nations unies rassemble le soutien politique, la recherche scientifique et les moyens financiers nécessaires pour intensifier massivement la restauration.

**Boris Khari Ebaka**

## Chronique

# Comment limiter le réchauffement climatique ?

**Plus une seule année ne passe sans que les plus grands climatologues du monde nous mettent en garde contre la hausse des températures mondiales. Les recherches du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC) de l'ONU montrent que la planète pourrait dépasser le seuil crucial de 1,5°C au-dessus des niveaux préindustriels, en seulement 12 ans.**

**C**ela accélérera le risque de conditions météorologiques extrêmes comme la sécheresse extrême, les incendies de forêt, les inondations et causera des pénuries alimentaires pour des centaines de millions de personnes. Pour éviter de franchir ce seuil, le monde a besoin de changements rapides, profonds et sans précédent dans tous les aspects de la société. Et il y a beaucoup d'actions de bon sens qui peuvent être menées. Il faut savoir que les citoyens et les consommateurs seront parmi les acteurs les plus importants pour accélérer et intensifier l'action climatique afin de permettre une transition à 1,5C.

Voici quelques-uns des changements quotidiens que chacun peut apporter dès maintenant. Marcher, faire du vélo ou utiliser les transports en commun, plutôt que d'utiliser une voiture, réduira les émissions de carbone et permet de rester en forme. Si c'est absolument nécessaire, utilisez un véhicule électrique et choisissez un

train plutôt qu'un avion pour vos déplacements. Utilisez une corde à linge au lieu d'un sèche-linge pour éviter de brûler des combustibles fossiles pour produire de l'électricité. Utilisez des températures plus élevées pour le refroidissement et des températures plus basses pour le chauffage. Isoler son toit pour prévenir les pertes de chaleur durant l'hiver. Eteindre et débrancher les appareils lorsqu'ils ne sont pas utilisés.

Ces changements peuvent sembler mineurs, mais ce sont des moyens très efficaces d'économie d'énergie. Et la prochaine fois que vous achetez un appareil électronique, assurez-vous qu'il est éconergétique. On peut également choisir d'adopter une source d'énergie renouvelable pour certains besoins, comme un chauffe-eau solaire. Changer ses habitudes alimentaires, car la production de viande rouge émet beaucoup plus de gaz à effet de serre que la production de viande de poulet, de fruits, de légumes et de céréales. Il faut réduire sa consommation

de viande et consommer plus de légumes et de fruits à la place. Si cela semble trop difficile, pensez à passer une journée sans viande chaque semaine. Cela vaut également la peine de réduire sa consommation de produits laitiers, car elle se fait au prix d'émissions de gaz à effet de serre élevées pendant la production et le transport. Choisir plutôt d'acheter plus d'aliments de saison d'origine locale

On nous a parlé à maintes reprises des avantages du recyclage. Mais le transport et le traitement des matériaux à recycler est un processus à forte intensité de carbone. Il consomme encore moins d'énergie que la fabrication du produit à partir de zéro, mais la réduction et la réutilisation des produits peuvent aider à minimiser les dommages. Il en va de même pour l'eau. Il est important d'agir maintenant en appliquant ces simples actions du quotidien, sinon la planète se dirige droit vers une crise climatique majeure.

**Boris Karl Ebaka**

## Le saviez-vous ?

# Pourquoi Airbus utilise le 3 et Boeing le 7 pour nommer leurs avions ?

**Affiché sur le fuselage des appareils ou lors de la réservation de votre billet, le nom des modèles d'avions de ligne répond à une nomenclature bien précise adoptée par les constructeurs européen et américain. On vous explique.**

Que vous voyagez en moyen ou en long courrier, vous avez probablement aperçu ces chiffres sur le fuselage de votre avion ou au moment de réserver votre billet : A320, A350, B737, B777... Même en étant novice en aviation, un point peut interpellier les curieux : pourquoi le nom des appareils d'Airbus commence par un 3 et Boeing ne jure que par le 7 pour baptiser ses aéronefs ? Tout est question de nomenclature.

Pour comprendre le lien entre Airbus et le chiffre 3, il faut remonter à 1972. Cette année-là, le constructeur européen fait voler son premier avion, l'A300, une référence au nombre maximum de passagers qu'il peut accueillir. Par la suite, Airbus ajoute une dizaine à chaque nouvelle famille d'appareils : l'A310 est mis en service en 1978, l'A320 en 1987, l'A330 en 1994 et l'A340 en 1993. L'une des raisons pour lesquelles on passe directement de l'A340 à l'A380 est que le super jumbo visait le marché asiatique, où le chiffre 8 est un porte-bonheur. Autre explication : Airbus voulait réserver les numérotations entre A350 et A370 à ses futurs appareils de taille intermédiaire. Ainsi, l'A350 a été introduit en 2015, soit huit ans après l'A380.

Les monocouloirs A318, A319 et A321 sont l'exception à la règle car leur conception est proche de celle de l'A320. Ces modèles diffèrent les uns des autres principalement par leur capacité et donc de leur taille et de leur masse. Autre exception : l'A220. L'appareil d'une capacité de 120 à 160 sièges était d'abord commercialisé par le Canadien Bombardier sous le nom de CS100 ; il a pris le nom d'A220 lorsque le programme a été racheté par Airbus en 2020.



Chez Boeing, le chiffre des centaines désigne le secteur d'activité de l'entreprise américaine. Car avant de concevoir des avions commerciaux (désignés par le code 700), Boeing s'était spécialisé dès sa création en 1916 dans les avions à hélices (code 300) et militaires (400), les moteurs (500) ou l'aérospatial (600). Les avions à réaction commerciaux adoptent le code 700 en 1958 lorsque le premier d'entre eux, le 707, prend son envol. Puis sont nés le 717, le 727, le 737 et ainsi de suite jusqu'au plus récent, le 787, surnommé « Dreamliner ».

Si le deuxième chiffre désigne chronologiquement le modèle de la série, le dernier est identique au premier simplement pour créer une symétrie et être plus mémorable. On peut y voir aussi une superstition autour du chiffre 7, réputé être porte-bonheur. Et pour cause, le 777 a fait la fortune de Boeing en étant le gros porteur le plus vendu de l'histoire.

*Jade Ida Kabat avec lefigaro.fr*

## Bourses d'études en ligne

### Appel à candidatures de l'université Aston du Royaume-Uni

**Aston est un établissement public anglais. Elle voit le jour en 1895 comme École technique municipale de Birmingham mais, le 22 avril 1966, elle deviendra l'université d'Aston. Avec un bâtiment principal considéré comme l'une des plus imposantes constructions d'Europe, elle compte plus de 7 000 étudiants et se spécialise dans les sciences, la technologie et le commerce.**

#### Conditions

L'université Aston propose une gamme de bourses internationales afin de donner une connotation particulière à l'expérience académique, professionnelle et personnelle de l'étudiant. Aussi, pour obtenir la bourse, l'étudiant devra postuler et recevoir une offre pour un cours à l'université Aston.

En réalité, les candidatures aux bourses sont ouvertes à des dates spécifiques de l'année, et c'est un investissement de plus de deux millions de livres sterling qui est effectué. Ce sont des bourses pour aider les étudiants à mettre en œuvre leurs projets de carrière à l'université Aston.

#### Les types de bourses de l'université Aston

L'université Aston met à disposition plusieurs types de bourses pour les candidats désireux de valider leur diplôme de cycle supérieur. Il en existe deux plus parmi tant d'autres qui

sont les plus requises.

#### • Bourse automatique

En effet, l'université Aston dispose de bourses automatiques allant jusqu'à 2 500 £ aux titulaires d'offres internationales de troisième cycle. Chaque année, un nombre bien défini de bourses est mis à disposition en respectant la règle du premier arrivé, premier servi. Aussi, elle est exclusivement dédiée aux étudiants qui paient leur acompte avant la date limite indiquée dans leur lettre d'offre.

Ainsi, cette bourse automatique est requise pour les étudiants internationaux afin de les aider à payer leurs frais de scolarité et aucune demande de bourse distincte n'est requise.

**N.B. :** L'étudiant devra postuler, accepter sa place et payer l'acompte avant la date limite, et la bourse apparaîtra comme une réduction des frais de scolarité lors de l'inscription à son cours.

Au cas où l'étudiant aurait d'autres questions, l'idéal serait de contacter hello@aston.ac.uk .

#### • Remise pour paiement anticipé

La réduction pour paiement anticipé est de 2 000 £. Cela est disponible pour les nouveaux candidats aux diplômes de troisième cycle à l'université Aston. Cependant, l'étudiant pourrait avoir droit à une réduction de ses frais de scolarité. De même, il maximisera une expérience à l'université Aston grâce à une offre unique de 4 500 £ de réduction. Aussi, les candidatures s'ouvrent aux bourses pour les cours de troisième cycle depuis janvier 2024.

Ainsi, l'étudiant parvient à recevoir une offre pour un cours de 3e cycle commençant en janvier. Ensuite, il devra accepter l'offre et payer l'intégralité de l'acompte avant les délais fixés. Puis, il pourra bénéficier de la réduction pour paiement anticipé. La date limite des bourses de l'université Aston au Royaume-Uni est le 31 octobre de l'année en cours.

*Par Concoursn*

# Compétitions sportives et températures élevées Comment éviter le coup de chaleur ?

**Les températures parisiennes peuvent largement dépasser la barre des 35 °C en été, ce fut, d'ailleurs, le cas le 30 juillet. Pour les sportifs qui participent aux épreuves des Jeux olympiques, comment ont-ils anticipé ces fortes chaleurs ?**

Comment les sportifs se préparent-ils aux éventuelles grosses chaleurs ? Cet été à Paris lors des Jeux olympiques, leur corps est soumis à des températures très élevées. Le 25 juillet 2019, un record de température a, d'ailleurs, été atteint à Paris avec un relevé à 42,6 °C. Et le 30 juillet dernier, on a atteint 37°C.

## La thermorégulation à l'épreuve des fortes chaleurs

Selon Franck Brocherie, chercheur en physiologie de l'exercice à l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (Insep), « à part pour certaines épreuves courtes et explosives comme le sprint ou le saut en longueur, qui peuvent tirer un bénéfice de conditions chaudes, la chaleur améliorant notamment la conduction nerveuse et donc la contractilité des muscles, le stress thermique a globalement une influence négative sur les performances sportives, en particulier pour les épreuves d'endurance ».

Première fonction mise à mal par la chaleur, la thermorégulation de l'organisme. Celle-ci permet à l'humain de maintenir sa température interne dans des limites normales, quel que soit le niveau de son métabolisme ou la température ambiante. Mais quand la température



de l'air est trop élevée, il devient difficile pour l'organisme de maintenir sa température centrale.

## Le coup de chaleur, une urgence vitale

Lors d'un effort physique, seuls 25 % de l'énergie musculaire est transformée en énergie mécanique, le reste est transformé en chaleur. En temps normal, la transpiration sert ensuite à évacuer cette chaleur. « Ce processus implique une redistribution du débit sanguin au niveau cutané pour transférer la chaleur produite

par nos muscles vers la peau où de la sueur est sécrétée par les glandes sudoripares. Et c'est l'eau contenue dans la sueur, qui, en s'évaporant, va faire baisser la température corporelle », détaille Nicolas Bouscaren, médecin de santé publique et du sport au Centre hospitalier universitaire de La Réunion, docteur à l'Université Jean-Monnet de Saint-Étienne et épidémiologiste Inserm.

Lorsque le corps ne réussit plus à évacuer la chaleur, on parle alors d'hyperthermie. Celle-ci peut se

traduire par des crampes musculaires, un épuisement et un coup de chaleur : la température corporelle dépasse les 40°C. On parle alors de coup de chaleur d'exercice, ou d'hyperthermie maligne d'effort qui survient lors d'un effort intense prolongé. « Des protéines dites de "choc thermique" sont alors produites en excès : elles provoquent une inflammation systémique et une défaillance multiviscérale incluant notamment des insuffisances rénale et hépatique et des atteintes du système nerveux central ». C'est une ur-

gence médicale qui peut entraîner la mort.

## Comment refroidir le corps des athlètes ?

Pour éviter ce phénomène, les sportifs de haut niveau habituent leur corps aux fortes chaleurs. Une à deux semaines avant une compétition, ils se rendent sur les lieux de la compétition ou s'entraînent dans des chambres environnementales qui reproduisent les conditions climatiques attendues. « Cette acclimatation leur permet non seulement de renforcer leur sudation tout en limitant les pertes de sels minéraux par la sueur, mais aussi d'augmenter le volume plasmatique du sang, ce qui facilite le transfert de chaleur des muscles vers la peau », note Franck Brocherie.

D'autres techniques, au cours de l'entraînement ou la compétition, sont également efficaces pour faire baisser la température avant une compétition : bain de glace, immersion dans l'eau froide, utilisation de gilets de glace. Pendant l'exercice, le refroidissement passe par la vaporisation d'eau froide, une hydratation avec « des boissons fraîches, souvent enrichies en sels minéraux, voire via l'ingestion de glaces pilées de type granité », ajoute l'Inserm.

**Destination santé**

## Semaine de l'allaitement

# Pourquoi donner votre lait au lactarium ?

**La semaine mondiale de l'allaitement maternel a débuté le 1er août. A cette occasion, on vous explique pourquoi il est si important de faire don de son lait à un lactarium quand on le peut. Cette démarche peut sauver des bébés prématurés.**

L'allaitement maternel est recommandé chez tous les enfants jusqu'à l'âge de six mois. Encore plus particulièrement chez les enfants prématurés ou qui présentent certaines pathologies. En l'absence de lait maternel, le lait du lactarium est recommandé. « Le lait maternel est extrêmement bénéfique pour la santé et le développement des nouveau-nés les plus vulnérables. Il permet de réduire très significativement les complications observées chez les enfants prématurés. C'est un véritable "médicament" pour ces enfants », note l'association des lactariums de France qui sensibilise et encourage les mères à donner leur lait maternel. Car trop souvent, les lactariums souffrent de pénurie.

## Quels bénéfices pour les prématurés ?

Selon la Haute autorité de santé (HAS), les bénéfices du lait humain pour les enfants de faibles poids sont les suivants :

- une réduction significative de l'entérocolite ulcéro-nécrosante, une pathologie intestinale aiguë du prématuré. un taux plus faible d'infections secondaires ;
- une amélioration de la tolérance digestive ;
- une amélioration du neurodéveloppement.

On retrouve aussi, à un niveau de preuve inférieur toutefois : un taux réduit de rétinopathie du prématuré (trouble bilatéral de la vascularisation rétinienne pouvant être responsable d'une cécité) ; un effet protecteur contre la dysplasie broncho-pulmonaire du nouveau-né (maladie pulmonaire chronique pouvant être associée à une morbidité respiratoire, également neurologique et cognitive) ; un effet bénéfique sur le risque cardiovasculaire à l'adolescence.

## Le lait du lactarium pour quels bébés ?

Afin de gérer au mieux les stocks et éviter les pénuries dans les lactariums, la HAS recommande que les enfants prématurés de moins de 32 SA et/ou moins de 1 500 grammes reçoivent systématiquement du lait de lactarium si le lait maternel n'est pas disponible ou en quantité insuffisante. Pour les enfants nés entre 32 SA et 34 SA et ou de poids entre 1 500 grammes et 1 800 grammes inclus, le lait de lactarium est recommandé uniquement si les stocks le permettent et que les besoins des bébés prioritaires sont couverts.

Pour les bébés nés à un terme supérieur à 34 SA et/ou le poids est supérieur à 1 800 grammes, le lait



de lactarium est recommandé dans certaines situations : un retard de croissance sévère, la réalimentation après une entérocolite ulcéro-nécrosante, une cardiopathie congénitale... A condition, encore, que les stocks soient suffisants.

## Qui peut donner son lait ?

On le voit, la question du stock disponible dans les lactariums est au cœur des préoccupations de la HAS et conditionne l'accès au lait humain de nombreux bébés qui en auraient pourtant besoin.

La plupart des mères peuvent donner leur lait. « Certaines personnes ne peuvent pas donner leur lait, par exemple lorsqu'elles ont eu cer-

taines infections virales (hépatite B ou C, HIV, syphilis), lorsqu'elles ont eu une transfusion ou une greffe d'organe, lorsqu'elles prennent certains médicaments ou lorsqu'elles consomment du tabac, de l'alcool ou des stupéfiants », précise l'association des lactariums de France. Autres critères, ne pas avoir fait de tatouage, piercing, épilation par aiguille ou maquillage permanent ces 4 derniers mois et ne pas consommer d'alcool, de tabac, de substituts nicotiniques régulièrement ni de drogue, même occasionnellement. Il n'y a pas de critères d'âge. Il est bien sûr nécessaire d'allaiter son enfant, d'avoir un excédent

de lait et d'être en bonne santé. Contactez le lactarium le plus proche de chez vous qui vous accompagnera pour un don de lait.

Le don de lait peut être anonyme ou non, il n'est jamais rémunéré. La mère recueille son lait chaque jour à l'aide d'un tire-lait, le congèle et le remet aux équipes du lactarium qui passent le récupérer à son domicile toutes les trois semaines. La donneuse devra respecter les règles d'hygiène ainsi que de stérilisation du matériel, et posséder un congélateur suffisamment grand pour conserver le lait.

**Destination santé**

# Sport au Congo

## De la colonisation à l'indépendance

**Le sport constitue un miroir de la société, reflétant ses luttes, ses aspirations et son histoire. En République du Congo, l'évolution de la dynamique sportive a suivi un parcours complexe, passant de jeux traditionnels à des compétitions structurées, influencées par des événements politiques majeurs. L'émergence du sport s'est inscrite dans un continuum historique, des débuts de la colonisation jusqu'à nos jours, en passant par les moments décisifs de la proclamation de la République et de l'indépendance.**

Au début du XXe siècle, la colonisation a eu un impact profond sur la société congolaise, y compris dans le domaine sportif. Les colonisateurs ont introduit des sports tels que le football, le basketball et le rugby, qui ont rapidement gagné en popularité auprès des élites urbaines, reléguant progressivement les pratiques traditionnelles au second plan. Les premières compétitions sportives ont vu le jour, mais souvent limitées à une frange restreinte de la population, laissant les communautés autochtones en marge.

Le 28 novembre 1958 constitue un tournant dans l'histoire politique du Congo. La proclamation de la République a catalysé un élan nationaliste qui s'est également manifesté dans le domaine sportif. Les Congolais ont commencé à revendiquer leurs droits sur le terrain, et le sport est devenu un moyen d'expression culturelle et identitaire. Des clubs locaux ont émergé et les compétitions sportives ont inclus un nombre croissant de participants issus des diverses communautés ethniques.

L'indépendance, proclamée le 15 août 1960, a ouvert de nouvelles

perspectives du sport au Congo. Des infrastructures ont été développées et des événements sportifs organisés à l'échelle nationale. Les athlètes congolais ont eu l'opportunité de se représenter sur la scène internationale, symbolisant la fierté et l'unité nationale. Des disciplines telles que le football, le basketball et l'athlétisme ont vu leur popularité croître de manière exponentielle.

Aujourd'hui, le sport dans ce pays est devenu un élément central de la culture populaire. Les jeunes s'orientent de plus en plus vers le football, tant au niveau amateur que professionnel. Parallèlement, des initiatives visant à promouvoir d'autres sports tels que le rugby, le volleyball et les arts martiaux se multiplient. Malgré les défis économiques et politiques, le sport demeure un vecteur d'unité pour les Congolais, incarnant passion et fair-play.

Le parcours du sport dans le pays est étroitement lié à son histoire. De son passé à son présent, il est manifeste que le sport a su s'adapter et évoluer, devenant un symbole d'identité nationale et de fierté collective. À mesure que le pays se projette vers l'avenir, il est



Vue aérienne du stade de Kintélé /DR

essentiel de reconnaître le rôle du sport dans la construction d'une société unie et dynamique. Les générations futures continueront sans aucun doute d'écrire l'histoire sportive du Congo, alliant tradition et modernité dans un cadre où le sport unit et inspire. Ainsi, le parcours du sport au Congo est jalonné d'embûches, mais il est également porteur de promesses. À travers les défis

rencontrés et les réussites réalisées, le sport continue de tisser des liens essentiels entre les individus et de contribuer à l'identité collective de la nation. Son rôle dans la construction d'une société plus unie et résiliente est indéniable. Alors que le pays entre dans une nouvelle ère, il est impératif de soutenir et de promouvoir le sport, non seulement en tant qu'activité physique, mais

également comme un vecteur de socialisation, d'inclusion et de paix. Les générations à venir devront non seulement continuer à revendiquer la reconnaissance de leurs talents, mais aussi œuvrer pour un avenir où le sport sera un véritable outil de transformation sociale et de développement durable.

**Roch Blanchard Okemba**

## Sport de travail

### L'ARTF remporte le tournoi de football

**Les efforts de l'équipe de football de l'Agence de régulation des transferts de fonds (ARTF), sous l'impulsion de son directeur général, Basile Jean Claude Bazebi, ont payé après avoir survolé le tournoi de football organisé du 18 mai au 28 juillet par la ligue départementale de sport de travail de Brazzaville. La sélection de l'ARTF a reçu avec honneur son trophée, le 28 juillet.**

L'équipe de l'ARTF a marqué positivement son passage lors de la compétition, dominant ses adversaires. Son directeur général, Basile Jean Claude Bazebi, a reçu, au terme de la finale, un diplôme pour son dévouement, son implication et sa contribution substantielle et multiforme à la ligue. Selon les champions, ce sacre marque le retour en force de leur direction en matière de compétitions réservées aux travailleurs. Outre le football, l'ARTF a également pris part aux tournois de futsal de cross-country et de nzango chez les dames.

La participation de l'ARTF a été saluée par les organisateurs car outre l'équipe de football qui a été sacrée championne de la ligue de Brazzaville, celle de futsal est parvenue à se hisser à la 3e place du podium tandis que les dames se sont classées huitièmes au nzango.

« Ces succès témoignent non seulement des compétences athlétiques des agents de l'ARTF, mais également de l'engagement collec-

tif pour exceller. Les résultats obtenus ont consolidé le prestige de l'agence au sein de la communauté des entreprises de Brazzaville et lui ont assuré une plus grande visibilité », a indiqué l'un des agents de l'ARTF.

La dernière participation de l'ARTF aux compétitions nationales remonte à la période d'avant covid, notamment à la septième édition du championnat national du sport de travail organisée du 4 au 8 septembre 2019 à Ouesso, dans le département de la Sangha, par la Fédération congolaise du sport de travail. Dans la même année, elle a également pris part à la première édition de l'Afri-foot en Tunisie.

Notons que les études scientifiques sur le sujet du sport en milieu professionnel démontrent les bienfaits de la pratique sportive sur l'élimination de l'absentéisme, la diminution du stress au travail, la prévention des troubles musculo-squelettiques, la cohésion des équipes, ou encore la productivité de l'entité publique



L'équipe de l'ARTF football, championne de Brazzaville /Adiac

ou privée. A ce titre, il convient de rappeler qu'il existe au Congo des tournois, des championnats et des ligues sportives en milieu sportif qui, outre les bienfaits retirés par la pratique sportive, se sont fixés comme objectif de favoriser le brassage et le vivre-ensemble entre les travailleurs ve-

nus de différents départements et de différentes entreprises. Le rendez-vous est ainsi pris pour le championnat national du sport professionnel qui se tiendra dans les prochains jours. L'ARTF va aussi participer au tournoi de la zone Afrique centrale de l'Organisation pour le sport du travail

amateur et africain qui se tiendra à Brazzaville, du 12 au 15 septembre. Elle sera aussi présente aux 2es Jeux africains du sport de travail qui se tiendront à Dakar, au Sénégal, en décembre prochain.

**Rude Ngoma**

## Plaisirs de la table

# épices, les 3 essentiels de la cuisine congolaise

Elles constituent la base de nos recettes et font parties intégrantes de presque toutes les préparations au Congo. Poivres, muscade et gingembre, ont le mérite de relever le goût en n'apportant que très peu de calories.

**Le poivre :** les deux variétés les plus utilisées et connus des Congolais sont les poivres noir et blanc. On utilise le poivre noir sur tous types de plats (légumes, viandes blanches, poissons). Le poivron blanc, quant à lui, est plus doux et subtil car débarrassé de son écorce. Il existe différents niveaux de blancs selon le tri effectué lors du conditionnement. Appelé poivre mignonnette par les cuisiniers, il a aussi l'avantage de ne pas colorer les sauces dans lesquelles il est utilisé. Les deux permettent de relever un plat et apportent une très légère touche de piquant dans toutes vos sauces, mijotés, vinaigrettes ou encore poêlées.



**La muscade :** elle possède des saveurs chaudes, boisées, avec une note de noisette. La muscade est considérée comme une épice réconfortante. Elle est souvent associée aux plats salés, tels que les soupes, les ragôts, les purées de pommes de terre, les légumes, les viandes et les sauces.

La noix de muscade est reconnue comme un puissant anti-inflammatoire et analgésique. Elle soulage les infections, les rhumatismes et les troubles digestifs.

**Le gingembre (tangawisi)** Rhizome riche en amidon qui sert à parfumer la nourriture, le



gingembre est la seule épice à être écrasée pour en extraire du jus, que l'on boit frais, seul ou mélangé à d'autres jus de fruits. Le gingembre est un puissant antiémétique et a des vertus toniques et stimulantes, on lui prête dès lors des capacités aphrodisiaques. Parfait allié des

marinades de grillades, il relève le goût des soupes, des sauces et de nombreux plats. Frais ou en poudre, il apporte une saveur unique. En plus de ses propriétés aromatiques, le gingembre facilite la digestion et possède des vertus anti-inflammatoires (exemple). !

*Imane de Imelda*

## RECETTE

### Jus de tamarin

#### INGRÉDIENTS

2 litres d'eau tiède  
150 g de tamarin décortiqué  
1 citron vert (le jus)  
Du sucre à convenance  
Des glaçons (facultatif)

#### PRÉPARATION

Dans un saladier, verser l'eau tiède puis la pulpe de tamarin. Laisser tremper pendant 30 minutes environ. Écraser la pulpe dans l'eau à l'aide des mains afin de bien extraire la pulpe. Puis passer la préparation au tamis. Ajouter le jus de citron vert et sucrer à convenance. Sortez vos glaçons, mettez la quantité souhaitée dans votre verre et versez le jus. Voilà vous pouvez savourer votre jus de tamarin frais ou tiède comme une infusion.

*I.de I.*



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

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

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°195

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°202

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

MOTS CASÉS 10X13 - N°213

2 LETTRES

AS - EN - ET - IL - LA - OH - OU - PS

3 LETTRES

BLE - DON - ETE - LAI - LOT - MAS - MER - NUE - OSE - TGV

4 LETTRES

ANES - GITE - IRAN - MUER - OEIL - ORME - ORNA - OTAI - SEXE - SUER - USEZ - ZONE

5 LETTRES

ABUSE - ANDIN - DUNES - ENFLA - FRIRE - GUANO - HOTEL - LAGON - PAIEN - REGLA - SABLE - TONGS

6 LETTRES

ATOLLS - BRONZE - EVENTE - LEZARD - SAUNAS - SIESTE - SOLEIL

CAPITALE DU TCHAD PREND SA CARTE	DES EN PIÈCES CENTRE OUESTRE	COULEUR CLAIR FERA PLACE NETTE	OBSTACLE	ORDRE DE MARCHÉ ILE DE FRANCE	HORMONE SEXUELLE IL CTOUFFE SA PROIE
IL A 10 PARTIES PRONOMI RELATIF					
AU SUD DE CUBA SERMON				PETIT PROBLEME AVERE	
				AVARE BOUCHE TORDUE	
JUGE UN PEU DE CITRON					FÊTE
		INSULAIRES GESTES TOUCHANTS			
FIMBRES MAL	PAYSAGE SAUVAGES BIAUX DE SOUBIS		GRANDE EPOQUE	FERME INDICE BOURSE	
				DEMONSTRATIF NE FAIT PAS L'UNANIMITE	
RELATION DE PROXIMITE	ARTICLE GAMIN	ANNAGUER FAIT DE LA COUTURE			
		FAIT MAL AMOUREUX			DIFFERENT
TRANCHANT METAL			LE DERNIER, C'EST NICOLAS	DIU GREC	
	NICH BOXE FOND BOURSE			CONSULISE ELUME	
SURRE LES DENTS FERA PAREIL		MAISON OCCUPEE SOLDIL DIVIN			SUIT LE DOCTEUR
				ADRESSE AU ROI	
ACCUMULATION		MIS HORS D'ETAT DE NUIRE			

• SUDOKU • GRILLE N°196 • FACILE

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

• SUDOKU • GRILLE N°203 • DIFFICILE

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

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

- |          |           |          |
|----------|-----------|----------|
| BAZAR    | GEOMETRIE | NAVIRE   |
| BOUFFON  | GRATTOIR  | ODIEUX   |
| BROCOLI  | HAIKU     | ORDALIE  |
| CAMELIA  | HARICOT   | PAUVRE   |
| CLERGE   | IGLOO     | PERONE   |
| COLONIE  | JAGUAR    | PRETEXTE |
| CORMORAN | JOBARD    | PUCELLE  |
| DEFICIT  | KARAOKE   | REVISION |
| DERBY    | LAURIER   | RHUME    |
| DUMPING  | LIGURE    | SEPULCRE |
| FENNEC   | MANGROVE  | SOUFRE   |
| FERVEUR  | MILLE     | SYLLABE  |
| FONCIER  | MONOPOLE  | TORDU    |
| GAMBIT   |           |          |

# A cœur ouvert

## « La vie, ce beau combat »

**À cœur ouvert : La vie est un combat, aura-t-on entendu dire quelque part. Plus qu'une découverte de soi, elle invite à un réel dépassement de soi. Livrer le combat de la vie est une invite à laquelle personne n'a le choix de donner son avis, dès qu'on y est, dès qu'on naît, pas moyen de reculer, il faut boxer. Recevoir des coups et en donner. Mais dans le fond, pourquoi on se bat ? Et contre qui ? Sinon pour qui... ?**

Avant même d'être un oeuf, l'Homme se bat déjà. Son combat prend alors la forme d'un spermatozoïde parmi des millions qui s'agitent, qui se bat, qui court, qui nage, dans un océan de ténèbres pour aller féconder un ovule, un seul, qui n'en acceptera qu'un seul et se fermera à tous les autres dans le but de faire un bébé. Voilà ce qu'est foncièrement un Homme : une entité qui se bat. Cette vision peut paraître très compétitive : à regarder de plus près, elle révèle pourtant une opération miraculeuse.

Ce spermatozoïde, cet ovule, ce futur oeuf, exclusivement celui-là, et pas un autre, vient au monde, en franchissant tous les obstacles, se délestant de toutes ses faiblesses, ses compromissions, ses imperfections, ses boulets, les bagages qui lui pèsent trop lourd, remportant la victoire sur tous les types d'entraves, de difficultés et d'adversités qui lui sont naturellement opposés pour la seule bonne raison de faire parvenir à la lumière du soleil un message spécifique : son code génétique, son identité, son exclusivité, son unicité, son empreinte

digitale, son ADN, sa particularité.

La vie ce n'est pas alors des luttes incessantes juste pour lutter. Ce n'est pas alors de la compétition juste pour de la compétition. Ce n'est pas non plus un combat juste pour le plaisir de combattre. Le but du combat de la vie est de faire parvenir à la lumière du monde un code génétique spécifique : votre message. Le témoignage de votre vie.

*Princilia Pères*

### HOROSCOPE

**Bélier**  
(21 mars - 20 avril)

L'amour vous porte et vous galvanise. Seul ou en couple, vous serez animé par des sentiments purs et intenses. Vous serez sensible au moral de vos proches et impliqué dans leurs questionnements.

**Lion**  
(23 juillet-23 août)

Parfaitement harmonisé avec votre partenaire, vous construisez ensemble des projets précieux. Les célibataires ont eux aussi le cœur à la fête et les rencontres ne se feront pas attendre.

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

Vous saurez tirer votre épingle du jeu et ramener de la lumière sur vous. Vous êtes dans les parfaites conditions pour revendiquer vos droits et vous faire entendre. La réussite est à portée de main.

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

Vos idées se concrétisent plus vite que vous ne l'avez imaginé. Vous êtes entouré par des personnes particulièrement influentes et motivantes, préparez-vous, il y aura de l'action dans votre vie !

**Vierge**  
(24 août-23 septembre)

Vous vous battez pour réaliser vos rêves. Cette semaine, vous prenez les choses en main. Vous serez ouvert à de grandes aventures et volontaire pour les vivre pleinement. C'est vous qui décidez !

**Verseau**  
(21 janvier-18 février)

Vous vous sentez accompli et bien ancré dans vos projets. Les nouvelles des semaines passées ont donné un sens à vos progrès de tous les jours. Vous pouvez vous satisfaire d'avoir fait les bons choix.

**Gémeaux**  
(22 mai-21 juin)

Vous serez présent pour vos proches, peut-être plus que vous ne l'avez déjà été. Votre disponibilité et votre écoute seront particulièrement appréciés. C'est le moment pour vous de renouer avec certains de vos amis.

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

Vous n'y voyez pas toujours très clair. Ne vous laissez pas dépasser par ce qui vous échappe, il s'agit parfois d'incompréhensions qui pourraient être vite résolues si vous le décidez de cette manière.

**Poisson**  
(19 février-20 mars)

Vos hésitations pourraient finalement déboucher sur de grands questionnements. Vous remettez les choses en perspectives, interrogez le sens de vos actions. Ce cheminement vous pousse à de nouvelles considérations.

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

Cette semaine concrétisera des mois d'efforts et de remises en question. Vous arrivez aux objectifs que vous vous êtes fixés, tout votre dévouement sera récompensé. Vous pouvez ouvrir sereinement une nouvelle page.

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

Votre énergie et votre ouverture d'esprit ne laissent personne indifférent. On vous remarque et cela profitera aux cœurs à prendre. Attention aux jeux d'argent, vous pourriez vous retrouver perdant.

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

Vos idées se transforment et se concrétisent au fil des échanges avec les gens qui vous entourent. L'avis de vos amis sera particulièrement stimulant et éclairant. De belles aventures sortiront de cette période.

### PHARMACIES DE GARDE

DIMANCHE 11 AOÛT 2024

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

<b>MAKELEKELE</b>	Soberne
<b>Pharmacie de jour</b>	Ghalis
Centre Sportif	Beatitude
Mazayu de Kinsoundi	Rhina
La Providence	Pharmacie de nuit
Galien	Sophiana
Pharmacie de L'OMS	Désir
Pharmacie de nuit	Tsiémé
Grand séminaire	Ebina
Rondpoint Makélékélé	Bouéta Mbongo
Kisito	Coronella
Goldine	<b>TALANGAI</b>
	Pharmacie de jour
	Denise
	Cirade
<b>BACONGO</b>	Goless
Pharmacie de jour	Gelia Marcela
Raph	Pharmacie de nuit
Dr Jesus (ex Saint-Michel)	Esplanade
Saint-Pierre NG	Saint Rober
Pharmacie de nuit	Galy
Sandza	Jaque Rufin
Prosper	Père Emerauce
Commission	Immaculé
La Glacière	Eckodis
	Louanges
<b>POTO-POTO</b>	Lycée T.Sankara
Pharmacie de jour	Croix Sainte
Divina	
La Gare	<b>MFILOU</b>
Marché Poto-Poto	Pharmacie de jour
Renande et Maat	Hebron
Clairon	Le Bled
	Divine
<b>MOUNGALI</b>	Pharmacie de nuit
Pharmacie de jour	El Rodriguo
Avenue de la paix	Ô Océanne
Espérance	Bethesda
Gim	Exode
Pont du centenaire	
Del Grâce	<b>DJIRI</b>
Pharmacie de nuit	Pharmacie de jour
Celmesterica et Jenny	Antony
Délivrance	Du Domaine
Jagger	La Frédina
Bouéta Mbongo	Kev
La Renaissance	Pharmacie de nuit
Liema	Oasis
La Grâce	<b>MADIBOU</b>
	Pharmacie de jour
	<b>L'OMS</b>
<b>OUENZE</b>	Pharmacie de nuit
Pharmacie de jour	Victorieuse
Mapassi	