



LES DÉPÊCHES DU BASSIN DU CONGO

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

200 XAF / 300 CDF / 400 RWF

www.adiac-congo.com

N° 307 - VENDREDI 7 AU JEUDI 13 FÉVRIER 2025

BUSINESS AFRICA

Jonathan Yanghat, un entrepreneur congolais au cœur de la 8^e édition

Le créateur de « Noki-Noki », une start-up de livraison à domicile dont l'objectif est de redéfinir les standards de livraison en Afrique, est parmi les orateurs de la 8^e édition de Business Africa qui se tiendra du 1^{er} au 2 mars en France. Plus grand événement de Business africain en Europe, ce salon est un véritable lieu d'échange et de partage dans un cadre convivial.

PAGE 3



MODE

Fashion Genesis: Brazzaville capitale de la mode africaine



Brazzaville accueillera, le samedi 22 février, « Fashion Genesis », un rendez-vous qui vise à mettre en lumière la créativité et l'élégance de la mode africaine, tout en promouvant les talents locaux et internationaux. Des créateurs de divers horizons présenteront des pièces uniques inspirées de l'héritage africain. **PAGE 4**

MUSIQUE

Cegra Karl enflamme Brazzaville ce 21 février !

La capitale congolaise accueille le concert de Cegra Karl, également connu sous le surnom de Le Traumatiseur. Cet artiste de rumba congolaise apprécié pour ses mélodies captivantes et ses performances scéniques, promet une soirée inoubliable ce vendredi à tous les férus de la rumba congolaise.

PAGE 4



LITTÉRATURE

« Je suis noir de monde », Chrystom explore l'universalité et la résilience

La poésie contemporaine fait émerger de nouvelles voix qui restent largement méconnues du grand public. Chrystom, poète et écrivain congolais, en fait partie et son dernier recueil de poèmes, « Je suis noir de monde », en dit long sur sa perception de la poésie, son violon d'Ingres, son langage pour donner vie à ce qu'il ressent, redoute, espère. **PAGE 7**



SAINT-VALENTIN

Le cœur, symbole éternel de l'amour



PAGE 6

Éditorial

À proximité !

Une autre façon de penser le voyage ou les vacances réside dans la manière de trouver dans le tourisme local des rudiments nécessaires pour réinventer des destinations souvent plus proches et parfois plus riches et moins coûteuses. Parce que le Congo, notre beau pays, possède une panoplie de possibilités touristiques de proximité, qu'on assiste de plus en plus de vacanciers désireux d'investir des villages et des lieux situés à quelques kilomètres de leur résidence habituelle, à la recherche de petites réalités inexploitées.

Cette tendance qui se confirme au fil des années peut bien servir de piste aux entreprises du secteur touristique afin d'étoffer et d'améliorer une offre en réalité déjà disponible. Nombreux sont ceux qui souhaitent, en effet, séjourner dans un rayon de cent kilomètres maximum, se dépayser et découvrir autrement sa propre ville et ses alentours. Une solution simple et efficace qui permettrait, par ailleurs, d'échapper au stress de leur routine quotidienne.

Si ce mode de tourisme se déploie avec la floraison d'initiatives privées en termes d'hôtels, auberges et autres services associés, reste qu'il soit mieux organisé avec, par exemple, l'existence des catalogues capables de mieux renseigner sur les opportunités, éclairer davantage sur les sites comme celui de l'île de Tioudi à Mafouta, à quelques dizaines de kilomètres du centre-ville.

Les Dépêches du Bassin du Congo

LE CHIFFRE

« 47 »

C'est le nombre d'années que totalise, en 2022, la commémoration de la Journée internationale des droits des femmes à travers le monde.

PROVERBE AFRICAIN

« Quand un enfant a les mains propres, il prend son repas dans le cercle des anciens ».

LE MOT

« HORRIPILER »

□ *Du latin « horripilare » (avoir le poil hérissé), horripiler signifie agacer quelqu'un, le mettre dans un état d'énervement, d'impatience extrême.*

IDENTITÉ

« KÉVIN »

Identité: Kévin est un prénom aux multiples origines. En Celte, il signifie « le bien planté », tandis que le terme anglais « kwen » se traduit par « plante ». Kévin est une personne généralement considérée pour son intelligence. Il est capable d'agir sereinement et de s'adapter à différents cas de figure. Son objectivité est souvent mise à contribution quand il faut faire preuve de discernement.

LA PHRASE DU WEEK-END

« On ne fera pas un monde différent avec des gens indifférents ».

- ARUNDHATI ROY -



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 : Parfait Wilfried Douniama
Rédacteurs en chef délégués : Christian Brice Elion, Rominique Nerplat Makaya
Grand-reporter : Nestor N'Gampoula

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

Service Politique : Parfait Wilfried Douniama (chef de service), Roger Ngombe, 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 :

Rédaction en chef délégué : Quentin Loubou

Durly Emilia Gankama (cheffe de service)

RÉDACTION DE POINTE-NOIRE

Chef d'agence : Victor Dosshe

Rédacteur en chef : Faustin Akono
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara

Bureau de Pointe-Noire : Av. Germain Bikoumat - Immeuble Les Palmiers. Tél. (+242) 06 963 31 34

RÉDACTION DE KINSHASA

Direction de l'Agence : Ange Pongault

Chef d'agence : Nana Londole

Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso

Rédaction : Laurent Essolomwa, Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi, Nioni Masela, Martin Enyimo

Comptabilité, administration, ventes : Lukombo, Blandine Kapinga, Jean Lesly Goga

Bureau de Kinshasa : 4, avenue du Port - Immeuble Forescom commune de Kinshasa Gombé/Kinshasa - RDC - /Tél. (+243) 015 166 200

SECRETARIAT DE REDACTION

Secrétariat général de rédaction : Gerry Gérard Mangondo

Chef de service : Clotilde Ibara

Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembedi, François Ansi

PAO - MAQUETTE

Chef de service PAO : Eudes Banzouzi

Chef de service : Cyriaque Brice Zoba

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

INTERNATIONAL

Direction : Bénédicte de Capèle

Adjoint à la direction : Christian Balende

Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma,

Bureau de Bruxelles : Dani Ndungidi, Adrienne Londole

ADMINISTRATION - FINANCES

Direction : Kiobi Abira

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

PUBLICITÉ ET DIFFUSION

Coordination, Relations publiques : Mildred Moukenga

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

Chef de service diffusion : Guylin Ngossima

Brice Tsébé, Irin Maouakani, Christian Nzoulani, Bob Sorel Moubelé Ngono

COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

Direction : Guillaume Pigasse

Secrétariat : Presly Raëlle Mouanga Ribhat

LOGISTIQUE ET SECURITE

Direction : Gérard Ebami Sala

Adjoint à la Direction : Elvy Mombete

Coordonnateur : Rachyd Badila

Jules César Olebi, Siméon Ntsayouolo, Jean Bruno Ndokagna

INFORMATIQUE ET NOUVEAUX MEDIAS

Direction : Emmanuel Mbengué

Assistante : Dina Dorcas Tsoumou

Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate

Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Darel Ongara, Myck Mienet Mehdi, Mbenguet Okandzé

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

Chef de service : Émilie Moundako Éyala

Eustel Chrispain Stevy Oba, Epiphanie Mozali

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

MUSEE GALERIE DU BASSIN DU CONGO

Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi

Astrid Balimba, Magloire Nzouzi

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

Entrepreneuriat

Eunice Milay Nkounkou, une jeune femme aux airs de mannequin

A l'allure d'un mannequin, Eunice Milay Nkounkou, la vingtaine, est une entrepreneure née. Persuasive et avenante, elle sait accueillir le client quelle que soit la taille de son portefeuille. Un atout majeur qui lui a permis de constituer son carnet d'adresses. Rencontre avec une femme courageuse, pleine d'ambition, femme d'affaires impitoyable même si à première vue, elle ne le laisse pas transparaître.

Milay Nkounkou marque les esprits par sa gentillesse et son dévouement à servir les autres. « Il n'y a pas de secret, simplement être à l'écoute du client et laisser ses émotions à la maison », indique-t-elle, reconnaissant que ce n'est pas toujours facile au quotidien. « Chaque client a son humeur, ses caprices, donc il faut savoir comment lui mettre à l'aise. En général, ce n'est pas difficile car j'aime ce que je fais, et tous les jours je donne le meilleur de moi », souligne la jeune fille, à l'affût des dernières tendances à la mode. « Je gère une grande boutique où nous vendons vêtements, cosmétiques et accessoires; ce qui fait que je suis branchée sur tout ce qui touche à la mode », explique-t-elle, heureuse d'avoir participé à la dernière vente privée qu'a réalisée TSF Fashion Store, boutique de mode qu'elle gère en l'absence de sa patronne Thecla Fanelle Tsonga, à cheval entre le Congo et la France.

Dotée d'une forte personnalité et d'un caractère bien trempé, l'indépendance financière n'est pas quelque chose de nouveau pour elle. Très jeune, elle s'exerce au commerce au côté de sa mère. D'ailleurs, celle-ci affirme qu'Eunice a une âme d'entrepreneuse.

« C'est une fille qui touche à tout et cela depuis sa tendre enfance », révèle Pascaline Nkounkou, sa mère.

Un don hérité donc de sa mère car déjà au primaire, Eunice vendait un peu de tout, des friandises aux produits alimentaires. C'est au lycée qu'elle prend réellement conscience de son talent et commence à se détacher du commerce familial pour se lancer en solo. « Entreprendre n'est pas une activité facile, cela nécessite à la fois opiniâtreté, dévouement et altruisme. Le plus dur dans ce travail est le recouvrement, vu que certains clients tiennent difficilement leurs promesses et cela me décourageait », se rappelle-t-elle.

Une fois son baccalauréat dans la poche, Eunice Milay Nkounkou met un moment ses activités en berne. « Quand j'arrive à la Faculté de droit, j'avais du mal à concilier les cours et le commerce. J'ai donc favorisé les cours, mais comme j'étais habituée à avoir mes propres finances, je me gênais de demander l'argent de transport ou des fascicules aux parents », indique-t-elle. En deuxième année, elle prend la difficile décision

de mettre entre parenthèses ses études et d'entrer les arcanes de l'entrepreneuriat.

Curieuse et vive d'esprit, elle aime le changement et se remet constamment en question pour ne pas tomber dans la monotonie. Entre vendeuse dans les shops de téléphonie mobile, une formation rapide en logistique, hôtesse d'accueil, la jeune fille ne se sent pas épanouie malgré son salaire régulier. Après moult réflexions, elle démissionne et s'essaye à son propre compte. Mais très vite, elle déchantait car rattrapée par la réalité. Elle se rend à l'évidence qu'elle n'est pas encore prête à faire une carrière en solo, et se met à la recherche d'un emploi.

Dans ses investigations, elle tombe sur la boutique TSF Fashion Store et fait la rencontre de sa patronne. « Tout de suite le courant passe, c'est en fait une grande sœur et une petite qui se retrouvent et bientôt débute une belle aventure », avoue cette femme de poigne qui déploie désormais ses ailes dans cette nouvelle saison de sa vie avec la complicité de sa patronne. « On m'a toujours dit que travailler avec les femmes n'était pas facile, mais ce ne sont que des préjugés. Ensemble les



Eunice Milay Nkounkou/DR

femmes peuvent bâtir, il faut simplement mettre nos égos de côté et ne pas toujours être en concurrence, mais plutôt se compléter », note-t-elle. Fille au grand cœur, Milay Nkounkou n'hésite pas à apporter de l'aide à sa famille quand cela est nécessaire. « Mon père est désormais à la retraite et ma mère est une

commerçante. Quoi de plus normal que de faire les courses quand je peux ! », avance-t-elle. A l'aube de ses 26 ans, Milay Nkounkou se sent plus sereine d'affronter le monde. Son rêve est d'acquiescer sa propre entreprise. On lui alors souhaite bon vent!

Berna Marty

Business Africa

Jonathan Yanghat parmi les intervenants

Le jeune entrepreneur congolais Jonathan Yanghat, promoteur de la start-up « Noki-Noki », est parmi les orateurs de la 8e édition de Business Africa qui se tiendra du 1er au 2 mars en France. Plus grand événement de Business africain en Europe, ce salon est un véritable lieu d'échange et de partage dans un cadre convivial.

La créativité, l'innovation, la détermination et le savoir-faire sont tout autant d'attributs qui seront mis en évidence lors de cet événement afin de toucher efficacement un large public professionnel et qualifié.

Né en 1991 en République du Congo, Jonathan Yanghat entrepreneur et ingénieur en informatique incarne la vision d'un continent qui mise sur la technologie et l'entrepreneuriat pour se développer et répondre aux besoins de sa population, titulaire d'un master en ingénierie informatique obtenu à l'École supérieure d'informatique de Paris. Il a été depuis 2018 expert détaché en développement web informatique de l'agence congolaise des systèmes d'information. Avant de se foncer dans l'entrepreneuriat, il a par ailleurs travaillé chez ortis, une entreprise française d'informatique où il a été programmeur en 2017.

C'est précisément en 2021, pendant la période de la covid-19,



qu'il s'est lancé pleinement dans l'entrepreneuriat avec la création de "Noki-Noki", une start-up de livraison à domicile dont l'objectif est de redéfinir les standards de livraison en Afrique. "Noki-Noki" est une solution numérique développée par ce jeune ingénieur congolais, Jonathan Yanghat pour permettre aux utilisateurs de faire livrer leur colis via son application mobile. La solution dispose d'une

application accessible sur IOS et sur Android ou elle a déjà été téléchargée plus d'un million de fois et l'utilisateur après le téléchargement crée un compte avec ses informations personnelles pour pouvoir ensuite accéder aux différents services.

En plus de la livraison de colis, il a aussi déployé "Noki-Noki food" pour la commande de nourriture dans les restaurants de ville ; "Noki-Noki entreprise" pour répondre aux besoins logistiques des entreprises afin d'assurer pour elles l'acheminement des colis et marchandises d'un endroit à un autre dans le respect des délais et des protocoles de sécurité. La start-up congolaise est présente dans six pays et huit villes dont Brazzaville et Pointe-Noire au Congo, Dakar au Sénégal, Abidjan en Côte-d'Ivoire, Libreville au Gabon, Kinshasa en RDC. Avec les délais moyens de livraisons qui sont de dix à quinze minutes au centre-ville et vingt à trente minutes

au-delà du centre-ville, Noki-Noki est une alternative pour les plateformes de commande en ligne qui sont généralement confrontées à des problèmes de livraison.

Visionnaire, conférencier, expert, Jonathan Yanghat est très actif sur les réseaux sociaux, anime aujourd'hui une communauté avec une approche axée sur le développement personnel et l'entrepreneuriat. Ce jeune entrepreneur congolais fait désormais partie de la nouvelle génération des jeunes entrepreneurs et leaders qui marquent l'Afrique et le reste du monde. En quelques instants, il est devenu une figure incontournable de l'entrepreneuriat social et de la technologie dont le nom évoque l'effervescence que l'entrepreneuriat connaît, à l'heure actuelle du numérique, posant ainsi ses empruntes dans cet univers. Pour cet événement qui rassemblera des femmes, hommes, vieux ou jeunes, étu-

dants, entrepreneurs, salariés, administrateurs, association, Jonathan Yanghat, en tant qu'entrepreneurs, se servira de son propre modèle de réussite, à travers les échanges, témoignages, séances de coaching pour édifier. En effet, Business Africa est un événement dont l'objectif est de plaider pour un environnement commercial favorable qui facilite les entreprises durables, l'investissement et l'emploi pour le développement socio-économique en Afrique, à travers un réseau d'employeurs nationaux et d'organisations commerciales. Business Africa cherche à influencer la politique au niveau continental en renforçant la voix des entreprises dans les organismes continentaux et internationaux tels que la commission de l'Union africaine, la commission économique des Nations unies, la Banque africaine de développement et d'autres organismes continentaux.

Cissé Dimi

Musique

Cegra Karl en concert à Brazzaville le 21 février

Brazzaville accueillera un événement musical majeur avec le concert de Cegra Karl, également connu sous le surnom de Le Traumatiseur. Cet artiste de rumba congolaise, très apprécié pour ses mélodies captivantes et ses performances scéniques, promet une soirée inoubliable le vendredi prochain pour tous les amateurs de musique.

Ce concert, intitulé «Le Traumatiseur», vise à célébrer la musique rumba congolaise et de partager avec ses fans une soirée de joie et d'amour. Cegra Karl souhaite offrir une expérience musicale mémorable en interprétant plusieurs de ses titres phares. Les activités prévues incluent des performances live acoustiques de ses chansons les plus célèbres, telles que «Elombé», «Point mort» et bien d'autres. Cegra Karl prévoit également des concerts en extérieur dont les dates seront annoncées ultérieurement.

L'album «Pas sans toi» marque le début de la carrière musicale de Cegra Karl. Ce maxi single de quatre titres, sorti en 2018, inclut des morceaux comme «Elombé», «Ba folie», «Chagrin», et «Au nom de l'amour». Ces chansons, empreintes d'émotions et de mélodies envoûtantes, ont contribué à établir la renommée de l'artiste dans le domaine de la rumba congolaise.

En 2022, Cegra Karl a sorti son premier album complet intitulé

«Next Level». Cet album, qui regroupe huit titres, a été un véritable succès auprès du public. Les chansons «L'original», «Mon loulou», «Belle et bonne», «Aulit», «Propriétaire», «Made in China», et «Na Maboko Ya Nzambé» témoignent de la diversité et de la richesse du style musical de Cegra Karl. Chaque morceau raconte une histoire unique, captivant les auditeurs par ses paroles et ses rythmes entraînants.

En 2021, Cegra Karl a sorti le single «Toi et Moi», comprenant la chanson «Ecole d'amour». Ce titre, à la fois romantique et touchant, met en avant les talents de Cegra Karl en tant qu'auteur-compositeur et interprète. La chanson a été bien accueillie par le public et a renforcé la popularité de l'artiste dans le monde de la rumba congolaise.

Le single «Décret», sorti en 2024, comprend deux chansons phares : «Pas de dodo» et «Point mort». Ces titres reflètent la maturité artistique de Cegra Karl et son engagement à produire une musique

de qualité. Les paroles profondes et les mélodies captivantes de ces chansons ont rapidement conquis le cœur des fans.

Au cours de sa carrière, Cegra Karl a été honoré de plusieurs distinctions pour ses contributions exceptionnelles à la musique congolaise. En 2019, il a été récompensé par le Canal d'or au Cameroun dans la catégorie Révélation Afrique centrale. Cette distinction a reconnu son talent et son influence croissante dans la région. L'année précédente, en 2018, Cegra Karl avait déjà été désigné Révélation de l'année par Studio 210, une reconnaissance qui souligne son impact significatif et sa popularité croissante parmi les amateurs de rumba congolaise. Enfin, en 2019, il a reçu le Prix spécial du jury lors des Sanza de Mfoa à Brazzaville. Cette distinction honorifique a été décernée pour saluer son parcours impressionnant et son engagement envers la promotion de la musique congolaise.

Chris Louzany



Musique

Skipp Narco sur scène à l'IFC

Le jeune artiste musicien congolais Skipp Narko, aux talents prometteurs, livrera un concert le 1er mars à l'Institut français du Congo. Son savoir-faire et sa performance scénique reflètent sa croissance artistique constante et sa capacité à innover musicalement.

Skipp Narko est un jeune artiste qui séduit désormais la scène internationale. Élégant et gracieux, il a su montrer et prendre toute sa place dans cet espace culturel congolais, faisant montre d'une volonté de faire et d'une grande intelligence. Skipp Narco promet, par ailleurs, de livrer un show à la hauteur de son savoir-faire, un concert hors du commun qui restera à jamais gravé dans les mémoires des amoureux de la musique urbaine. Ce concert solo, l'artiste l'abordera avec maestria et professionnalisme devant un public urbain dont il imagine déjà enflammé, où allégresse et motion se mélangeront pour donner un spectacle vibrant. Il veut marquer les esprits des mélomanes par son énergie, l'enthousiasme et l'envie de faire de ce concert un moment inoubliable et unique de la vie.

Pour son premier concert de l'année, l'artiste peut déjà compter sur le soutien de certaines autorités et mécènes. Il a d'ailleurs été reçu par l'honorable Alban Kaya à son domicile. Très connu pour son dévouement en faveur de la jeunesse, dans un élan de solidarité, l'honorable Alban Kaya n'a pas manqué de lui témoigner tout son soutien, tout en profitant de l'occasion adressant un message vibrant au public congolais. « Je vous invite tous le samedi 1er mars dans la salle de l'Institut français du Congo pour assister au concert de Skipp Narko qui fait la fierté de la ville et du Congo notre pays. Les billets sont à deux mille grand public et dix mille VIP », a-t-il déclaré.

Parmi ses œuvres les plus nobles figurent «give up», «Kossa nga» dont le clip est si-



gné par le réalisateur cuesta, «femme idéale». Lauréat de la première édition du concours international africain proud contest en France. Ce concours a permis à l'artiste de dynamiser davantage sa carrière, de valoriser son talent et révéler au grand public son potentiel artistique, ainsi que son savoir, tout en montrant à la scène internationale qu'il faudrait désormais compter aussi sur lui pour l'avenir de la musique congolaise.

Skipp Narko, de son vrai nom Gaz-bonardin Ibala, est né à 7 km de la frontière qui sépare la République du Congo et le Gabon à Mbinda, dans le département du Niari. C'est à Dolisie qu'il grandit et étudie, passant des lounges des enfants de chœurs à l'église aux free style dans des rues de Dol city, aux couleurs ocre-oranges. C'est avec son premier groupe musical, Kamikaze crew, et alors qu'il est au lycée, que le public le découvre, un public enthousiaste et sensible à son flow d'adolescent. C'est à Brazzaville, après avoir obtenu son baccalauréat qu'il adopte le pseudonyme de Skipp Narko et qu'il se fera véritablement remarqué en sortant son premier single «Giv up».

Cissé Dimi

Fashion Genesis

Brazzaville capitale de la mode africaine

Dans le but de valoriser la culture africaine en général et congolaise en particulier, Brazzaville accueillera, le 22 février prochain « Fashion Genesis », un rendez-vous qui vise à mettre en lumière la créativité et l'élégance de la mode africaine, tout en promouvant les talents locaux et internationaux.

L'événement souhaite également renforcer les liens culturels entre les différentes régions d'Afrique et le reste du monde. Au cours de cette messe de la culture, plusieurs activités seront organisées, en l'occurrence les défilés de mode, des expositions, des ateliers, des conférences et des spectacles. Les défilés de mode seront le point culminant de Fashion Genesis 2025, mettant en avant les créations de designers congolais et internationaux. Chaque défilé sera une vitrine de la créativité, de l'innovation et de la richesse culturelle incarnées dans des tenues inspirées par la diversité africaine. Il sera possible de voir des vêtements traditionnels revisités, des tissus locaux tels que les pagnes magnifiquement utilisés, ainsi que des tenues avant-gardistes et modernes. Les mannequins arpenteront le podium sous les applaudissements, les lumières et la musique spécialement choisies pour sublimer chaque collection.

Des expositions d'œuvres d'art et de mode seront mises en place pour offrir aux visiteurs une expérience immersive dans la culture africaine. Des créateurs de divers horizons présenteront des pièces uniques, allant des accessoires faits main aux sculptures et peintures inspirées par l'héritage africain. Ces expositions serviront non seulement à admirer l'art, mais également à découvrir les histoires et les traditions qui les inspirent, soulignant ainsi l'importance de la culture dans la mode contemporaine.

Plusieurs ateliers seront organisés, offrant aux amateurs et aux professionnels l'opportunité d'apprendre et de perfectionner leurs compétences en couture et en design. Animés par des experts du domaine, ces ateliers couvriront des sujets variés, tels que la conception

de vêtements, l'utilisation des tissus locaux, les techniques de couture traditionnelle et moderne, ainsi que des conseils sur la gestion d'une marque de mode. Les participants repartiront avec des connaissances précieuses et une inspiration renouvelée pour leurs propres projets créatifs.

Les conférences aborderont différents aspects de l'industrie de la mode, avec des intervenants renommés partageant leurs expertises et leurs perspectives sur les tendances actuelles et les défis futurs. Les sujets incluront l'impact de la mode sur l'économie locale, le rôle de la durabilité dans la mode africaine, les opportunités de carrière dans l'industrie, et l'importance de la diversité et de l'inclusion dans la mode. Ces conférences offriront aux participants une occasion unique de réseauter et de se tenir informés des évolutions de l'industrie.

Pour enrichir l'expérience des participants, des performances artistiques et musicales seront intégrées tout au long de l'événement. Des danseurs traditionnels, des musiciens locaux, et des artistes de renommée internationale se produiront sur scène, créant une atmosphère festive et dynamique. Ces spectacles mettront en avant le talent et la richesse culturelle de la région, tout en divertissant et en captivant l'audience.

Fashion Genesis est une initiative lancée en 2020 pour célébrer la diversité et la richesse de la mode africaine. Depuis sa création, l'événement a attiré des milliers de visiteurs et a permis de découvrir de nouveaux talents dans le domaine de la mode. Chaque édition est un succès, renforçant la position de Brazzaville comme un centre de créativité et d'innovation en Afrique.

Ch.L.

Musique

Amaroula Toto Rino dévoile « Ba Zoki »

Le musicien congolais, Patrick Bizimungu Bahane, alias Amaroula Toto Rino, a récemment mis sur le marché du disque congolais un maxi single baptisé « Ba Zoki », traduit par « Ils se sont blessés ».

Le maxi single « Ba Zoki » explore des thèmes profonds et personnels, reflétant les réalités et les émotions des Congolais. À travers des morceaux dynamiques et des paroles poignantes, Amaroula Toto Rino cherche à toucher les cœurs et les esprits de ses auditeurs, tout en faisant danser les foules. Ce projet musical vise à sensibiliser sur les blessures physiques et émotionnelles que peuvent subir les individus, tout en offrant un message d'espoir et de résilience. DJ Amaroula utilise sa musique comme un moyen de communication pour aborder des sujets qui sont souvent ignorés, apportant ainsi une voix aux sans-voix.

Au cours de sa carrière, DJ Amaroula a reçu plusieurs distinctions pour son travail exceptionnel dans la musique. Parmi ses réalisations notables, il a été reconnu lors des Kora Awards en 2014 pour sa contribution à la musique africaine. Il a également été honoré par le Festival Panafricain des

Grillades pour son rôle en tant que DJ officiel des éditions de 2012 et 2014. Ses performances captivantes et son engagement envers l'industrie musicale lui ont valu une place de choix parmi les artistes les plus respectés de la RDC.

DJ Amaroula a une discographie riche et variée, comprenant plusieurs singles et collaborations. Son premier single, « La Banane », sorti en 2010, a été un succès immédiat dans les night clubs de la RDC. Suivi par « Makolo », réalisé en collaboration avec l'artiste guinéen Oudy 1er. Il a continué à produire des titres à succès, incluant des collaborations avec des artistes comme Tenor. Ses albums et singles témoignent de sa capacité à se réinventer et à s'adapter aux tendances musicales actuelles tout en conservant son style unique.

DJ Amaroula a collaboré avec plusieurs artistes de renom, élargissant ainsi son influence dans la musique africaine. En plus de

sa collaboration avec Oudy 1er sur « Makolo », il a travaillé avec l'Ivoirien Meway et d'autres artistes de divers pays africains. Ces collaborations lui ont permis de créer des morceaux diversifiés qui combinent différents styles et cultures musicales, tout en maintenant une touche personnelle.

Né à Kinshasa le 10 novembre 1983, DJ Amaroula est un DJ animateur, auteur-compositeur-interprète, chanteur et danseur-chorégraphe. Son nom de scène fait référence à l'effet enivrant de la liqueur crémeuse Amarula. Il transmet cette énergie dans ses performances électrisantes. Depuis 2007, DJ Amaroula est une figure incontournable des nuits kinoises. Son style musical unique, le Sakuba, fusionne le ndombolo et le coupé-décagé.

En 2010, il enregistre son premier single, « La Banane », qui le révèle au grand public. En 2011, il devient animateur dans l'émission DJ Mix sur la chaîne Cmc TV. Il y partage sa passion pour



la musique avec un large public. Depuis, il se produit régulièrement sur scène, notamment lors de grands événements comme le Festival Panafricain des Grillades.

Sa carrière est marquée par une évolution constante et une volonté de repousser les limites de la musique congolaise.

Chris Louzany

Intelligence artificielle Défis et opportunités pour l'Afrique

L'intelligence artificielle (IA) est l'un des domaines technologiques les plus prometteurs du XXI^e siècle, offrant des opportunités révolutionnaires dans divers secteurs tels que la santé, l'agriculture et les services financiers. Cependant, l'Afrique reste à la traîne par rapport à l'Occident, malgré les efforts déployés pour rattraper son retard. Selon le dernier classement d'Oxford Insights, aucun pays africain ne figure parmi les 50 premiers mondiaux en matière de préparation à l'IA.

Un bref historique de l'IA

L'histoire de l'IA remonte aux années 1950, lorsque les premiers ordinateurs programmables ont vu le jour. Alan Turing, mathématicien britannique, a été l'un des pionniers en posant la question fondamentale : « Les machines peuvent-elles penser ? » Son célèbre test de Turing évalue la capacité d'une machine à exhiber un comportement intelligent équivalent à celui d'un humain.

La Conférence de Dartmouth en 1956 a marqué le début officiel de l'IA moderne. John McCarthy, Marvin Minsky, Nathaniel Rochester, et Claude

Shannon y ont défini l'IA comme « la science et l'ingénierie de la fabrication de machines intelligentes ». Bien que cette période ait été suivie par des avancées significatives, elle a aussi connu des périodes de stagnation, appelées « hivers de l'IA », où le manque de progrès concret a conduit à une réduction des financements.

Les années 2010 ont vu une résurgence spectaculaire de l'IA grâce à des techniques d'apprentissage profond et à la disponibilité de grandes quantités de données. Aujourd'hui, l'IA est omniprésente, des assistants vocaux aux voitures autonomes, en passant par les

diagnostics médicaux.

Les défis actuels en Afrique

Les causes du retard en Afrique sont multiples. Tout d'abord, l'accès limité aux infrastructures de base constitue une barrière majeure. Les fréquentes coupures d'électricité rendent difficile le fonctionnement des centres de données et des installations de calcul intensif, essentiels pour le développement de l'IA. De plus, l'accès à Internet reste inégal et coûteux dans de nombreuses régions du continent. Le manque de compétences est une autre entrave significative. Peu de pays africains disposent

d'universités et de centres de recherche capables de former une main-d'œuvre qualifiée en IA. Les talents africains, souvent formés à l'étranger, préfèrent rester dans les pays développés, attirés par des opportunités professionnelles plus nombreuses et mieux rémunérées.

L'investissement insuffisant dans la recherche et le développement est également un défi majeur. Contrairement à l'Europe et à l'Amérique du Nord, où des milliards de dollars sont injectés dans l'IA, les financements en Afrique restent limités. Cette situation freine le développement de solutions locales adaptées aux besoins spécifiques du continent.

En outre, l'accès aux données est une problématique centrale. Les modèles d'IA nécessitent de grandes quantités de données, qui sont souvent hébergées par des entreprises étrangères. Cette dépendance expose le continent à des risques en matière de souveraineté numérique et de protection des données personnelles.

Les solutions pour combler le fossé

Pour combler ce fossé, les experts estiment que l'Afrique doit investir massivement dans les infrastructures numériques, la formation et la recherche. Des partenariats public-privé

pourraient également accélérer cette dynamique en mobilisant les ressources nécessaires et en favorisant l'innovation locale.

Enfin, il est crucial de créer un environnement favorable au retour des talents africains formés à l'étranger. Offrir des opportunités attractives et compétitives pourrait encourager ces professionnels à contribuer au développement de l'IA sur le continent.

Bien que l'Afrique ait encore un long chemin à parcourir pour rattraper son retard en matière d'intelligence artificielle, des actions coordonnées et des investissements ciblés peuvent transformer ce défi en opportunité. Le continent a le potentiel de devenir un acteur majeur de l'IA, à condition de surmonter les obstacles actuels et de tirer parti de ses atouts uniques.

Source :

Article sur KOACI : Un colloque international à l'Université Alassane Ouattara (UAO) à Bouaké a abordé les défis et opportunités de l'IA, notamment en matière de droit.

MSN Afrique : Un sommet à Paris a réuni des chefs d'État et des experts pour discuter des enjeux liés à l'IA en Afrique.

AIP : Une publication de l'ONU sur l'IA dans l'éducation en Afrique souligne les opportunités et les défis persistants.

Chris Louzany



Saint-Valentin

Le cœur, symbole éternel de l'amour

Alors que l'humanité vient de célébrer la Saint-Valentin, nombreux sont ceux qui s'interrogent sur la signification du cœur et sa relation avec cette fête des amoureux. Depuis des siècles, le cœur est associé à l'amour et à la passion, et ce symbole continue de captiver les cœurs et les esprits à travers le monde.

Les racines profondes du symbole du cœur

L'origine du symbole du cœur remonte à l'Antiquité. Pour les Grecs et les Romains, le cœur était perçu comme l'organe central du corps, représentant la vie, les émotions et les sentiments. Avec l'émergence du christianisme au Moyen Âge, le cœur a acquis une dimension spirituelle et est devenu un symbole de dévotion et de charité, notamment à travers le culte du Sacré-Cœur. C'est durant cette période que le cœur a commencé à apparaître dans l'art médiéval en tant qu'emblème de l'amour romantique. Les troubadours et les poètes courtois utilisaient cette image pour exprimer l'amour chevaleresque et les sentiments profonds. Rapidement, le cœur est devenu un symbole universel de l'amour.

Le cœur et la Saint-Valentin : une histoire d'amour

L'association du cœur avec la Saint-Valentin trouve ses racines à la fin du Moyen Âge. La fête de Saint-Valentin, issue de traditions chrétiennes et romaines, a gagné en popularité en Europe aux 14e et 15e siècles. C'est à cette époque que le poète Geoffrey Chaucer, au 14e siècle, a rédigé des œuvres liant la Saint-Valentin à l'amour romantique, influençant ainsi la perception de cette fête. Dès le 17^e siècle, les cartes de



Saint-Valentin ornées de cœurs ont commencé à être échangées entre amoureux. Cette tradition a traversé les siècles et les frontières, s'imposant comme une véritable icône de la fête des amoureux. De nos jours, les cœurs rouges sont omniprésents dans les décorations, les cartes et les

cadeaux de Saint-Valentin, rappelant l'importance de ce symbole dans la culture.

Un symbole puissant et intemporel

Le cœur, symbole éternel de l'amour et de la passion, continue de fasciner et d'inspirer. Que ce

soit dans l'art, la littérature ou les célébrations, il reste un emblème puissant des émotions humaines les plus profondes. En cette Saint-Valentin, il sied de rappeler que derrière chaque cœur offert se cache une histoire, un sentiment et une promesse d'amour éternel.

À travers les âges, le cœur a su conserver son pouvoir d'évocation, reliant les êtres humains par le fil invisible de l'amour. Qu'il soit gravé dans la pierre, peint sur une toile ou offert en chocolat, le cœur demeure l'expression la plus sincère des sentiments humains.

Chris Louzany

Les immortelles chansons d'Afrique

« Eliana Elie » de Boulhos Loupino

Auteur-compositeur et chanteur à la voix envoûtante, Boulhos Loupino a séduit bon nombre de mélomanes des deux rives du fleuve Congo avec ses chansons à textes. Sa chanson « Eliana Elie », parue en 1990, sous la référence LP 53314, a connu un succès foudroyant.

L'auteur dépeint un amour de jeunesse. Les deux tourtereaux se connaissent depuis leur tendre enfance, et même leurs parents également. La fille a pour prénom Eliana, affectueusement appelée Elie. Quelque temps après Elie va voyager et ne manquera pas de donner de ses nouvelles. Son amoureux qui l'attend impatiemment veut déjà s'engager pour le mariage. Cependant, Elie pense qu'elle est encore immature et est hésitante. Le jeune homme va lui démontrer qu'il est prêt à tout et qu'ils peuvent s'aider mutuellement pour faire face aux vicissitudes de la vie, puisque leurs parents sont favorables à leur union. D'ailleurs la mère de la fille appelle déjà ce jeune homme par beau-fils. Cette merveilleuse pièce musicale s'ouvre par les intonations de la guitare solo de Souza Vangu faisant office d'appel. Les percussions de Ricky Siméon, la guitare basse de Dana Ngoulou, le cadet de Wachimelle et la batterie programmée par Faustin servent de réponse. Ensuite, vient le rythme marquant la première partie de ce morceau avant que n'intervienne le lyrisme vocal de Boulhos Loupino et d'Emeneya. Le premier exécutant la première voix et le second, la deuxième voix : « *Makanisi na ngai epayi ya Eliana, bambote nyonso akotinda nakoyoka, nakosambela*



se lobiko tokutana ngai na ye », c'est-à-dire « Mes pensées s'inclinent vers Eliana, toutes les salutations qu'elle m'envoie arrivent à mes oreilles, je vais invoquer l'Éternel qu'elle soit en bonne santé

afin qu'on se rencontre ». Après cela, viennent les riffs du saxophone de Houla Bruno en guise d'inter chant. Juste après vient le deuxième chant : « *Motema na ngai piyo mpe kimia nakoyoka. Bomuana mingi na Elie, avenir préoccupation na ngai, mon amour okobanga nini, tokosalisana kino mokolo ya suka* ». On peut comprendre : « Je sens dans mon cœur la fraîcheur la paix. Certes qu'Elie est immature, mais je me préoccupe de l'avenir. Mon amour que peux-tu craindre ? Nous allons nous aider mutuellement jusqu'à la fin de nos jours ». La deuxième partie de cette chanson par les riffs des trompettes d'Augustin et d'Osseux.

Notons que les deux premières parties de cette mélodie sont exécutées en « Si » et en trois temps d'après le jargon musical congolais : Si, Sol bémol, mi, Sol bémol, Si. La troisième partie est jouée en quatre temps : Si, La, Mi, Sol bémol. Elle est marquée par des cris d'animation tels que : « *Bo fongola mitema* ». Originaire du Congo Brazzaville, Boulhos Loupino a, à son actif, plusieurs albums parmi lesquels : « Moto ekopela », « Florence », « Ma Koko », « Aflavi » et « I have a dream » son dernier.

Frédéric Mafina

Littérature

« Je suis noir de monde », recueil de poèmes de Chrystom

La poésie contemporaine fait émerger de nouvelles voix qui restent largement méconnues du grand public. Chrystom, poète et écrivain congolais, en fait partie et son dernier recueil de poèmes, « Je suis noir de monde », en dit long sur sa perception de la poésie, son violon d'Ingres, son langage pour donner vie à ce qu'il ressent, redoute, espère.

Dynamique et bien vivante, la poésie de Chrystom porte haut les couleurs de « cette voie royale de l'expression de l'imaginaire ». « *Je suis noir de monde* » est une ode à la vie, ponctuée de plusieurs thèmes: amour, guerre, résignation, fraternité, nature... Divisée en deux grandes parties, elle commence par un hommage à l'illustre poète français, Michel Baglin, décédé suite à un cancer il y a peu de temps. Un poète altruiste, attaché à la fraternité, une fraternité universelle. » Coupe du monde » ouvre ainsi le bal. «...Voici ta coupe de champion d'Amour! Toi très frère en fraternité universelle (...) Tu es le miroir dans lequel je me juge, je m'analyse, je me pense, je me vois égal à toi. Et toi égal à moi-même », peut-on lire à la page 21.

Juste après cet hommage, l'auteur fait un autre clin d'œil à au célèbre poète en lui empruntant le titre extrait d'une phrase « *A la fin tu es las de ce monde ancien* », dans « *Alcools* » de Guillaume Apollinaire. Cette première partie s'ouvre avec « *Étoiles filantes* » qui met en avant les affres de la guerre moderne; laquelle s'illustre à travers une ville fantôme. « *Des corps urinant tout leur sang. Corps circonscrits par le tranchant de l'acier au milieu d'une terrifiante journée excisée. (...) La mort est dans les rues: elle a quitté les vieux champs de bataille pour élire domicile en ville. Elle trône sur les quais de gare et de port et d'aéroport. N'est pas dans la sombre optique sienne*

de faire de la ville un vaste cimetièrre urbain », décrit le poète à la page 24

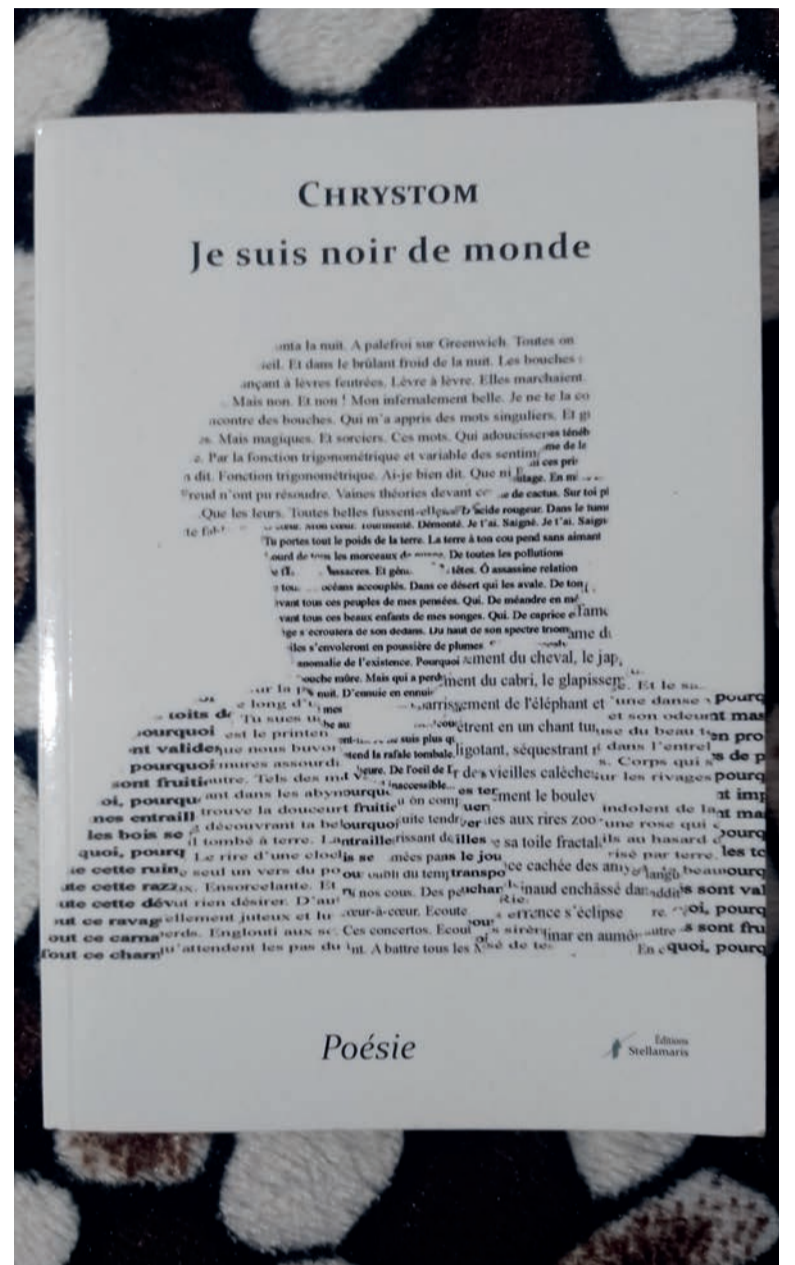
Un poème qui ramène le lecteur quelques années en arrière même si le thème abordé, la mort, n'est pas traité dans le même contexte. Il s'agit du « *Dormeur du Val* » d'Arthur Rimbaud qui conte l'histoire d'un vaillant héros mort au front. « *Un soldat jeune, bouche ouverte, tête nue, Et la nuque baignant dans le frais cresson bleu, Dort: il est étendu dans l'herbe sous la nue, Pâle dans son lit vert ou la lumière pleut. Les pieds dans les glaïeuls, il dort, Souriant comme souriait un enfant malade, il fait une somme. Nature bec-le chaudement: il a froid.*

Dans les deux extraits, les poètes contrastent entre douceur des lieux et la chute glaçante qui révèle un contexte macabre. Avec subtilité, Chrystom fait une transition avec « *Abeilles* », un poème plein d'espoir, espoir pour le renouveau. « *Dansons avec les abeilles ainsi que danse le palais au contact de leur succulente production légendaire..* » Dans ce même ordre, « *Confessions* » (page 28) est une ode à la vie, puisque le poète intime à l'humain à prendre la vie comme un présent « *Ne vas pas te flinguer, toi qui savais t'aimer toi-même autant que tu aimes ton prochain d'ici et de partout. Regarde-toi à l'endroit. Tu ne flancheras pas, tu ne tituberas pas* »

A la page 30, « *Défi K* » est un long poème composé de l'alphabet français où le poète explique des mots ordinaires à sa convenance.

Ainsi, de la page 30 à la page 37, il explique des mots selon l'ordre de l'alphabet avec des termes qu'il choisit à dessein. Et comme un cycle, la mort et la vie sont abordées de façon successive tel dans « *Réinvention des hécatombes* », un texte apocalyptique avec cet extrait: « *L'effroyable fatalité tragique passe à la vitesse supérieure. Les vautours enguirlanderont le ciel à l'affût des viandes gisantes. La vie prend soudainement et négativement un virage rageur à cent quatre-vingt degrés* ». (Page 56- 66) est suivi par « *Fleuve faune flore* » (page 67) où l'auteur entame une nouvelle étape: la reviviscence. « *C'est la cathédrale des iguanes ainsi que les lézards qui paressent au soleil. Parfois s'érigent à perte de vue des dunes sculptées à la perfection par un vent artiste* ». (pages 67-74.)

Ainsi « *Je suis las de ce monde ancien* » (pages 75 - 86) met fin à ce cycle que le poète aborde tout au long de ce voyage. Entre dépit et résignation, tout doucement, il nous conduit vers un monde nouveau avec des titres comme « *Meuble* », « *Ville* », « *Il était une fois* », « *Un nid* », « *La terre* », « *Ma maison* » (De la page 87 à 96). Et pour clore ce périple, il chute avec le titre du recueil, « *Je suis noir de monde* », page 123, où il parle de l'universalité avec « *Une cuisine du monde* ». Comme pour nous rappeler la mondialité de son message en passant par l'art culinaire. « *Une cuisine mondiale d'où s'échappent des fumets délectables. Les mets en sortent tout délicieux. Un*



peuple de saveurs multipliées par un concert de condiments (...). Feuilles de manioc fermentées prennent la relève, courgettes farcies, timbale de brocolis, asperges aux truffes, aubergines panées, beignets aux fleurs de courgettes et souff-

flets de carottes. » On passe un agréable moment de lecture à explorer des richesses de trésor poétique. Bref, un four tout mondial pour sublimer la vie, le monde, l'homme noir, blanc, rouge, jaune.

Berna Marty

Lire ou relire

« Boîte noire » de Mavi Touzolana Diabakana

Publié aux éditions Kemet à Brazzaville, le recueil de nouvelles « Boîte noire » interpelle le lecteur contemporain sur certaines réalités endogènes qui n'honorent guère le continent noir.

« Mon heure a sonné ! », « Où est Dieu ? », « Quartier Cam » et « Kulâh de tous les possibles » sont les quatre nouvelles qui mettent en relief la satire réaliste de la société africaine par Mavi Diabakana. La première nouvelle relate l'histoire des déboires d'un étudiant qui peine à décrocher un emploi après de brillantes études de droit. Seulement, au moment le moins imprévisible possible, il est nommé à une haute fonction.

La deuxième nouvelle présente une hétérogénéité culturelle courante en Afrique. Le choc entre la modernité et les coutumes tutélaires, précisément entre le christianisme, la médecine moderne et traditionnelle. L'auteur tisse à propos un récit qui suscite une profonde réflexion anthropologique.

La troisième nous emballe dans un récit insolite et comique au cœur d'un quartier périphérique de la

ville, avec au centre un amour coupable entre une étudiante et un professeur.

La dernière nouvelle peint une société de tous les possibles, où l'absurde côtoie sans ambages la vie ordinaire. « *Tout comme Voltaire dans « Candide », le narrateur glisse un regard sans a priori sur un monde et ne cesse de s'interdire devant la médiocrité, la bassesse ordinaire, la violence froide des rapports, l'hypocrisie; même si certains personnages brillent d'ingéniosité, de détermination et de résilience* », écrit Annabelle Roussel dans la préface.

A propos de l'auteur, Mavi Emmanuel Touzolana Diabakana a publié auparavant deux essais, « *Etudes et optimismes* » en 2018 puis « *Refaire l'image* » en 2021.

Aubin Banzouzi



Artisanat

Loukelamio Armel, le vannier de l'assainissement

Enfants et adultes ne passent pas devant son atelier à l'air libre sans prendre le temps d'admirer ses œuvres. Philippe Armel Loukelamio Diakessi, plus connu sous le nom de King, a su séduire son entourage par sa simplicité, mais aussi par l'originalité de ses créations qui sont de plus en plus sollicitées.

Les œuvres entièrement vertes de Philippe Armel Loukelamio Diakessi donnent d'emblée le ton. « Je veux attirer l'attention sur les déchets plastiques et leurs effets sur l'environnement. Je donne donc la primauté à cette matière tout en insistant sur la nécessité de s'en débarrasser, en la transformant en œuvre d'art », explique King qui travaille avec des résidus du plastique pour dire halte à la dégradation de l'environnement.

Il ramasse, recycle et confectionne des objets d'art utiles au quotidien tels que les paniers, les pots de fleurs et autres pépites avec toujours cette vision d'un avenir plus vert. Ainsi, ses créations sont somme toute un engagement en faveur de la durabilité et la responsabilisation des communautés. « Brazza la verte est devenue Brazza la poubelle. Devant ce spectacle désolant, il me fallait agir, et j'ai pensé recycler les matières plastiques qui tapissent nos marchés, nos poubelles, bref, notre environnement », ajoute le King, plus connu dans son quartier grâce à son travail. Ciseaux, agrafes, règles, sécheurs, couteau, colle et parfois gants, il procède au découpage, au pliage et au rassemblement selon la forme qu'il veut donner à



son œuvre. Un travail qui peut prendre toute une journée car l'ajustement nécessite précision et dextérité pour harmoniser l'œuvre finale. L'artiste s'est implanté sous arbre, près de l'église protestante de Mfilou. Plateaux, paniers, fleurs

simples, pots de fleurs sont exposés pour le bonheur des passants qui n'hésitent pas à venir contempler son travail. Et même si beaucoup ne payent pas, cela suffit amplement à l'artiste qui veut attirer l'attention. « Ce sont ces derniers qui re-

laient l'information. J'ai des personnes qui viennent acheter parce qu'elles ont entendu parler de moi. Aujourd'hui, j'ai pu fidéliser une clientèle, notamment les expatriés qui achètent pour aller offrir à leurs proches quand ils voyagent », indique King.

Un travail qui lui procure du plaisir même s'il reste contraignant, notamment lors de la collecte des déchets. « Je commence par le ramassage des déchets plastiques (qu'il faut nettoyer) dans les marchés, les poubelles, puis je passe au triage. C'est seulement après ces étapes que je commence le travail de découpage ou de tissage », précise-t-il.

Autodidacte, King travaille selon que son imagination l'oriente. Il conçoit et rend réel l'objet d'art. « Ce n'est pas toujours évident de donner forme à certains objets, car cela nécessite calculs et réflexions pour bien ajuster l'œuvre. Mais c'est cela aussi le défi », dit l'artiste.

Il déplore l'attitude des clients qui aiment débattre sur le prix et ne prennent pas en compte le travail artistique autour. « Ce sont des interminables heures de travail, mais le client ne le voit pas toujours », poursuit King, complétant :

« Les prix varient en fonction de la taille, du travail effectué, du dessin exécuté ». Grâce à sa constance, l'artiste a désormais une clientèle fidèle. « J'aime particulièrement les fleurs car elles sont flexibles, et faciles au nettoyage » complimente Solange, une cliente. Même engouement pour Darel qui ajoute : « C'est une belle initiative car, c'est grâce à lui que notre secteur est devenu propre vu qu'il récupère les bouteilles, les boîtes, les fils en matière plastique pour les transformer en œuvre d'art ». Détenteur d'un baccalauréat en 2019, Philippe Armel Loukelamio Diakessi a vu ses rêves s'évanouir en 2020 avec le confinement suite au covid 19. « Il y a eu tout un chamboulement dans ma vie, et l'année suivante, il m'a fallu faire des choix entre la Faculté et entreprendre. Et comme j'avais des bases en anglais, j'ai commencé à dispenser des cours dans des écoles privées. Puis j'ai fait la mécanique avant de plonger dans l'art, qui est devenu une véritable passion », révèle l'artiste, plein d'espoir et heureux de participer à l'assainissement de la ville à sa manière.

Berna Marty

Chronique Renaissance

Le droit de vivre

Imaginez qu'un jour, en tant qu'autorité quelconque, que quelqu'un vous donne le droit de décider de qui doit vivre et de qui doit mourir. Imaginez-vous seulement un instant de l'étendue de votre pouvoir ? Et aussi paradoxalement de votre capacité de nuire ?

Un jour, l'on me posa la question au milieu d'une flopée d'une trentaine d'individus très jeunes, si j'avais moi le droit de vivre. Évidemment la question m'a prise de court. La personne en face de moi, en autorité de la santé flanquée d'un papier sur lequel l'encre stipulait qu'elle avait le droit de me poser ce genre de question, développa son argumentaire.

Est-ce que ma vie en valait la peine, m'avait-elle demandé, disons-le avec une certaine désinvolture. Pourquoi fallait-il que je souffre autant, disons grosso modo selon elle pendant vingt-cinq ans et pourquoi fallait-il que je fasse ainsi souffrir ma famille, tant sur le plan moral que financier ? Vingt-cinq ans de souffrances lourdes et inutiles et aussi à quoi cela serait-il en vrai ? Étais-je réellement un bon investissement puisque du jour au lendemain, d'après elle, je pouvais m'arrêter de respirer et au final tout cela n'aurait servi à rien. Toute cette souffrance et cet investissement se montreraient alors inutiles.

C'est le genre de question qu'on n'oublie pas. Le genre de question qui nous font poser un regard différent sur la société qui nous entoure. Cette question dans le fond pourrait être résumée en celle-ci : « As-tu le droit de vivre ? »

Mais avec du recul. Qui a vraiment le droit de poser ce genre de question ? Qui est entré dans la



trame des âmes, en est sorti, pour décider de qui pouvait vivre ou mourir ? Qui a conçu le souffle et l'excellente, la performante, l'inégalable machine humaine dotée d'un esprit analogue à l'étendue de l'univers pour décider qu'une conception entre guillemets de mauvaise qualité, défaillante, même si elle avait réussi à vaincre l'océan des épreuves de la vie in-utero, ne méritait rien de plus qu'une caisse à six planches si ce n'était peut-être une sorte de four crématoire pour la purifier de sa prétention à la vie ? Qui a le droit de décider sur la base d'un tracé de l'encre sur un papier qu'une vie est moins valeureuse qu'une autre ? À l'aune de quels paramètres peut-on juger de ce qu'il sortira d'un certain schéma d'énergie ?

Au-delà de ce que nous avons ressenti ce jour-là, au-delà du sentiment d'avoir été effacée à la gomme dans un monde parallèle potentiel si tant il est qu'il existât, nous avons pris conscience de la chose suivante : la condition humaine était souvent pétrie d'orgueil et de suffisance et qu'il fallait avoir fait le parcours du combattant, le chemin de la croix pour réaliser le sacré d'un cœur qui bat. Cet honneur, cette grâce, ce privilège n'étaient pas accordés à tout le monde. Nous étions donc des porte-voix, des porte-étendards non pas pour quémander notre droit à la vie mais pour la vivre pleinement et joyeusement.

Princilia Pères

Entrepreneuriat

Gloire Israël Tsamba lance une formation en leadership et entrepreneuriat

L'entrepreneur et coach congolais, Gloire Israël Tsamba, organisera, le 22 février, à Brazzaville un séminaire de formation intitulé «**Journée de l'Investissement, du Leadership et de l'Entrepreneuriat,**» en faveur des jeunes désireux de se former et de se perfectionner dans ces domaines essentiels.

Placée sur le thème «Rebondir pour mieux s'imposer,» cette journée promet d'être un véritable rendez-vous du donner et du recevoir. Elle sera structurée autour de trois modules-clés, à savoir le leadership servant et inspirant, l'entrepreneuriat intelligent ainsi que l'investissement sûr et rentable. À travers le module « Le leadership servant et inspirant », le formateur mettra en lumière l'importance du leadership servant, où les leaders se concentrent sur le bien-être et la croissance de leur équipe. Gloire Israël Tsamba partagera des stratégies pour devenir un leader qui inspire et motive, en mettant l'accent sur l'empathie, l'écoute active et l'intégrité. Les participants apprendront ainsi à développer des relations de confiance, à encourager la collaboration et à cultiver un environnement où chacun peut s'épanouir.

Grâce au module « L'entrepreneuriat intelligent », le coach explorera les principes fondamentaux de l'entrepreneuriat, tels que la conception de mo-



dèles économiques innovants, l'analyse de marché et la gestion efficace des ressources. Les participants découvriront alors la manière de transformer leurs idées en projets viables, tout en minimisant les risques et en maximisant les chances de suc-

cès. Dans le module « Investissement sûr et rentable », l'entrepreneur abordera les différentes méthodes d'investissement, en mettant l'accent sur la diversification des portefeuilles et l'évaluation des risques. Gloire Israël Tsamba

partagera des conseils pratiques pour identifier des opportunités d'investissement rentables et sécurisées, afin de garantir une croissance financière stable et durable.

Au cours de cette journée de formation, plusieurs activités enrichissantes seront proposées, parmi lesquelles des masterclass, des ateliers de formation, des séances de coaching et de conseils, des opportunités d'affaires ainsi que du réseautage. Ces sessions offriront aux participants une occasion unique d'acquérir des connaissances pratiques et de développer des compétences essentielles pour réussir dans le monde des affaires.

Face à cette opportunité, les jeunes africains en général et les Congolais en particulier sont encouragés à prendre part de façon active et massive. Le but de cet événement est de fournir aux participants des outils, des connaissances et des compétences pratiques pour réussir dans le monde de l'entrepreneuriat, du leadership et de l'investissement. En participant à ces

modules, les jeunes pourront non seulement renforcer leur capacité à saisir des opportunités d'affaires, mais aussi à devenir des leaders inspirants et à investir de manière sûre et rentable pour garantir une croissance durable.

Gloire Israël Tsamba, connu sous le pseudonyme Tonton Gloire, est un entrepreneur et coach renommé au Congo et au-delà. Avec un parcours impressionnant marqué par de nombreuses réussites, il a su se distinguer dans le domaine de l'entrepreneuriat et du coaching. Ses conseils avisés et ses formations de qualité ont permis à de nombreux jeunes de réaliser leurs ambitions professionnelles.

Parmi ses mérites, Tonton Gloire a reçu plusieurs distinctions honorifiques pour ses contributions significatives au développement de l'entrepreneuriat en Afrique. Son engagement inébranlable envers l'épanouissement des jeunes Africains et Africaines fait de lui une figure inspirante et respectée.

Chris Louzany

Les souvenirs de la musique congolaise

L'Odyssée des trois frères Michel Boyibanda, Youlou Mabiala et Loko Massengo (suite et fin)

Après leur brillante sortie au cinéma Vog et quelques concerts livrés dans différents bars dancing de Brazzaville, les trois frères se rendirent à la conquête du public de l'intérieur du pays, notamment à Dolisie, Pointe-Noire et Ouesso où ils connurent un franc succès.

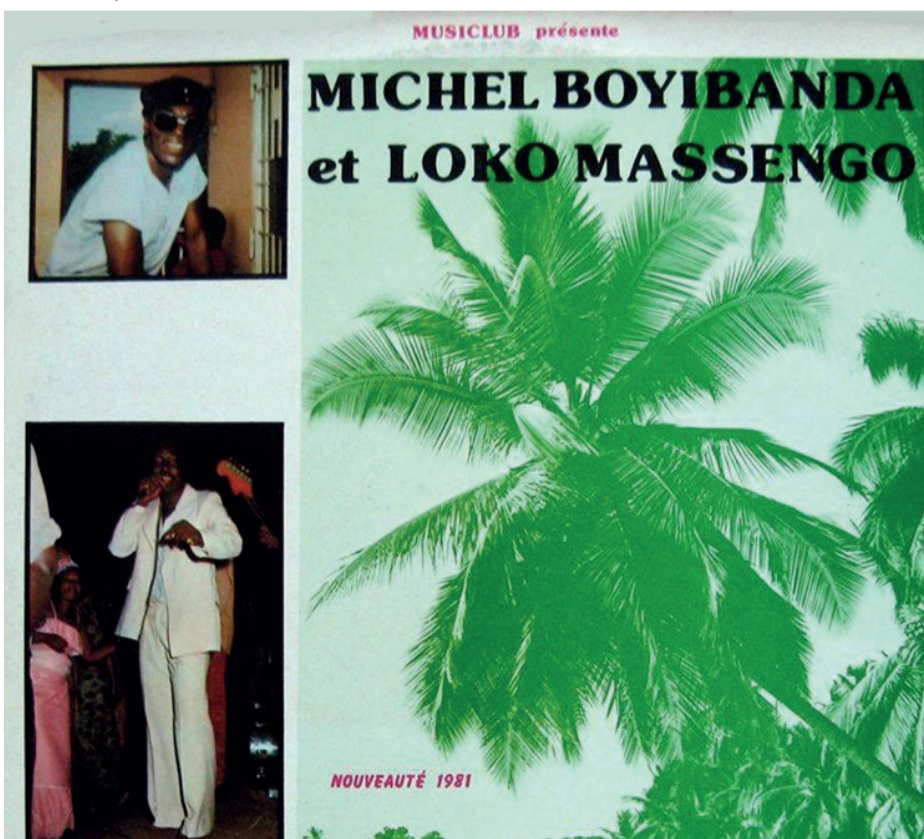
De succès en succès, les trois frères imposent l'orchestre Rumbayas comme le n°1 dans le microcosme musical congolais. Mais en dépit de leur réussite artistique, des divergences apparaissent rapidement dans l'orchestre, aggravées par les problèmes de leadership et de mégestion qui entraînent la dislocation du groupe au début de l'année 1981.

Youlou Mabiala, soutenu par Publi-Congo (une structure de l'Etat spécialisée dans la publicité), abandonne ses compagnons pour voler sur ses propres ailes. Il crée l'orchestre Kamikaze Loninguisa qui se compose de Serge Lemvo Kiambukuta, Bola Bolith, Sélé Pindu et Miguel (chanteurs), Souza Vangu et Dercy Mandiangu (guitare solo), Don Joli Kiala (guitare acoustique), Jaffar Lubamba (guitare basse), Iblo et Jeff (saxophone), Simon Nona (tumba), Singa et Augustin (trompettes).

La sortie officielle de l'orchestre Kamikaze eut lieu le 28 août 1981 dans la soirée au cinéma Vog dans une salle archicomble. Badio, Tchinkokolo et Edouard Roger Okoula (Directeur général de Publi-Congo) furent les maîtres d'ouvrage.

Michel Boyimbanda crée à son tour l'orchestre Ebouka Système qui vécut le temps d'une rose.

De son côté, Loko Massengo monte l'orchestre Rumbayas restructuré avec Judith Ndéko, Toupy Toukala, Rex Lus-



sukamu (chanteurs), Loussala Loussaint (chef d'orchestre guitare solo), Tony Padjo (guitare solo), Kodi Dimuka (guitare mi solo), Koké Lessa (guit acoustique), Massaka Djo Massa (guit basse), Célio Muteba (saxophone), Nzinga Ngole, Augustin Ndila Akanda (trompette), Lily Dega-

bonia (batterie), Lither Perreau (clavier). A noter également la présence dans le groupe du célèbre chanteur Vadio Mambenga. Les titres «Mbanda o échoué», «Santé pépélé», «Toko kutana na Ponton» de Loko Massengo; «El troubadour» d'Asanga Massaka; «Grand Dieudonné» de Muteba Célio furent sorties. Mais après avoir enregistré plusieurs départs et rongé par le syndrome de la division, le groupe disparut de l'arène musicale congolaise en 1982. Loko Massengo décida d'aller en Europe où il opta pour une carrière en solo.

S'agissant de Youlou Mabiala, les décennies 1980-1990 ouvrent la période la plus féconde de sa carrière. Il lance sur le marché des titres sublimes dans lesquels il étale ses talents de mélodiste, notamment «Nsona», «Lili», «Mbata», «Mwana bitendi», «Etabé mofudé», «Maka», «Judoka», «Mamu», «Lufulakari» et autres sans oublier «Dona Benja». Avec l'éclatement de l'Ok Jazz en 1994, il est sollicité par la famille de Franco pour relancer ce groupe mythique en le fusionnant avec quelques musiciens de Kamikaze. Le titre «Oléli oléli» fut un incontestable succès qui mit de nouveau l'Ok Jazz sur orbite.

Malheureusement, au cours d'un concert organisé à l'occasion de la célébration et la fête de l'indépendance, le 15 août 2004 à Pointe-Noire, Youlou Mabiala s'effondra sur scène, victime d'un accident vasculaire cérébral. Il fut évacué en France pour des soins médicaux et depuis lors, n'a toujours pas renoué avec ses activités musicales.

Auguste Ken Nkenkela

AGENCE D'INFORMATION D'AFRIQUE CENTRALE



L'ACTUALITÉ AU QUOTIDIEN

ADIAC NEWSLETTER

L'information du congo
et de sa région en un clic !

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

Brazzaville 84, boulevard Denis-Sassou-N'Guesso
Brazzaville - République du Congo
(+ 242) 05 532 01 09
info@lesdepechesdebrazzaville.fr

Le Saviez-vous ?

Pourquoi dit-on « dernier cri » pour parler d'une nouveauté ?

L'expression remonte au Moyen Âge et fait référence aux crieurs publics, ces personnes chargées de déclamer des informations importantes (décrets royaux, décisions de justice, etc.) à la population. L'expression remonte au Moyen Âge et fait référence aux crieurs publics, ces personnes chargées de déclamer des informations importantes (décrets royaux, décisions de justice, etc.) à la population.

A l'époque, le peuple avait pris l'habitude de qualifier les nouvelles les plus fraîches « d'annonces de dernier cri », car il s'agissait de celles qui avaient été prononcées lors de l'ultime intervention d'un crieur, souvent situé dans la place centrale des villages ou sur les marchés où se réunissaient les habitants.

L'expression est longtemps restée cantonnée à ce type d'informations officielles, puis elle s'est étendue à d'autres domaines au fil des siècles. Cette évolution coïncide avec la disparition du métier de crieur public, en raison de l'essor des médias de masse tels que les journaux, la radio, et la télévision. Aujourd'hui, que ce soit dans le domaine de la mode, de la technologie ou de tout autre secteur, lorsque l'on parle du tout dernier modèle d'un smartphone, d'un ordinateur ou d'une nouvelle marque de chaussures, on utilise l'expression « dernier cri ».

Cependant, beaucoup de gens pensent à tort que cette expression fait référence au dernier cri d'un bébé à la naissance, car celui-ci représente une forme de nouveauté. Pourtant, l'expression est bien plus ancienne et provient des crieurs publics.

Qu'en est-il avec l'innovation ?

Si l'expression « dernier cri » évoque encore des images de technologies de pointe et de produits révolutionnaires, elle ne suffit plus à capturer toute la



diversité et la complexité de l'innovation contemporaine. Les avancées continues dans les processus, le management et les pratiques durables montrent que l'innovation dépasse largement les seules nouveautés technologiques spectaculaires.

Les entreprises qui réussissent aujourd'hui sont celles qui adoptent une approche inclusive et collaborative de l'innovation, en intégrant des pratiques durables et sociales dans leur organisation. Les réflexions de plusieurs penseurs soulignent l'importance d'une gestion proactive et flexible, capable de s'adapter rapidement aux changements climatiques et aux nouvelles exigences du marché.

Cela passe par de petites améliorations continues et des initiatives durables qui contribuent à un développement inclusif et respectueux de l'environnement.

Ainsi, bien que l'expression « dernier cri » puisse encore avoir sa place dans certaines discussions, il est essentiel d'élargir notre vision de l'innovation pour y inclure toutes les formes de progrès. C'est en adoptant une approche holistique que nous pourrions véritablement tirer parti des possibilités offertes par l'innovation et construire un avenir meilleur pour tous.

Jade Ida Kabat

Bourses en ligne

Bourses d'études de l'Université de Toronto 2025/2026

Découvrez les bourses d'études de l'Université de Toronto si vous rêvez de poursuivre vos études au Canada avec une bourse d'études, l'Université de Toronto (U of T) constitue une destination incontournable. Réputée mondialement pour son excellence académique et ses recherches de pointe, cette prestigieuse institution offre une variété de programmes de financement adaptés aux étudiants de toutes nationalités : internationaux, résidents permanents et Canadiens.

DES BOURSES POUR TOUS LES PROFILS

L'Université de Toronto propose un large éventail de bourses d'études qui répondent à divers critères :

- Mérite académique : récompensant les résultats scolaires exceptionnels.
- Performances sportives : pour les étudiants-athlètes.
- Engagement communautaire : encourageant les actions au service de la communauté.
- Besoins financiers : soutenant les étudiants ayant des ressources limitées.

Leadership : pour les étudiants ayant démontré des capacités de gestion et d'influence.

- Soutien aux étudiants autochtones et noirs : promouvant l'inclusion et la diversité.
- Et bien d'autres catégories adaptées aux besoins spécifiques.

L'Université de Toronto : un leader de l'enseignement au Canada

Fondée en 1827, l'Université de Toronto est située à Toronto, en Ontario. Avec ses 97 678 étudiants, dont 28 433 internationaux provenant de

170 pays, elle est la plus grande université du Canada. Son rayonnement international et ses programmes diversifiés attirent chaque année des milliers de candidats.

Un financement généreux et diversifié

Chaque année, l'Université de Toronto attribue plus de 7 100 bourses d'admission, pour un montant total de 166 millions de dollars. Ces bourses, souvent automatiques, récompensent les candidats en fonction de leurs résultats académiques. Pour les cycles supérieurs (master, doctorat et postdoctorat), l'U of T offre environ 2 400 bourses. Ces financements varient selon le type de programme (professionnel ou de recherche) et incluent :

- Subventions
- Bourses de recherche
- Allocations

POURQUOI CHOISIR L'UNIVERSITÉ DE TORONTO ?

Outre ses bourses attractives, l'Université de Toronto se distingue par :

- Une qualité d'enseignement reconnue mondialement.
- Des opportunités de recherche uniques.
- Une ville dynamique et multiculturelle, idéale pour les étudiants internationaux.

COMMENT POSTULER ?

Les bourses d'admission sont souvent attribuées automatiquement, mais il est essentiel de consulter les critères spécifiques pour chaque programme. Les candidats aux cycles supérieurs doivent également se renseigner sur les options de financement offertes par leurs facultés respectives.

CONCLUSION

Étudier à l'Université de Toronto, c'est intégrer l'une des meilleures institutions du monde tout en bénéficiant d'un soutien financier de premier plan. Que vous soyez un étudiant en quête d'excellence académique, un leader engagé ou un athlète talentueux, l'U of T a une bourse pour vous.

Par Concoursn

Nutrition

Quelles alternatives au sel ?

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) préconise de limiter notre consommation de sel à 5 grammes par jour, soit un peu moins d'une cuillère à café. Pas simple en pratique, tellement cette substance se cache dans de nombreux aliments transformés. Une solution : trouver des substituts.

Un excès de consommation de sel constitue un facteur de risque avéré d'hypertension artérielle, qui elle-même favorise la survenue de complications cardiovasculaires, à l'image de l'accident vasculaire cérébral (AVC). Voilà pourquoi il reste préconisé d'avoir la main légère sur cet exhausteur de goût. Ne serait-ce qu'en proscrivant les plats préparés, bien trop riches en sel.

Épices et aromates

Pour le reste, au quotidien, vous pouvez également trouver des alternatives pour relever vos plats.

Des épices : cumin, curcuma, curry, poivre, gingembre moulu, paprika, piment doux, noix de muscade, clou de girofle... constituent autant d'options et de saveurs pour remplacer le sel ; Des aromates : persil, basilic, ciboulette, aneth, cerfeuil, coriandre, ail, oignons, écha-

lotes... La palette apparaît large pour agrémenter vos plats. Illustration également avec le laurier ou le romarin qui se marient très bien avec un poisson tout comme la sauge et le thym, avec une viande.

Vive les mélanges !

Pour donner de nouvelles saveurs à vos plats, n'hésitez pas non plus à mélanger les épices et les aromates selon les goûts et les envies. La combinaison aneth, oseille, poivre rose et ciboulette ira à merveille avec un poisson gras comme le saumon. Au même titre que l'association piment-curcuma-cumin-paprika-gingembre-sésame avec de la volaille.

Gomasio, algue noire

Un dernier exemple : la Fédération française de cardiologie nous met également sur trois autres pistes originales :



Le gomasio, un condiment originaire du Japon constitué de sel marin et de sésame grillé ; L'algue noire, comme le wakame (pour apporter du croquant à une

salade ou en garniture d'un poisson) : au-delà des saveurs japonaises apportées à vos mets, elle se caractérise par sa richesse en vitamines (B1, B3...), son faible taux

en lipides et sa teneur élevée en oligo-éléments (calcium, magnésium...) ; Le sel fou, un mélange d'épices et d'aromates qui vient de l'île de Ré.

Destination Santé

Bien-être

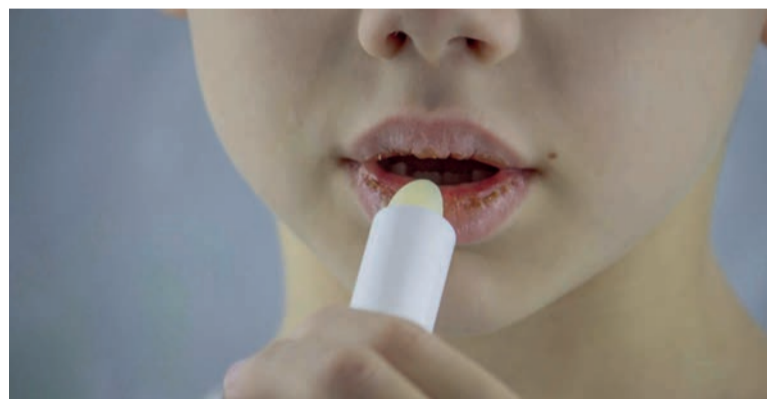
Lèvres sèches ou gercées : que faire ?

Des lèvres sèches et craquelées en hiver. Vous connaissez cette sensation. Rien de plus normal. Le temps froid, mais aussi l'exposition au soleil l'été, a tendance à les assécher. Heureusement, rien de grave. Il est très facile de les traiter à la maison.

Les lèvres gercées sont un problème courant qui peut tous nous concerner, quel que soit notre âge ou notre sexe. Cette sensation de peau sèche, craquelée et parfois même douloureuse sur les lèvres, nous l'avons tous expérimentée. Bien que généralement bénigne, elle peut être inconfortable et inesthétique.

Plusieurs facteurs peuvent contribuer aux lèvres gercées, à commencer par les conditions météorologiques. Le vent froid et sec en hiver, ainsi que le soleil brûlant en été peuvent assécher les lèvres et les rendre plus vulnérables aux gerçures. Bien que cela puisse sembler intuitif, surtout chez les enfants, se lécher les lèvres ne fait qu'aggraver la situation. La salive sèche rapidement, emportant l'humidité naturelle des lèvres.

Certains produits cosmétiques, comme les rouges à lèvres et les baumes à lèvres parfumés, peuvent irriter les lèvres et aggraver les gerçures. Des carences en vitamines B et en fer peuvent également y contribuer. Enfin, certains médicaments comme les antihis-



taminiques et des problèmes médicaux comme l'eczéma, le psoriasis et le diabète peuvent assécher les lèvres.

Comment réagir ?

Heureusement, il existe plusieurs moyens de traiter les lèvres gercées :

Hydratez-vous régulièrement en buvant beaucoup d'eau ; Appliquez un baume à lèvres hydratant et protecteur plusieurs fois par jour vous aidera à maintenir l'humidité et à apaiser les lèvres gercées. Choisissez un baume à lèvres sans parfum et hypoallergénique ; Bien entendu, ne vous léchez pas les lèvres ; Si vous sortez, utilisez un baume à lèvres assorti d'un filtre UV ; Assurez-vous de maintenir une alimentation

équilibrée riche en fruits, légumes et céréales complètes pour fournir à votre corps les nutriments dont il a besoin pour maintenir des lèvres saines.

Et si les lèvres saignent ?

Les saignements se produisent lorsque les fissures de vos lèvres se brisent et se transforment en coupures et plaies. Des lèvres gercées non traitées peuvent saigner et provoquer des douleurs et des picotements. Vous pouvez traiter vos saignements grâce à une pommade spécialement dédiée. Si les saignements sont fréquents et que le traitement à domicile ne vous aide pas, consultez votre professionnel de la santé. Il pourra vous prescrire un traitement plus adapté.

D.S.

A 40 ans, faites le point sur votre cholestérol !

Même si vous n'êtes pas en surpoids et êtes en bonne santé, il est important de faire le point sur votre taux de cholestérol dès vos 40 ans. Cette démarche préventive est essentielle pour préserver votre santé cardiaque. Voici pourquoi.



Un taux de mauvais cholestérol élevé (HDL) est un facteur de risque majeur pour les maladies cardiovasculaires, telles que l'infarctus du myocarde ou l'Accident vasculaire cérébral (AVC). En effet, un excès de cholestérol peut entraîner la formation de plaques dans les artères, ce qui limite leur ouverture et augmente le risque de blocages. Selon la Fondation du cœur, un dépistage précoce permet de détecter d'éventuels déséquilibres avant qu'ils ne causent des dommages irréversibles.

Même si vous vous sentez en bonne santé, c'est à 40 ans qu'il faut penser à faire le point car votre métabolisme commence à changer. Un contrôle de routine permet de détecter un éventuel déséquilibre, même en l'absence de symptômes apparents.

Adopter des habitudes saines à temps

Vérifier son cholestérol à 40 ans

permet d'agir plus tôt pour adopter des habitudes alimentaires et de vie plus saines si nécessaire. Une alimentation riche en fruits et légumes, ainsi qu'en bonnes graisses, associée à de l'exercice physique, peut suffire à réguler le cholestérol sans recours à des médicaments. Selon l'Organisation mondiale de la santé, un mode de vie sain peut réduire de manière significative les risques cardiovasculaires à long terme. Et si vous avez des antécédents familiaux de maladies cardiaques ou de cholestérol élevé, un suivi à cet âge est d'autant plus crucial. La génétique joue un rôle important dans les niveaux de cholestérol, et certaines personnes peuvent être plus vulnérables dès leur plus jeune âge. N'attendez plus pour consulter votre médecin traitant qui vous prescrira un dépistage par simple prise de sang.

D.S.



LIBRAIRIE LES MANGUIERS

LIBRAIRIE LES MANGUIERS

Un Espace de Vente

Une sélection unique de la
LITTÉRATURE CLASSIQUE

(africaine, française et italienne)

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



Un Espace culturel pour vos Manifestations

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



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

Horaires d'ouverture:

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



Plaisirs de la table

A la découverte de la mozzarella

Plus connue sous l'appellation de « mozzarella », ce fromage italien est bien réputé pour être l'un des ingrédients indispensables à associer dans la préparation de pâtes alimentaires par exemple mais aussi des célèbres pizzas. Découvrons-le ensemble.

Le mot mozzarella n'est autre que la dénomination francisée qui d'ailleurs tant à ne pas vraiment accrocher, les consommateurs de tous les horizons ayant retenu le mot mozzarella pour désigner le fromage à pâte filée issu de la pure tradition culinaire italienne.

C'est tout naturellement que l'on retrouve sur le marché des fromages dont l'appellation est tirée du lieu de fabrication, on peut citer la très célèbre mozzarella de Bufala' (une A.O.P.) de la région Campanie située au sud-Ouest de l'Italie. Mais des mozzarellas il y en a, d'autres sont originaires de Molise, des Pouilles ou encore de la région du Latium.

Fabriquée à base de lait de vache ou de bufflonne, ce produit laitier très répandu à travers la planète se présente de couleur blanche, avec une pâte douce et bien moelleuse.

Quant à la fabrication du fromage, il faut compter en moyenne dix (10) litres de lait pour recueillir un seul kilo de mozzarella. Puis vient l'étape de la présure qui

permet en fait de solidifier le lait. Le lait caillé est ensuite recueilli pour le découpage et sera plongé dans de l'eau bien chaude. C'est alors que commence la séquence de l'étirage de la pâte jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. C'est en particulier l'étape qui suit qui a en fait donné lieu au nom du fromage made in Italy que nous connaissons. Au final le mélange obtenu est tranché « mozzato » d'où l'appellation de mozzarella. La forme est celle qui est la plus connue, une boule qui perd un peu de son lait lors du coupage.

Toutefois si la méthode de fabrication reste plus ou moins la même, ce qui va en fait faire la différence entre toutes les méthodes classiques c'est simplement le choix du lait utilisé pour la confection. Par exemple, pour la mozzarella di Bufala Campana, elle est à la base élaborée à partir du lait de bufflonne, ce qui lui donne un goût plus prononcé et une texture plus onctueuse. Et pour les autres variétés en général, c'est le lait de vache qui est plus adopté.

Un autre secret de cette spéciale étape de fabrication se tient aus-



si dans la sélection d'un lait de vache mûré parfois plus lentement qui apporte aux papilles un bon goût de lait frais et une texture crémeuse. Elle est parfaite dans des recettes de salades estivales comme dans l'excellente

recette Caprese par exemple.

En cuisine, si pour les tout-petits la mozzarella est exactement la même sous toutes ses formes de préparations, seuls en effet les connaisseurs pourront en apprécier ces riches bienfaits dans une

de bons légumes avec du « prosciutto » par exemple.

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

Samuelle Alba

RECETTE

Bâtonnets de mozzarella

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 minutes

Ingrédients pour 4 personnes

250g de mozzarella
50g de farine de blé
90g de chapelure de pain
2 œufs
sel, poivre
huile de friture

PRÉPARATION

Commencer par égoutter la mozzarella et la couper en bâtonnets. Mettre ensuite de l'huile à chauffer pour la friture.

Casser les œufs dans un bol et les battre, avec le sel et le poivre. Passer les bâtonnets de mozzarella dans la farine, puis dans l'œuf et enfin dans la chapelure en veillant à bien recouvrir toute la surface.

Frire les bâtonnets pendant une minute 30 dans l'huile chaude, puis les disposer sur un papier absorbant ou un torchon de cuisine bien propre pour ôter l'excès de matière grasse. Servir chaud. Bonne dégustation !

S.A.



SOLUTION :

Le mot-mystère est : **ENTREPRENDRE**

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

MOTS CASÉS 10X13 • N°188

- 2 LETTRES**
 CE - ET - IP - LE - LU - MA - ME -
 OC - ON - RE
- 3 LETTRES**
 AXE - EMU - FER - FOC - OSE - PLI
 - REA - REZ - ROI - UNE
- 4 LETTRES**
 AERE - AREC - AUGÉ - AZUR - CERF
 - CEUX - CHEF - DECU - ELFE -
 HEIN - ROUE - SERT - SEXE - TOLE
- 5 LETTRES**
 AIGRE - AMUSE - EMULE - EPRIT -
 ERSES - ESTER - NOCES - RECEL -
 THEME
- 6 LETTRES**
 AMORCE - AORTES - EFFACE -
 ESPECE - EXERCE - HATERA -
 HERPES - SPARTE - TRAHIE - TRAU-
 MA

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°213 •

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

• SOLUTION DE LA GRILLE N°226 •

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

JOLIE FLEUR E SOUFFLE DANS L'OR CHESTRE	OUBLIA VERBALE	BALAN- CERENT POUR ATT FER L'AT- TENTION	MYTHE ENGLOUTI QUI N'A PLUS COURS	AUX ORDRES DU CAPORAL	FOU ORGANE DIGESTIF
VERRE EN BOULE CORRIGERA				DERRIERE	
PRONOM PERSONNEL MEMBRE DE LA SECTE	LEVER SON VERRE DESEMMER			ENTOURE LA GESSA POUR EMBARQUER	
			EXÉCUTA		ETENDANT
NOUVEAU DELAI	CHEVAL MYTHIQUE	NYMPHE ÉCLATS DE VOIX			CONDITION
BIENTÔT CHAUVÉ	MÈCHE REBELLE BEURRE MMS - PAS TROP	NEGATION	ASSEMBLÉE AU JAPON PROVENÇAL	CHAPITEAU	ASTATE AU LADO ONZE À MARSEILLE
DEVIN GROS CHAGRIN			IL SE RECHAUFFE RECOM- PENSE	BOISSON GASTRO- ATTRIBUT ROYAL	
					CANTON SUISSE
DEMON- STRATIF EXCLA- MATION		JEU DE PIONS	TENTER LE COUP COULE PEU		BRAME
	NOIR ET BLANC			ON Y MET SA VOIX	
MOTIE AU LIT				DIVINTE	

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

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

• SUDOKU • GRILLE N°140 • DIFFICILE •

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

• SUDOKU • GRILLE N°151 • FACILE •

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

A cœur ouvert

« Et du fils... »

Après le père, nous nous plongeons aujourd'hui corps et âme dans la posture de fils. C'est quoi être un fils ? Est-ce toujours un rôle aussi passif qu'on ne le croit ? Ou le fils a-t-il, subit-il aussi, des contraintes, est-il lui aussi soumis à des tiraillements ? A-t-il le droit d'exister par lui-même et pour lui-même ?

La posture de fils, à première vue, paraît confortable. La posture par excellence de celui qui reçoit, mais qui est en réalité préparé, outillé à prendre soin non seulement de lui mais de toute une famille. Le fils, à l'image de l'homme, ne vit jamais réellement pour lui-même et par lui-même mais pour les autres. Une épouse, des enfants et bien plus. En effet, lorsqu'un père atteint le soir de sa vie, soudain prennent vie certains aspects auxquels le fils n'est pas toujours préparé d'avance. Et pour cause, le père a-t-il pris le temps d'une vie pour emmener son fils de la stature d'un enfant à celle d'un homme ? Lui a-t-il appris à soigner, à protéger, à pourvoir, à défendre, à faire face

aux responsabilités et aux épreuves de la vie avec sagesse et dextérité ?

Quand le père s'en va, le fils prend souvent de façon soudaine la mesure de ce qu'être un chef de famille, non pas seulement d'une famille mais de deux : la famille élargie et la famille restreinte. Pourrait-on dire aussi la famille de cœur et la famille de sang, l'idéal étant de trouver une harmonie entre les deux.

Du jour au lendemain, le fils se retrouve chef de famille, avec des frères et sœurs, des oncles et des tantes qui l'ont vu grandir, face auxquels il faudra exercer son rôle de chef, prendre des décisions qui ne feront pas toujours l'unanimité, poser des actions en prenant la me-

sure de leur impact sur les uns et sur les autres.

Devenir chef de famille, c'est donc aussi trouver sa juste place, son identité propre, sortir de l'ombre d'un père qui aura prouvé ses capacités à gérer toutes les humeurs et les comportements, les crises et les belles saisons. Le fils ne peut devenir réellement fils que lorsque les transmissions reçues de son père ont été saines, faites de principes et de valeurs, sincères, profondes et authentiques et qu'elles ont été faites toutes dans la sphère de l'amour, du respect et de la bienveillance, en se référant et en se reposant sur le plus grand, le plus élevé des chefs de famille.

Princilia Pérès

HOROSCOPE



Bélier
(21 mars - 20 avril)

Vous êtes ressourcé et inspiré, vous serez tout particulièrement ouvert et disponible à l'aventure. L'amour suivra dans ce sens, votre cheminement sentimental est en bonne marche.



Lion
(23 juillet-23 août)

Vous avez tendance à exagérer les choses et à vous montrer excessif. Cette attitude vous fait perdre du temps et de l'énergie inutilement, concentrez-vous sur vos objectifs et sur les personnes que vous aimez.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Votre réussite suscite quelques jalousies. Protégez-vous tant que vous pouvez des bruits qui courent et concentrez-vous sur ce qui vous tient à cœur. Vous serez amené à prendre des décisions parfois difficiles.



Taureau
(21 avril-21 mai)

De belles opportunités seront à saisir, tout particulièrement dans le domaine professionnel. Vous êtes sur le point de mener une alliance avec quelqu'un qui sera là pour rester à vos côtés.



Vierge
(24 août-23 septembre)

Votre créativité vous porte et vous ouvre plusieurs portes. Vous êtes amené à explorer des endroits inattendus, de belles découvertes en découleront, place à la nouveauté et à l'aventure.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous êtes très souvent sollicité et vous éprouvez des difficultés à dire non. Cela pourrait parfois vous peser. Il vous faudra cultiver votre indépendance pour résister, tout en révisant vos priorités.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Vos idées prennent vie de manière tout à fait inattendue. Vous êtes engagé dans une belle dynamique et vous en serez particulièrement victorieux ! Attention à la jalousie que vous pourriez susciter.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous cherchez à rétablir une situation bancaire. Soyez honnête avec vous-même et certain de vos choix avant d'engager quoi que se soit. Il y a du mouvement dans l'air, tenez-vous prêt à accueillir de grands changements dans votre vie.



Poisson
(19 février-20 mars)

Cette semaine, le soleil entre dans votre signe pour encourager la plupart de vos initiatives. Vous vous sentirez soutenu et confiant pour aborder tous les aspects de votre vie. L'amour vous comble de joie.



Cancer
(22 juin-22 juillet)

Il y a de l'orage dans l'air, vous serez sensible aux remarques qui vous seront faites et vous en trouverez particulièrement susceptible. Tournez-vous vers les personnes en qui vous avez confiance.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Une visite inattendue remplira votre cœur de joie et vous permettra de renouer avec une partie de votre histoire. Vous apprendrez beaucoup sur vous-même. Les célibataires seront tout particulièrement valorisés.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

Vous êtes tenté de vous torturer l'esprit pour un rien. Laissez les choses aller elles le sont sans chercher à les maîtriser. Vous serez impliqué dans des projets particulièrement stimulants.



PHARMACIES
DE GARDE

DIMANCHE
23 FÉVRIER 2025

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

MAKÉLÉKÉLÉ
Pharmacies de jour

Lucethalia (Ex-Sainte Bénédicte)
Terinkyo
Lys Candys (Kinsoundi)
Jumelle II

Pharmacies de nuit

Grand Séminaire
Rond-point Makélékélé
Kisito
Château d'eau Goldine

BACONGO
Pharmacies de jour

Tahiti
MG Eve
Blanche Gomez

Pharmacies de nuit

Sandza
Prosper
Commission
La Glacière

POTO-POTO

Pharmacies de jour

Centre (CHU)
Mavré
Franck
Continental
Pharmacies de nuit
Péniel

POTO-POTO

Exaucé
Alex
Les Anfes

MOUNGALI

Pharmacies de jour

Céleste
Loutassi
Sainte Rita
Emmanueli
Patrice

Pharmacies de nuit

Celmesterica et Jenny
Délivrance
Jagger
Boueta Mbongo
La Renaissance
Liema
La Grâce

OUENZÉ
Pharmacies de jour

Béni (ex-Trois martyrs)
Marché Ouenzé
Rosel
Relys

Pharmacies de nuit

Sophiana
Désir
Tsieme (ex Galesy)
Ebina
Boueta Mbongo
Coronella

TALANGAI

Clème
Marché Mikalou
Yves

Pharmacies de nuit

Espanade
Saint Robert
Galy
Jaque Rufin
Père Emerauce
Immaculé
Eckodis
Louanges

POTO-POTO

Pharmacies de jour

Lycée T.Sankara
Croix Saïte

MFILOU

Pharmacie de jour

Santé pour tous
Pharmacies de nuit
El Rodriguo
Ô Océanne
Bethesda
Nuit Exode

DJIRI

Pharmacies de jour

Trésor
Miriale
Île de beauté
Keylon
La Florale
Bass
Exodus

Pharmacie de nuit

Oasis

MADIBOU

Pharmacies de jour

L'Oracle Divin
Farata-Honoris (Ex-Reich Biopharma)
Pharmacie de nuit
Nuit Victorieuse