

# Édition du samedi

## LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

GASANDJI : CHANTEUSE

200 FCFA, 500 FC, 1€

[www.lesdepechesdebrazzaville.com](http://www.lesdepechesdebrazzaville.com)

N°20 DU 29 JUIN AU 6 JUILLET 2013

### SOMMAIRE

#### MUSIQUE

T. Ribak, le rappeur intellectuel, p. 5

#### CULTURE

Les splendeurs des gorges de Diosso, p. 6

Le Prix des Cinq-Continents dévoile sa sélection, p. 6

Des ecommandations pour remédier à la crise de la foi, p. 7

#### BEAUTÉ

Le soin des pieds en saison sèche, p. 9

Embellir votre peau avec de la tomate fraîche, p. 9

#### SANTÉ

Prendre du fer deux fois par semaine est tout aussi efficace qu'une prise quotidienne, p. 10

Face aux « usines à bébés », l'accouchement naturel fait des adeptes, p.10

#### PLAISIRS DE LA TABLE

#### PROGRAMME TV WEEK-END

#### VOS JEUX

#### HOROSCOPE



Quinze ans après son premier album solo, *Les Tentations*, et cinq ans après *Évolution*, le rappeur Passi revient avec *Ère Afrique*, un opus tourné vers l'Afrique, présenté cette semaine au Divan du monde, à Paris. Rencontre et critique de l'album

#### INTERVIEW

Manu Dibango célèbre le panafricanisme au Divan du monde



#### Les tendances des Parisiens débarquent chez nous



#### RECETTE DU WEEK-END Le bouillon d'antilope



#### KICK-BOXING

## Apprentissage réussi pour les pratiquants congolais



## ÉDITORIAL

### Une histoire de musique

La musique... Voilà la grande affaire qui réunira à Brazzaville dans une quinzaine de jours des artistes connus et émergents des musiques du monde. Ils viendront d'ici et d'ailleurs prouver leur talent, cette chose qui fait la touche de chacun et le fait reconnaître comme un artiste majeur ou non. Ici, on entend déjà chuchoter certains noms qui devraient ravir les mélomanes lors du Fespa. Parmi eux, on peut déjà compter sur la présence de Passi.

À Paris, le rappeur congolais a livré un concert pour marquer la sortie d'*Ère Afrique*. Nous nous sommes rendus au Divan du monde pour vivre avec nos yeux et nos oreilles la chaude ambiance de ce rendez-vous. Le rencontrer était une évidence pour lui faire lever le voile sur le contenu de cet album que nous avons écouté et qui signe son come-back. Le mettre à l'honneur dans ce numéro, c'est reconnaître le talent de l'un des fondateurs du Biso na Biso. Sa maturité artistique, il l'a démontrée en invitant le « Makossa man », Manu Dibango.

Dans ce numéro, place également à des artistes hors pair dont les univers musicaux bien particuliers nous séduisent et nous donnent envie de suivre leurs carrières. Des jeunes gens dont Gasandji, avec son album éponyme, ou T. Ribak pour sa mixtape. On les aime pour leur univers singulier qui s'accompagne de discours en accord avec leur temps. Tous ne seront pas à Brazza, dans quinze jours, mais leurs œuvres méritent le détour.

Meryll Mezath

## Le chiffre

# 20 000 000 000

*C'est le chiffre d'affaires engendré par le secteur des jeux vidéo en 2012*

## Proverbe africain

*Même si ton talent est reconnu, tu ne peux à la fois faire le joueur de tam-tam et le danseur (Côte d'Ivoire)*

## Ils font le BUZZ

### Benoît Yonel Mounkoki Mboumba

Le jeune étudiant congolais a remporté à Ouagadougou le premier prix en technologie de la deuxième édition du festival international Les Vingt-Quatre Heures de l'innovation Burkina Faso 2013. Cette compétition de résolution de problèmes industriels opposait plus d'une dizaine d'instituts supérieurs et d'universités d'Afrique de l'Ouest et du Maghreb.



### Gandhi Djuna, alias Maître Gims

Le rappeur congolais leader du groupe Sexion d'Assaut est double disque de platine (soit 200 000 exemplaires vendus) pour son album *Subliminal*, sorti dans les bacs il y a seulement un mois. Les titres de l'album *J'me tire* et *Bella* caracolent au sommet des charts français. Maître Gims est le fils de Djuna Djanana, qui a longtemps accompagné Papa Wemba.



### Bouso Dramé

La lauréate sénégalaise du concours national d'orthographe refuse le visa de la France à cause du comportement vexant du consulat de France ! Dans une lettre aux autorités consulaires françaises à Dakar, elle justifie son geste « par souci de cohérence » avec son système de valeurs. « J'ai donc pris la décision de renoncer. Renoncer pour le symbole », écrit-elle. En refusant ce laissez-passer, la jeune Sénégalaise (28 ans) a également renoncé à sa récompense : suivre une formation en réalisation de films documentaires en France.

Geneviève Nabatelamio & Luce-Jennyfer Mianzoukouta



### LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

Les Dépêches de Brazzaville sont une publication de l'Agence d'Information d'Afrique centrale (ADIAC)  
Site Internet : [www.brazzaville-adiac.com](http://www.brazzaville-adiac.com)

#### DIRECTION

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

#### Comité de direction

Emmanuel Mbengué, Émile Gankama, Lydie Pongault, Bénédicte de Capèle, Ange Pongault, Charles Zodiolo, Gérard Ebami-Sala, Philippe Garcia.

#### RÉDACTIONS

Directeur des rédactions : Émile Gankama  
Assistante : Leslie Kanga  
Photothèque : Sandra Ignamout  
Secrétaire des rédactions : Jocelyn Francis Wabout  
Secrétaire des rédactions adjoint :  
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodiolo, Clotilde Ibara, Norbert Biembédi

#### Rédaction de Brazzaville

Rédacteur en chef : Guy-Gervais Kitina, Thierry Nougou  
Service Société : Parfait Wilfried Douniama (chef de service)  
Guillaume Ondzé, Fortuné Ibara, Lydie Gisèle Oko  
Service Politique : Roger Ngombé (chef de service), Jean Jacques Koubemba, Josiane Mambou Loukoula

Service Économie : Nancy France Loutoumba (chef de service) ; Lopelle Mboussa Gassia, Firmin Oyé

Service International : Nestor N'Gampoula (chef de service), Yvette Reine Nzaba, Tiras Andang  
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de service), Hermione Désirée Ngoma, Rosalie Bindika

Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rominique Nerplat Makaya (stagiaire)

Service Enquête : Quentin Loubou (chef de service), Rock Ngassakys  
Chronique littéraire : Meryll Mezath (chef de service), Luce Jennyfer Mianzoukouta

#### Rédaction de Pointe-Noire

Rédacteur en chef : Faustin Akono  
Lucie Prisca Condhet N'Zinga, Hervé Brice Mampouya, Charlem Léa Legnoki, Prosper Mabonzo, Séverin Ibara  
Commercial : Mélaïne Eta  
Bureau de Pointe-Noire : Av. Germain Bikoumat : Immeuble Les Palmiers (à côté de la Radio-Congo Pointe-Noire). Tél. (+242) 06 963 31 34

#### Rédaction de Kinshasa

Directeur de l'Agence : Ange Pongault  
Coordonateur : Jules Tambwe Itagali  
Politique : Alain Diasso  
Économie : Laurent Essolomwa  
Société : Lucien Dianzenza  
Sports : Martin Enyimo  
Service commercial : Adrienne Londole  
Bureau de Kinshasa : 20, avenue de la paix Gombe - Kinshasa - RDC - Tél. (+243) 015 166 200  
Rédaction de Dolisie : Lucien Mpama

#### Maquette

Eudes Banzouzi (chef de service)  
Cyriaque Brice Zoba, Mesmin Boussa, Stanislas Okassou

#### INTERNATIONAL

Directrice : Bénédicte de Capèle  
Responsable coordination et communication : Rose-Marie Bouboutou  
Directrice du Développement : Carole Moine

#### Rédaction de Paris

Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma  
Comptabilité : Marie Mendy

#### ÉDITION DU SAMEDI

Directeur de rédaction : Émile Gankama  
Rédactrice en chef : Meryll Mezath  
Chef de service : Luce-Jennyfer Mianzoukouta  
Ont collaboré : Relaxnews, Rosalie Bindika, James Golden Eloué, Bruno Okokana, Parfait Douniama, Durlly Emilia Gankama, Raphaël Matsonama, Rose-Marie Bouboutou, Armel Myab, Camille Delourme Geneviève Nabatelamio.

#### ADMINISTRATION ET FINANCES

Directrice : Lydie Pongault  
Secrétariat : Armelle Mounzeo  
Chef de service : Abira Kiobi  
Suivi des fournisseurs : Farel Mboko  
Comptabilisation des ventes, suivi des annonces : Wilson Gakosso  
Personnel et paie : Martial Mombongo  
Stocks : Arcade Bikondi  
Caisse principale : Sorrelle Oba

#### PUBLICITÉ

Directeur : Charles Zodiolo  
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré  
Commercial Brazzaville : Rodrigue Ongagna, Mildred Moukenga  
Commercial Pointe-Noire : Mélaïne Eta Anto

#### DIFFUSION

Directeur : Philippe Garcia  
Assistante de direction : Sylvia Adhhas  
Diffusion de Brazzaville : Guyche Motsignet, Brice Tsébé, Irin Maouakani  
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole  
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moundélé Ngon

#### INFORMATIQUE

Directeur : Gérard Ebami-Sala  
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Rively Gérard Ebami-Sala, Myck Mienet Mehdi, Mbenguet Okandzé

#### IMPRIMERIE

Directeur : Emmanuel Mbengué  
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou  
Chef d'atelier : François Diatoulou Mayola  
Service pré-presses et contrôle de qualité : Eudes Banzouzi (chef de service)

#### LIBRAIRIE BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault  
Émilie Moundako Éyala (chef de service), Eustel Chrispain Stevy Oba, Nely Carole Biantomba, Epiphany Mozali

Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mplla), Brazzaville - République du Congo  
Tél. : (+242) 06 930 82 17

#### GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault  
Hélène Ntsiba (chef de service), Sorel Eta, Astrid Balimba

#### LIBRAIRIE-GALERIE CONGO PARIS

Directrice : Bénédicte de Capèle  
Responsable achats, logistique : Béatrice Ysnel  
Responsable animation : Marie-Alfred Ngoma  
Assistante : Laura Ikambi  
23, rue Vaneau - 75007 Paris - France  
Tél. : (+33) 1 40 62 72 80  
[www.lagalericcongo.com](http://www.lagalericcongo.com)

#### ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale  
[www.lesdepêchesdebrazzaville.com](http://www.lesdepêchesdebrazzaville.com)  
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mplla), Brazzaville, République du Congo / Tél. : (+242) 05 532.01.09

Président : Jean-Paul Pigasse  
Directrice générale : Bénédicte de Capèle  
Secrétaire général : Ange Pongault

Bureau de Paris (France)  
38 rue Vaneau 75007 Paris/Tél. : (+33) 1 45 51 09 80





# Passi Ère Afrique, l'accomplissement d'un rêve panafricain

Quelques minutes après la fin de son concert, Passi est revenu sur son nouvel album, *Ère Afrique*, et sur cette soirée au Divan du monde

**Les Dépêches de Brazzaville :** Commandant de bord Passi, que du beau monde ce soir à bord du vol Ère Afrique !

**Passi :** Oui, c'était un beau plateau et je crois que le public a vraiment apprécié. Comme nous étions à Paris, on a pu faire venir un maximum d'invités, et c'était

un bon show.

**LDB :** Le grand Manu Dibango était là ce soir, au milieu de la nouvelle génération. C'est un beau brassage intergénérationnel...

**Passi :** C'est important d'avoir le doyen, il me porte vers

les sommets. Et derrière, il y a les jeunes, qui poussent, qui fourmillent d'idées, de tendances. Tout cela m'inspire et m'enchanté.

**LDB :** Le « vieux » Manu Dibango faisait la promotion d'*Air Afrique* il y a vingt ans. Aujourd'hui, il participe à *Ère Afrique*... C'est un pied de nez amusant ?

**Passi :** C'est exactement ça... un petit délire par rapport à l'histoire. Et puis avec Manu, j'ai une relation forte. On s'entend bien, il me parle comme un père et me conseille quand j'en ai besoin.

**LDB :** Ce soir, au Divan du monde, l'ambiance était chaude, le public bouillant. C'est l'essence même du métier d'être en fusion avec la salle ?

**Passi :** Je suis resté longtemps sans sortir d'album et j'avais besoin de retrouver cette ambiance. En plus le public parisien est un peu « dur », il faut vraiment aller le chercher pour qu'il réagisse, et ce soir je crois qu'on y est parvenu.

**LDB :** Le public vient de découvrir ton nouvel album, mais on remarque que la salle chavire dès que le Bisso se recompose... Le collectif est indémodable ?

**Passi :** Le Bisso, c'est la famille et dès qu'on se retrouve sur scène,

on est heureux, ça se voit et on le communique au public. Qui ne s'en lasse pas et en redemande. Il faut avouer que le Bisso vieillit plutôt bien, non ?

kiffer et tous les gens que j'ai aimé rencontrer. Mais c'est aussi l'accomplissement d'un rêve panafricain. C'est un album qui représente beaucoup pour moi.



**Passi et Fally Ipupa en duo :** les deux rives du fleuve Congo se rejoignent sur la scène du Divan du monde

**LDB :** Cet album *Ère Afrique*, c'est un vol long-courrier sans limites géographiques ?

**Passi :** C'est exactement ça. On part de Brazzaville et on voyage dans toute l'Afrique, mais aussi dans le monde afro-caribéen.

**LDB :** *Ère Afrique*, c'est aussi l'ensemble de ta carrière du rap au Bisso en passant par *Dis l'heure de Zouk* ?

**Passi :** Oui, c'est ça. Je retrouve tous les sons qui m'ont fait

**LDB :** Les prochains vols d'*Ère Afrique* t'amèneront où ?

**Passi :** Le prochain show sera à Brazzaville, pour le Fespam. J'ai deux concerts prévus. Je viendrai avec quelques invités, probablement moins qu'aujourd'hui, mais j'attends ça avec impatience. Ensuite, à partir de la rentrée, ça sera la grande tournée d'*Ère Afrique*.

*Propos recueillis par Camille Delourme au Divan du monde, à Paris*



**La Piosh :** Étoile montante de la scène africaine, La Piosh a interprété, avec Passi et Jacky Brown, le titre *Ere Afrique*



## MUSIQUE

# Ère Afrique, le nouvel album de Passi

Près de quinze ans après son premier album solo, *Les Tentations*, et cinq ans après *Évolution*, Passi revient avec *Ère Afrique*, un opus tourné vers l'Afrique

Un seul coup d'œil à la jaquette suffit à comprendre qu'*Ère Afrique*, le cinquième album solo de Passi, n'est pas un album de rap comme les autres : de la couleur, des paysages, et Passi tourné vers son continent...

Dès la première piste de l'opus sur laquelle il célèbre la nouveauté, aidé de son acolyte de toujours Jacky Brown des Neg' Marrons et de l'artiste congolais qui monte, Lapiosh, le message est clair : Passi veut nous faire danser. Et pour cela il nous fait voyager. Entre Caraïbe et Afrique, sur des airs de zouk avec la

chanteuse haïtienne Milca, du Cuba de Roldan du groupe Orishas à la Côte d'Ivoire du talentueux Meaway, en passant par le Nigeria, la Tunisie et l'Afrique du Sud. Arrivé au Congo, c'est avec le prince de la rumba congolaise, Fally Ipupa, avec qui il collabore pour la première fois, qu'on le retrouve sur *Full Option*, et son groupe Bisso Na Bisso reformé sur *Ça ne te ressemble pas*.

Plus qu'un album simplement festif, *Ère Afrique* est aussi un album conscient, notamment sur *Bantu Life*, où Passi et le grand saxophoniste Manu



Dibango s'interrogent sur l'avenir du continent africain. Et la dignité du peuple dans lequel l'altesse et le Tunisien Lofti Bouchnak abordent le printemps arabe et les révolutions populaires. On notera également une très belle touche spirituelle avec le sublime *Il* en duo avec la chanteuse RnB sud-africaine Spnum, et une touche humoristique apportée par le délirant Moussier Tombola sur *Attachez vos ceintures*. *Ère Afrique* est globalement une réussite. Un album solo sur lequel Passi a très bien su s'entourer, et dont l'efficacité des collaborations rend chaque morceau unique.

Armelle Myab

## Manu Dibango remercie Passi de faire musicalement perdurer le rêve panafricain

Le célèbre saxophoniste camerounais était l'un des invités d'honneur de Passi lors de la présentation de l'album *Ère Afrique*, mardi soir au Divan du monde. Il revient sur cet opus panafricain et sur une soirée qu'il le rend heureux

*Les Dépêches de Brazzaville :* Monsieur Dibango, il y a près de vingt ans, vous étiez l'ambassadeur de la compagnie Air Afrique. Aujourd'hui, vous participez à l'album *Ère Afrique*. Joli clin d'œil aérien...  
Manu Dibango : (grand éclat de rire) Oui, j'ai fait la promotion de cette grande compagnie, aujourd'hui disparue. C'était le rêve d'une compagnie aérienne panafricaine auquel nous avons cru pendant plusieurs décennies. Et aujourd'hui, je suis heureux de participer à ces airs d'Afrique. Et je remercie Passi de faire perdurer musicalement ce rêve panafricain.

*LDB :* Vous chantez en duo avec Passi, le titre *Bantu Life*, et ce n'est pas votre première collaboration avec lui (NDLR :

*l'hymne de la CAN 2002, le clip Un geste pour Haïti...).* L'axe Brazzaville-Douala fonctionne bien...

*MD :* Oui, on se connaît depuis l'époque du Ministère Amer, et nous prenons toujours du plaisir à travailler ensemble. Comme ce soir, où je suis ravi de voir le talent et l'évolution de la nouvelle génération. Et je passe vraiment une bonne soirée.

*LDB :* Cette nouvelle génération invitée par Passi, La Piosh, Naby, Milca, vient d'horizons géographiques et musicaux variés. Ça vous plaît de les voir réunis ?

*MD :* C'est ce qu'on appelle la diversité avec un grand D. Ça vient de partout et ça bouillonne d'idées. Cet *Ère Afrique* est fait d'airs d'Afrique, et ça me plaît

beaucoup. Cet ensemble de styles différents qui cohabitent, c'est ce qu'il faut pour combattre la pensée unique, l'uniformisation. Ça donne du relief et du dynamisme à la création. Et c'est le public qui en sort gagnant.

*LDB :* Vous avez joué dans les plus grandes salles du monde, dans des stades immenses. Retrouver l'ambiance d'une salle à taille humaine, pleine à craquer, comme ce soir, c'est un retour aux sources pour vous ?

*MD :* J'aime ces petites salles, où l'on est proche du public. Il fait très chaud, et c'est groovy. De la scène, j'ai vu des gens heureux d'être là, ça se voit et ça se sent.

*Propos recueillis par Camille Delourme au Divan du monde, à Paris*



Icone mondiale de la musique africaine, le Camerounais Manu Dibango était heureux de participer au concert de Passi. En toute simplicité.





MUSIQUE URBAINE

# T. Ribak, le rappeur intellectuel

**Pour sa première mixtape, le jeune chanteur franco-congolais T. Ribak, propose un son 100% rap fondu dans l'environnement congolais**

De son vrai nom Bienvenu Junior Mondzo, T. Ribak est très tôt attiré par la musique urbaine qui se révélera pour lui une vraie passion. Son expérience de vie d'artiste débute dans sa petite ville de Blois (dans le département de Loir-et-Cher),

en France. Il épate ses amis dans des soirées informelles. Piqué au jeu, il se met à écrire ses premières compositions. Mais c'est au Congo où il poursuit ses études secondaires qu'il se rapproche des milieux du hip-hop. Il adhère au label F2 N,

dirigé à l'époque par Baba Moz. Et après plusieurs concerts, il finit par s'imposer et imposer sa voix caractéristique. Ses efforts payent, son talent finit par émerger du lot. Le rappeur intellectuel n'en oublie pas ses fondamentaux pour autant. Actuellement en faculté de droit, il prépare son master. T. Ribak sait que pour aller loin il

doit suivre la voie de son cœur, mais aussi, de manière sérieuse, poursuivre ses études. Bel exemple pour son jeune public, mais également beau démenti de l'entendement populaire qui veut que les jeunes musiciens se recrutent plus volontiers chez les voyous sans épaisseur intellectuelle ! *Tox Melody*, son premier volume est disponible

chez Scarla Records, Violence Musik, Zone Hip-Hop ou encore Hh Production. Mais plus que tous les discours, c'est l'écoute attentive de l'œuvre qui donnera à découvrir un talent auquel est très certainement promis en bel avenir. À suivre plus particulièrement, le morceau *Conscientiz*.

*Luce-Jennyfer Mianzoukouta*

NOUVELLE TÊTE

## Gasandji ou « l'éveilleuse des consciences »

**P**our ce premier album, Gasandji a essuyé pendant longtemps les refus des maisons de disques françaises avant de réaliser son rêve grâce à un label indépendant. Sa musique, Gansandji la veut sincère et humaine. Ainsi parle-t-elle avec humour de sa vie, de son amour

pour sa fille Elikyah, de sa mère à travers le titre *Maman ne m'a pas dit*. On admire sa montée en flèche tant la jeune femme a un parcours musical riche, nourri d'expériences aux côtés d'artistes comme MC Solaar, IAM... Son talent a également séduit d'autres noms des musiques du monde tel Keziah Jones, Nneka, Imany, Amadou et Mariam ou Lokua Kanza qui l'ont invitée à partager la scène en faisant les premières parties de leurs concerts.

**Son crâne rasé laisse transparaître un chignon de dreadlocks, du haut de son mètre soixante-dix. Ce bout de femme est sans doute la révélation de l'année 2013. Originaire de RDC, Gasandji est l'auteur d'un premier album éponyme sorti en avril dernier chez Plus Loin Music, où se mélangent habilement rumba congolaise, jazz, soul et chanson française**

*Meryll Mezath*





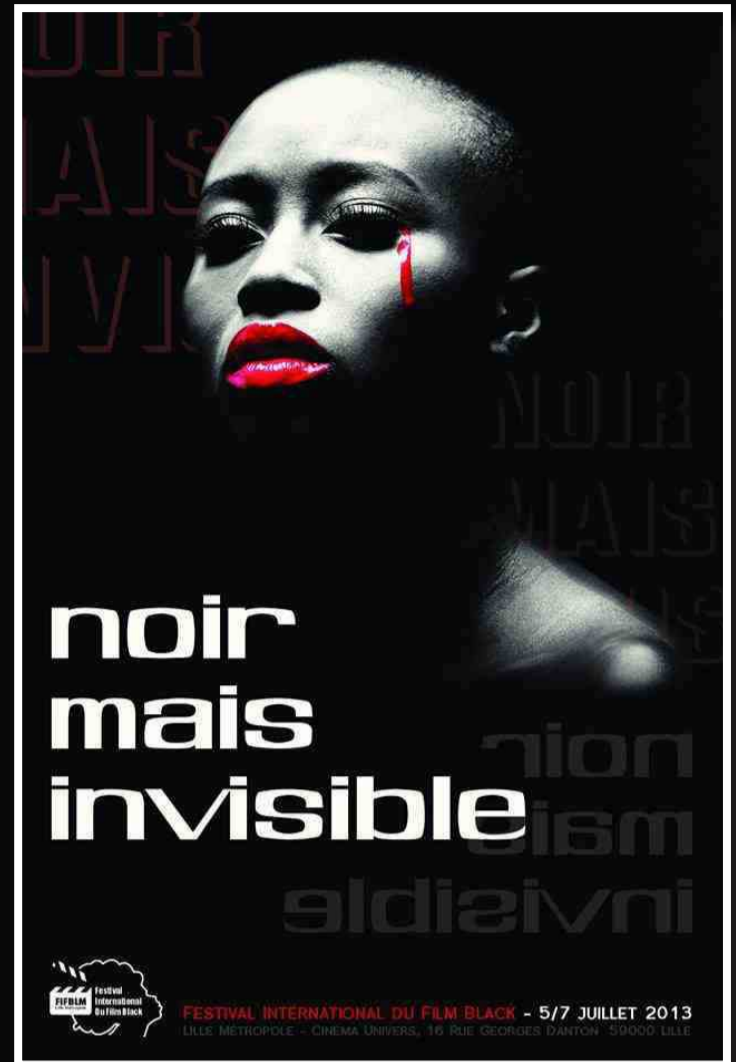
# Lille fait son cinéma black

Du 5 au 7 juillet la ville française vit au rythme de la deuxième édition de son Festival international du film black. Pendant trois jours, le cinéma afro-antillais sera à l'honneur à travers une programmation éclectique

Trois jours à vivre à l'heure de Cayenne, Yamoussoukro, Bamako, Lagos, Port-au-Prince pour découvrir, selon les organisateurs, de nombreux films, dont *Le Bonheur d'Elza* de Mariette Monpierre. C'est l'histoire d'un voyage initiatique d'une jeune femme de 20 ans en quête de repères, qui part à la recherche des traces de son père en Guadeloupe. À l'affiche également *Unspoken* ou *Oka !*, un pur produit américano-nigérien mêlant drame et comédie au cœur d'une forêt.

Le festival, dont la clôture sera consacrée à Nelson Mandela, actuellement hospitalisé, donnera la parole aux acteurs et cinéphiles du cinéma afro-antillais. Une conférence sur l'industrie cinématographique du Nigeria éclairera la complexité de ce secteur important.

Meryll Mezath



## TOURISME

# Les splendeurs des gorges de Diosso

À quelque 35 kilomètres de Pointe-Noire se dessinent les gorges de Diosso. Elles font partie des sites touristiques les plus beaux du paysage congolais

Souvent comparées au Grand Canyon aux États-Unis d'Amérique pour leur ressemblance, les gorges de Diosso constituent un bloc sédimentaire d'une grande beauté, rehaussée par les trois éléments que sont l'eau (la mer proche), la terre et vent qui balaye ce paysage en permanence. Produit de l'érosion des pluies sur la latérite du plateau, les falaises de roches de couleur ocre sont également prolongées en contrebas par une belle vallée ainsi que par la forêt.

Il ne s'agit pas de n'importe quelle forêt, mais de la très typique forêt équatoriale, issue de l'avancée vers la mer du massif du Chaillus. Pour aller à la découverte des gorges, les jeunes du village de Diosso se font bien volontiers guides touristiques et un peu chamans. Ils vous apprennent en premier lieu à faire des offrandes et des



Un aperçu des gorges de Diosso.

libations avant la descente. Selon certaines croyances de l'ethnie vili, les gorges abriteraient des génies, malfaisants ou bienfaisants suivant qu'on respecte ou non la coutume. C'est

à eux qu'il faut offrir bananes et vin de palme en prononçant la formule sacrée : « Celui qui descend dans les gorges de Diosso remonte avec la fièvre. »

Luce-Jennyfer Mianzoukouta

## FRANCOPHONIE

# Les dix finalistes du Prix des Cinq-Continents

Dix ouvrages représentant huit pays ont été choisis par les comités de lecture

Parmi les 123 romans concourant à la douzième édition du Prix des Cinq-Continents de la Francophonie, qui récompense chaque année un texte de fiction narratif d'expression française, dix ouvrages finalistes représentant huit pays ont été sélectionnés.

Le jury, présidé par l'écrivain Jean-Marie Gustave Le Clézio, proclamera le prix le 26 septembre à Paris. Il sera remis en Haïti en octobre 2013. L'Organisation internationale de la francophonie (OIF) assurera la promotion du lauréat sur la scène littéraire jusqu'à la proclamation du prochain lauréat.

**La sélection**  
- 39 rue de Berne de Max Lobe (Cameroun), Zoé

- *Anima* de Wajdi Mouawad (Liban/Québec), Actes Sud  
- *Dans l'ombre de la lumière* de Claude Pujade-Renaud (France), Actes Sud  
- *Un écrivain, un vrai* de Pia Petersen (Danemark/France), Actes Sud  
- *La Fiancée américaine* d'Éric Dupont (Québec), Marchand de feuilles  
- *Ils désertent* de Thierry Beinstingel (France), Fayard  
- *Made in Mauritius* d'Amal Sewtohul (Maurice), Gallimard  
- *Retour d'outre-mer* de Julia Pawlowicz (Pologne/Québec), Triptyque  
- *Sombre Dimanche* d'Alice Zeniter (France), Albin Michel  
- *Le Terroriste noir* de Tierno Monenembo (Guinée), Seuil



## RELIGION

# Des recommandations pour remédier à la crise de la foi

La crise de la foi ne cesse d'alimenter les milieux chrétiens tant en Occident qu'en Afrique. Elle a d'ailleurs fait l'objet de journées théologiques et pastorales organisées au grand séminaire Cardinal-Émile-Biyenda de Brazzaville, sur le thème « L'année de la foi : signification et perspectives pour le Congo ». Les hommes en soutane trouvent quelques pistes de solutions

L'Église catholique doit s'interroger, méditer et réfléchir sur sa doctrine à la lumière du concile Vatican II. Pour ce faire, il est plus qu'important de s'asseoir et réfléchir. C'est le cas par exemple des journées théologiques et pastorales organisées dans le cadre de la lettre apostolique *Porta Fidei* promulguée par le pape Benoît XVI le 17 octobre 2011. Ainsi donc, les journées théologiques et pastorales tenues à Brazzaville répondent à l'indication de la congrégation de la doctrine de la foi sur l'année de la foi. Cette année, il faut le dire, est un véritable chantier qui ne peut être exploré en douze mois. Car les deux documents de référence proposés par le Saint Père ne sont pas encore à la disposition de tous. Il faut donc encourager les curés qui organisent des exposés sur le contenu de cette année dans les paroisses. En effet, l'ignorance des fondements de la foi chrétienne fragilise les fidèles laïcs du Christ.

Cette question de la foi, il faut le rappeler, a interpellé même le pape Jean-Paul II, qui a affirmé dans la dédicace de la lettre encyclique *Fides et Ratio* : « La foi et la raison sont comme les deux ailes qui permettent à l'esprit

humain de s'élever vers la contemplation de la vérité. C'est Dieu qui a mis au cœur de l'homme le désir de connaître la vérité et, à terme, de le connaître, lui, afin que le connaissant et l'aimant, il puisse atteindre la pleine

*vérité sur lui-même. »*

À propos, les chrétiens congolais ont tracé la ligne, sinon l'action future, à travers quelques recommandations. Il s'agit entre autres de : promouvoir une catéchèse conséquente susceptible d'aider le chrétien à mieux vivre sa foi ; aider l'homme congolais à entretenir sa relation avec Dieu ; prendre en compte la nouveauté que nous apportent les

technologies récentes pour une évangélisation efficace ; renforcer la lecture des Saintes Écritures pour mieux découvrir la volonté divine pour nous ; reposer l'Eucharistie comme le centre de toute la foi chrétienne ; inviter davantage le chrétien congolais à passer du culte eucharistique à l'action qui en découle ; encourager la fréquentation du saint sacrement par des séances d'adoration régulières ; promouvoir le dialogue entre le mouvement œcuménique congolais et l'islam ; vivre la foi dans la discipline ecclésiale en vue d'une meilleure fécondité ; promouvoir la diaconie œcuménique pour donner un visage social au mouvement œcuménique congolais.

Il sied de préciser que le cœur de la foi chrétienne en général et du catholicisme en particulier se trouve dans l'événement Jésus-Christ, comme l'affirme l'apôtre des Gentils dans sa première lettre aux Corinthiens : « Si Christ n'est pas ressuscité, vaine est votre foi », 1 Co 15:17.

**Bruno Okokana**



## Festival de l'auteur sur scène : Henri Djombo couronné

La première édition du Festival de l'auteur sur scène a primé le ministre-écrivain Henri Djombo pour trois de ses œuvres majeures

Sur la braise, *Le Cri de la forêt* et *Palabre électorale au Kinango* sont les trois livres primés. C'est la raison qui explique qu'Henri Djombo ait aligné trois de ses œuvres majeures, connues pour être des romans, parfois autobiographiques, mais pas des pièces de théâtre jusqu'ici.

Cette première édition organisée à l'initiative de l'Union nationale des écrivains et artistes congolais, en partenariat avec les Éditions Hémar et le ministère de la Culture et des arts, se veut un tremplin pour les écrivains et dramaturges en herbes. Mais elle a permis également de braquer les projecteurs sur des auteurs confirmés, et dont

les écrits ne sont pas forcément connus pour être portés sur les planches.

Pendant trois jours, du 21 au 23 juin, le Théâtre national de l'Environnement et SOS African Lights, une troupe de Yaoundé, ont excellé pour décliner les trois romans sous une forme qu'on ne leur connaissait pas jusqu'ici. Au vu de la réussite de cette première expérience, il est certain que le public viendra plus nombreux l'an prochain, et que les auteurs des deux Congo se bousculeront pour nous introduire à la beauté cachée de leurs écrits. À l'année prochaine !

**Luce-Jennyfer Mianzoukouta**



Henri Djombo couronné et les acteurs.



# DHL remet neuf gorilles en liberté

Libreville, le 25 juin 2013 : Dans le cadre d'une initiative de conservation unique en partenariat avec l'Aspinall Foundation, DHL, la première société de logistique au monde, a transporté une famille de neuf gorilles à dos argenté du zoo de Port Lympne dans le Kent au parc national des plateaux Batéké, au Gabon

Les gorilles ont parcouru 9 000 kilomètres depuis le Royaume-Uni jusqu'à Bruxelles, puis à bord d'un Boeing 767 spécialement équipé jusqu'à Lagos, au Nigeria, et enfin vers Franceville, au Gabon. Pour la dernière étape du voyage, ils ont été transportés en hélicoptère vers le parc national en collaboration avec les autorités du Gabon. En plus des animaux, qui totalisaient un poids combiné de 620 kg, pas moins de 1 200 kg de nourriture et d'équipement vétérinaire les ont accompagnés durant leur voyage vers la liberté. Pour s'adapter au plan de transport des gorilles, DHL a utilisé deux avions différents hors service et

a temporairement reconfiguré son réseau mondial pour qu'ils puissent être transportés dans un délai aussi court que possible. Les gorilles des plaines de l'Ouest sont classés parmi les espèces gravement menacées de disparition, et il s'agit de la toute première tentative de réintégrer une famille entière dans son habitat naturel. L'initiative Back to the Wild (Retour à la nature) de l'Aspinall Foundation fait partie de son engagement permanent à repeupler la population sauvage avec des espèces menacées ou gravement menacées, suite à ses programmes au succès sans précédent d'élevage en captivité



Une famille de gorilles au parc animalier de Port Lympne. (© D. Rolfe)

dans ses parcs animaliers du Kent. Phil Couchman, PDG de DHL Express au Royaume-Uni et en Irlande, a commenté : « Ce n'est pas une mince affaire de déplacer une famille de neuf gorilles à travers le monde. Il s'agit d'une cause extrêmement importante, qui nécessite une importante gestion logistique pour DHL. Notre priorité tout au long de l'opération a été d'assurer la sécurité et le bien-être des animaux. En travaillant étroitement avec l'Aspinall Foundation, un organisme de bienfaisance voué à la conservation, pour préparer le déplacement, nous

avons garanti le voyage le plus fluide possible pour les gorilles. » Charles Brewer, directeur général de DHL Express en Afrique subsaharienne, a déclaré : « Notre équipe dédiée chargée des "livraisons spéciales", qui inclut du personnel de l'ensemble des opérations de DHL, des ingénieurs aéronautiques, des manutentionnaires, des équipes de sécurité, des pilotes et des chauffeurs, a fait un excellent travail pour assurer la réussite de ce projet. Nous sommes ravis d'avoir assisté la famille de gorilles et nous espérons qu'ils apprécieront leur nouvel habitat. »

Damian Aspinall, pionnier de la conservation et président de l'Aspinall Foundation, a affirmé : « L'initiative Back to the Wild de l'Aspinall Foundation est unique et représente ce qui est certainement la réintroduction dans la nature la plus ambitieuse d'espèces gravement menacées jamais entreprise dans le monde. Nous sommes ravis que DHL ait si généreusement participé en tant que partenaire à ce projet de rapatriement important et passionnant. »



## Kinshasa : Ventes et locations - Tél. : 00243 999998280

**boulevard Tshatshi**  
Villa : 2 000 000 USD  
quatre chambres,  
avec salle de bain,  
cuisine, magasin,  
bureau  
annexe (chambre  
salon, salle de bain)  
paillote, piscine,  
grand jardin, garage.

**avenue Trois-Z**  
Villa : 1 600 000 USD  
quatre chambres,  
trois salles de bai,  
cuisine, magasin  
grand jardin, piscine,  
garage.

**Boulevard  
du 30-Juin**  
Villa : 2 600 000 USD  
trois chambres avec  
salle de bain, cuisine,  
magasin, bureau  
grand jardin, parking  
sept places.

**Boulevard  
du 30-Juin (Batetela)**  
Appartement :  
220 000 USD  
deux chambres avec  
salle de bain, cuisine,  
magasin, terrasse,  
toilette visiteur,  
parking trois places.

**Avenue du fleuve**  
Terrain de 4 000  
mètres carrés :  
4 000 000 USD

**Concession  
Utexafrica :**  
370 000 USD  
Parcelle 40 mètres/  
20 mètres, avec une  
maison de trois  
chambres, deux salles  
de bain, cuisine,  
magasin, bureau  
Annexe, grand jardin

**Ambassade de  
Belgique**  
Appartement  
meublé : 3 500 USD/  
mois toutes charges  
comprises  
trois chambres, deux  
salles de bain, cuisine  
équipée, magasin,  
terrasse, toilettes  
visiteur, générateur  
(groupe électrogène),  
parking trois places.

**Ambassade de  
Belgique**  
Appartement non  
meublé : 2 500 USD/  
mois toutes charges  
comprises  
trois chambres, deux  
salles de bain, cuisine  
équipée, magasin,  
terrasse, toilettes  
visiteur, générateur  
(groupe électrogène),  
parking trois places.

**Avenue de la Gombe**  
Appartement non  
meublé : 2 000 USD/  
mois  
trois chambres,  
deux salles de bain,  
cuisine, magasin,  
terrasse, toilettes  
visiteur, parking six  
places.

**Avenue de la justice**  
Maison meublée :  
5 000 USD/mois  
trois chambres,  
deux salles de bain,  
cuisine, magasin,  
toilettes visiteur,  
jardin, garage,  
générateur (groupe  
électrogène), annexe  
studio.

**Boulevard Tshatshi**  
Villa : 7 000 USD/  
mois  
quatre chambres avec

salle de bain, cuisine,  
magasin, bureau,  
paillote, piscine,  
grand jardin, garage.

**Avenue Okito**  
Villa meublée :  
5 500 USD/mois  
trois chambres avec  
salle de bain, cuisine,  
magasin, bureau,  
toilettes visiteur,  
piscine, parking sous-  
sol cinq places.

**Vers le Centre  
Wallonie-Bruxelles**  
Maison commerciale  
(200 mètres carrés) :  
5 000 USD/mois.

**Boulevard du  
30-Juin**  
Maison commerciale  
quatre pièces, trois  
toilettes : 2 500 USD/  
mois

**Avenue Lukusa**  
- Appartement non  
meublé : 2 500 USD/  
mois (toutes charges  
comprises)

trois chambres avec  
salle de bain, cuisine  
équipée, magasin,  
terrasse, toilettes  
visiteur, générateur  
(groupe électrogène),  
parking deux places.

- Appartement  
meublé : 3 500 USD  
(toutes charges  
comprises)  
trois chambres avec  
salle de bain, cuisine  
équipée, magasin,  
terrasse, toilettes  
visiteur, générateur  
(groupe électrogène),  
parking deux places.

**Locations quartier  
Socimat**  
- Villa meublée :  
3 000 EUR/mois  
trois chambres avec  
salle de bain, cuisine,  
magasin, bureau,  
toilettes visiteur,  
piscine, parking cinq  
places, jardin.  
- Villa non meublée :  
2 000 EUR/mois  
trois chambres avec  
salle de bain, cuisine,  
magasin, bureau,  
toilettes visiteur,  
piscine, parking cinq  
places, jardin.  
- Appartement non  
meublé : 2 500 USD/  
mois  
quatre chambres avec  
salle de bain, cuisine,  
magasin, grande  
terrasse, toilettes  
visiteur, parking huit  
places.

## Ventes de voitures d'occasion

**Suzuki Grand-Vitara : 25 000 USD**  
Couleur champagne, intérieur cuir,  
moteur quatre cylindres à essence,  
boîte automatique, 50 000 km.

**Hyundai Veracruz : 35 000 USD**  
Couleur grise, essence, V6,  
boîte automatique.

**Armada QX56 : 35 000 USD**  
Couleur verte, intérieur cuir,  
essence V8,  
boîte automatique.

**Prado Standard : 31 000 USD**  
Couleur grise, diesel, V8,  
boîte manuelle, 47 000 km.

**Toyota Highlander : 23 000 USD**  
Couleur grise, moteur quatre  
cylindres, essence, année de ≤ 2006,  
boîte automatique, 107 000 km.



## COSMÉTIQUE

# Le soin des pieds en saison sèche

Parmi les soins de beauté, on oublie trop souvent ses pieds alors qu'ils font partie intégrante du corps et doivent être pris en compte

C'est surtout en temps de saison sèche que les pieds demandent des soins particuliers. Cette saison est celle où le corps est exposé à la poussière et où la peau, précisément, a tendance à se dessécher. Les pieds, partie du corps en permanence en contact avec le sol sec et poussiéreux, se salissent rapidement. Voici quelques astuces pour contourner en douceur quelques-uns des petits soucis rencontrés : gommer régulièrement les pieds avec un gommage à gros grains pour ne pas agresser la peau ; gratter chaque pied au moins deux minutes. On insistera volontiers sur le talon qui, sous les assauts de la sécheresse et du froid, a tendance à gercer ; appliquer un lait hydratant ou une huile de peau ; envelopper les pieds dans du tissu transparent : les glisser



dans une paire de chaussettes ; laisser reposer pendant deux heures avant de sortir. Les pieds respireront et n'auront pas tendance à transpirer, ce qui est cause d'odeurs déplaisantes. Prodigés une ou deux fois par semaine, ces soins permettent d'avoir de beaux pieds... de saison !

Pour éviter les mauvaises odeurs dues au port prolongé de chaussures, il suffit de préparer une bassine avec de l'eau chaude (pas bouillante) et y verser une

demi-tasse de vinaigre de cidre. Laisser les pieds reposer dans ce mélange pendant vingt bonnes minutes, rincer à l'eau froide et sécher avec une serviette. Pensez aussi à éliminer l'odeur des chaussures. Pour cela, versez un peu de bicarbonate de soude à l'intérieur de chaque chaussure et laissez agir toute la nuit. Le bicarbonate de soude absorbera les odeurs. C'est ainsi que vos pieds retrouveront une bonne odeur.

*Durly-Émilie Gankama*

# Embellir votre peau avec de la tomate fraîche

La tomate n'est pas qu'un simple fruit, elle est aussi réputée pour son utilisation en soins de beauté. Elle contient de la vitamine A, de la vitamine C et des protéines. Par sa teneur élevée en antioxydants, la tomate est un excellent ingrédient pour les soins de la peau



En plus de ses vertus minceur, la tomate est recommandée pour rester en bonne santé. Elle fortifie et nettoie l'épiderme fatigué et purifie les peaux grasses. En tranches déposées sur la peau brûlée par un coup de soleil, la tomate fait disparaître l'effet de la brûlure et évite que la peau ne s'abîme.

**Comment utiliser la tomate pour les soins corporels ?**

Vous pouvez prendre une tomate coupée ou du jus de tomate tout simplement. Il suffit de couper une tomate mûre en deux moitiés et frotter le côté pulpeux sur le visage. Laissez le jus sur le visage pendant quinze minutes, afin qu'il pénètre profondément dans les pores de la peau.

Enfin, rincez abondamment à l'eau froide et répétez le même procédé deux fois par jour pour améliorer la condition de votre peau.

En cette période de saison sèche, notre peau a besoin de plus d'attentions. Alors, prenons bien soin de lui apporter les nutriments nécessaires !

*D-É.G*

# Les Parisiens débarquent, adoptez les tendances venues de Paris !

Les vacances d'été arrivent, et avec elles le retour des « Parisiens et des Parisiennes » au pays. Pour rivaliser d'élégance avec les compatriotes arrivés d'Europe, voici les tendances phares qui gouverneront les styles des fashionistas vivant en France et qui vont déferler dans les rues des grandes villes du pays

## Pour Madame,

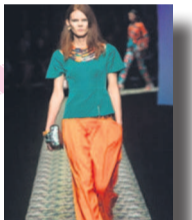


### 1/ Imprimés absolus

En terme de graphisme, les marques ont rivalisé d'ingéniosité et d'imagination. Carven réinvente la toile de Jouy en print savane, Marc by Marc Jacobs rajeunit la tête de mort 80ies, et le wax est une évidence de style.

### 2/ Néons fous

Amorcés avec timidité, le néon et ses déclinaisons de fluos s'imposent enfin dans la rue. Pour les timides, jouez-la sur l'accessoire. Les audacieuses oseront le total look.



### 3/ Black is the new black

Le défilé événement de Saint-Laurent par Hedi Slimane, en élégante mais forte réinterprétation des codes de la maison, a consacré le noir en couleur phare de l'été. Capelines recommandées.

### 4/ Maxibijoux

C'est Chanel qui propose des bijoux voyants, presque outrageux. Les perles surdimensionnées subliment la féminité... et sa détermination.

### 5/ Ors pâles

Toujours concernant les bijoux, l'or se fait discret. On oublie le jaune, pour le triomphe des ors roses, pâles ou vieillis.

## Pour Monsieur,

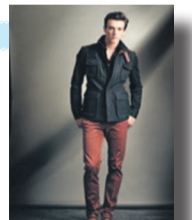


### 1/ Allure décontractée

La somptueuse maison Berluti donne le ton. Nouvelle venue du prêt-à-porter, l'italienne assume et peut-être même revendique un chic de rue, fait d'un look banal nourri de matières nobles et rares. Les hommes discrets se voient enfin.

### 2/ High street

La rue (re)monte sur les podiums. Les Américains Carol Lim et Humberto Leon bousculent la mode, redonnant aux hommes le droit de se vivre comme des rebelles.



### 3/ True colours

L'inamovible Véronique Nichanian dessine depuis plus de vingt ans l'élégance de l'homme Hermès. Et à chaque fois, elle ose la couleur, souvent inattendue. Et à voir les autres collections, elle a enfin été entendue.

### 4/ Essentiels accessoires

Sacs, foulards, pochettes, les hommes s'autorisent enfin à parfaire leur silhouette avec des détails d'un chic absolu.



### 5/ Superpositions

De la femme, l'homme peut apprendre : elle maîtrise les superpositions et autres jeux de longueurs. Prada nous donne une leçon de style, facile à appliquer.



Geneviève Nabatelamio  
et Raphaël Miatsonama-Bouboutou



## GROSSESSE

# Prendre du fer deux fois par semaine est tout aussi efficace qu'une prise quotidienne

**Pour des femmes enceintes, prendre un complément alimentaire de fer deux fois par semaine est aussi efficace qu'une prise quotidienne pour le poids de l'enfant à la naissance et son développement, selon une étude publiée mardi**

En outre, les femmes prenant du fer sur une base bihebdomadaire oublient moins souvent d'avaler ce complément, selon les auteurs de cette recherche internationale parue dans la revue américaine *Plos Medicine*. Ces derniers ont en outre constaté que cette fréquence de prise d'un complément de fer pouvait améliorer le développement cérébral des enfants à six mois. Ces résultats sont importants, car le fer est essentiel pour la

formation de l'hémoglobine, une protéine des globules rouges qui fixe l'oxygène et le transporte dans le sang de la mère et du fœtus.

Les carences en fer provoquent de l'anémie, une condition médicale qui affecte plus de deux milliards de personnes dans le monde. Les chercheurs, dirigés par Beverley Biggs de l'Université de Melbourne en Australie, sont parvenus à ces conclusions en comparant la fréquence des

prises de complément de fer et d'acide folique (vitamines B) chez des femmes enceintes dans une région semi-rurale du Vietnam. Un premier groupe de 425 femmes a pris ce complément quotidiennement et l'autre groupe de 407 femmes deux fois par semaine. Les auteurs de l'étude n'ont constaté aucune différence de poids à la naissance chez les enfants dans les deux groupes ainsi que dans le nombre de prématurés, de fausses couches ou de mortalité néonatale.

À six mois, il n'y avait pas non plus de différence dans les niveaux d'hémoglobine chez les enfants, de prévalence d'anémie



ou dans les taux de croissance. En revanche, ces chercheurs ont observé que les enfants nés de mères qui avaient pris le complément de fer-acide folique

deux fois par semaine avaient un meilleur développement cognitif que ceux dont la mère prenait ce complément quotidiennement.

*Relaxnews*

## PROGRÈS OU RÉGRESSION ?

# Face aux « usines à bébés », l'accouchement naturel fait des adeptes

**Lame de fond ou mode passagère, l'accouchement naturel, moins médicalisé, semble faire de plus en plus d'adeptes en Europe, qui espèrent ainsi échapper aux maternités débordées. Mais une partie du monde médical y voit une régression pour les femmes**

Canapés aux couleurs vives, photos de bébés au mur, kitchenette ouvrant sur une terrasse : c'est dans des locaux conviviaux que Marie, enceinte de sept mois et demi, a décidé d'accoucher de son troisième enfant. Nous sommes au Calm (Comme à la maison), un lieu d'accueil, de suivi et d'accouchement où les femmes mettent au monde leurs bébés dans des chambres modernes décorées avec soin. Un lit deux places, une baignoire d'angle, des hamacs et des fauteuils confortables meublent ces pièces. Les sages-femmes sont maîtresses des lieux et assurent, sans médecin, un suivi personnalisé des futures mères. Seules sont admises les femmes dont la grossesse ne présente pas de complication. Après la naissance, les mères restent en moyenne six heures avant de rentrer chez elles : « On est mieux dans son lit que dans un lit d'hôpital », estime Marie, qui a déjà accouché. Elle explique ce choix par le désir de « connaître la personne qui sera présente le jour J ». Ici, pas de péridurale, puisque celle-ci nécessite un anesthésiste. « Le fait de ne pas en demander, c'est la satisfaction d'y arriver, ça procure quelque chose dans

la vie d'une femme », avance-t-elle. Émilie Hennon, 33 ans, a fait le même choix pour son deuxième enfant : « Je travaille dans le bio, je suis très écolo et j'avais envie d'une grossesse en lien avec mes valeurs », dit-elle. Je souhaite donner la vie sans artifices. »

La structure Calm fonctionne sur le modèle des maisons de naissance développées au Canada, en Allemagne, en Suisse, en Belgique ou au Royaume-Uni. Seule différence : les femmes du Calm doivent être transférées au sein de la maternité – reliée par une simple porte battante – pour la naissance du bébé, afin de bénéficier d'un plateau technique et de la présence d'un médecin, si nécessaire.

### Accoucher « autrement qu'entourées de machines »

Selon Mme Dini, de plus en plus de femmes souhaitent accoucher « autrement qu'entourées de machines ». Au Calm, « on refuse environ 50% des demandes par manque de places », affirme Laetitia Inthavong, qui y exerce depuis six mois. « Quand je travaillais à l'hôpital, il n'était pas évident de me souvenir du nom des patientes »,



raconte cette sage-femme qui apprécie de « pouvoir prendre son temps avec chaque couple ».

Mais les maisons de naissance sont loin de faire l'unanimité : « J'ai peur qu'avec ces endroits, un entre-soi féminin, on remette dans l'idée des femmes que pour être mère, il faut souffrir », prévient Odile Buisson, auteur de *Sale temps pour les femmes* (Éditions Jean-Claude Gawsewitch). Autre risque, selon cette gynécologue : que ce type de structure « ne reste pas longtemps inaperçu chez les religieux, notamment les salafistes » puisque « ce sont des femmes qui accouchent des femmes ».

Cette demande croissante pour des approches moins médicalisées se traduit aussi par « une accélération, modérée, depuis une dizaine d'années, des accouchements à domicile, qui avaient disparu de façon très nette à partir des années 1950 », selon un médecin. Pour lui, cette « nouvelle tendance » a plusieurs raisons : « Une raison culturelle, l'accouchement dans la douleur étant perçu aujourd'hui par certaines femmes comme une épreuve initiatique. Une raison écologique ; l'accouchement doit être naturel, et à l'évidence il a été trop médicalisé. La troisième raison, c'est le désir d'intimité de certaines femmes

un peu hérissées par les maternités de 5 000 accouchements qu'elles appellent des « usines à bébés ». »

### Une hérésie ?

Marie-Hélène Tribot, 36 ans, a mis au monde il y a deux ans son deuxième enfant, « à la maison. J'avais envie d'être entourée des miens », explique-t-elle. Elle a trouvé une sage-femme sur internet : « Elle habitait à 140 kilomètres de chez moi. Au moment des premières contractions, je l'ai appelée, elle est arrivée en une heure et demie, avec son matériel gynéco et de grandes bâches. » Elle se souvient d'un « moment magique », même si elle a préféré taire ce projet à son entourage avant l'accouchement, par crainte de susciter des « réactions négatives ». Les accouchements à domicile restent marginaux en France, contrairement aux Pays-Bas ou au Royaume-Uni en raison du coût prohibitif lié aux risques. Mais pour Jean Marty, gynécologue, « faire croire à des femmes qu'elles vivront mieux la naissance parce qu'elles vont retomber dans la douleur et l'insécurité, c'est comme abandonner le casque à moto ou la ceinture en voiture. C'est absurde ! » Odile Buisson est encore plus sévère : « C'est une hérésie, on va perdre des bébés. On ne s'est pas battues pour avoir accès à la médecine pour être ramenées des années en arrière ! »

R.



## LE FIL DE LA TÉLÉVISION

## Programme TV du câble ce week-end - SAMEDI

## TF1

08h10: Magazine Télé shopping  
11h05: Secret Story (Télé réalité)  
12h00: Les douze coups de midi  
13h20: Magazine Reportage  
15h15: Série Tv Ghost Whisperer  
18h45: 50min. Inside  
20h00: Le Journal  
20h50: Concert: Johnny Hallyday à Bercy  
23h10: Les experts

## France 2

07h00: Télématin  
09h35: Thé ou Café  
10h50: Hebdo Musique Mag  
11h55: Tout le monde veut prendre sa place  
13h00: Le Journal  
14h50: Grand public (magazine)  
15h40: Tango (film)  
19h05: Mot de passe  
20h00: Le Journal  
20h45: Simplement pour un soir (Variétés)  
23h00: On n'est pas couché

## CANAL+

07h00 Les nouveaux explorateurs Diego Buñuel aux USA  
08h45 La colline aux coquelicots  
11h35 Zapping de la semaine  
13h55 La semaine des Guignols  
14h35 Le petit journal de la semaine  
16h15 Homeland- Sale journée  
18h00 The Dictator  
19h20 Le JT  
20h55 Strike Back-Somalie, même joueurs, nouvelles règles  
22h30 Millenium: les hommes qui n'aimaient pas les femmes

## France 5

10h15 Silence, ça pousse!  
11h07 La maison France 5-Istanbul (2/4)  
11h59 Les escapades de Petitrenaud Le Danemark à Paris  
13h28 In Vivo, l'intégrale/Au coeur de la féminité: la chirurgie gynécologique  
14h00 Afrique du Sud, la terre arc-en-ciel  
15h04 L'homme qui arrêta le désert  
16h10 Planète insolite -L'Ukraine  
17h49 C à vous, le meilleur  
22h10 Tunisie: l'étoile de l'Afrique  
23h03 Paris-Dubaï, aller simple

## TV5 Afrique

07h00 Télématin  
08h00: TV5 Monde Le Journal  
09h32: C'est pas sorcier  
09h59: Stas parade  
11h32: Wari  
13h01: Epicerie fine  
17h02: Afrik'Art  
18h20: Et si...vous me disiez toute la vérité  
18h34: Questions pour un champion  
20h57: Afrique presse  
23h47: Acoustic

## DIMANCHE

## TF1

06h30: Tfou  
12h00: Les douze coups de midi  
12h50: Des inventions et des hommes  
13h40: Mentalist  
14h35: Dr House  
17h05: Les experts: Miami  
18h00: Sept à huit (Magazine)  
20h00: Le Journal  
20h50: La chance de ma vie (Film)  
22h35: Les experts: Manhattan

## France 2

06h30: Drôle de frères  
07h00: Thé ou café  
08h30: Sagesses bouddhistes  
10h30: Le jour du seigneur  
12h05: Tout le monde veut prendre sa place  
14h15: Vivement dimanche  
16h30: Grandeurs nature (Kangourou Dundee)  
17h30: Stade 2  
22h30: Faites entrer l'accusé

## Canal+

07h00 Les nouveaux explorateurs Diego Buñuel aux USA  
08h45 La colline aux coquelicots  
11h35 Zapping de la semaine  
13h55 La semaine des Guignols  
14h35 Le petit journal de la semaine  
16h15 Homeland- Sale journée  
18h00 The Dictator  
19h20 Le JT  
20h55 Strike Back-Somalie, même joueurs, nouvelles règles  
22h30 Millenium: les hommes qui n'aimaient pas les femmes

## France 5

06h42: Silence, ça pousse!  
07h32: Carnets d'Asie/Cambodge: palais, bonzes et danseuses  
08h25: Le visiteur de l'Histoire /A la fin du Moyen Age, septembre 1450  
09h25: Bali, île mythique de l'Asie  
10h20: Echappées belles /Au coeur du Val d'Aoste  
12h00: Les escapades de Petitrenaud  
12h30: J'ai vu changer la Terre /Brésil, l'Amazone se rebelle  
14h35: La renaissance de l'Inde Sur le chemin de la croissance  
20h41: Carcassonne, les secrets de la citadelle  
21h34: C'est notre affaire Dans les coulisses d'une usine de voitures

## TV5 Afrique

06h53: Le bar de l'Europe  
08h00: TV5 Monde Le Journal  
10h27: Merci Professeur!  
12h02: Reflets Sud  
13h19: Maison d'ici et d'ailleurs  
14h32: Questions pour un super champion  
15h29: Vivement dimanche  
16h56: Kiosque  
20h56: Maghreb-Orient-Express  
21h30: TV5 Monde Le Journal Afrique

## Chez nous ce week-end

## MNTV

## SAMEDI

5h00: La grande interview  
9h30: Police et population  
10h30: MN nostalgie musique  
11h30: Le Crack  
13h15: Vox populi  
14h30: Podium des artistes  
16h00: Flash/rap's League  
19h30: JT en français

## DIMANCHE

9h00: Cinéma action  
11h30: Point de presse  
13h15: Vox populi  
13h30: Sans tabou  
16h00: Mag de sport  
17h30: Club 700  
19h30: JT en français  
21h00: Regard sur le monde

## TOP TV

## SAMEDI

3h00, Cinéma  
5h30, Club 700  
8h00, Top infos Kituba  
15h00, Émission ça fait mal,  
17h30 Sport basket, NBA action,  
19h00, Top infos français  
20h00, série Kennedy,  
21h00: 9h du soir, une émission d'enquêtes mêlant recherches, reportages, témoignages et débat sur le plateau.

## DIMANCHE

1H30: Musique  
9H30: Musique chrétienne  
12H00: Émission Arts plus, dans cette émission l'animatrice vous fait voyager au Cœur de la culture vivante et des arts.  
16H00: Top école occupe les téléspectateurs par des phénomènes marquants, des loisirs, de la culture, de la science et du sport. Cette émission permet de découvrir de s'enrichir et de se cultiver dans la détente.  
19H00: Top info français  
21H00: Concert live-Young star  
22H30: Cinéma

## DRTV

## SAMEDI

13h00: Série: L'affaire de Leila épis.5  
16h30: JT en langue  
17h00: ça me dit souvenirs  
18h20: Détente musicale  
20h30: Grande édition du JT  
00h05: Série: India Love épis. 76-77-78 rdf

## DIMANCHE

13h00: Divertissement  
14h00: JT  
16h45: Documentaire: construire le futur  
18h00: JT 24/7 langues  
19h20: Inter-régions  
20h30: Grande édition du JT  
21h10: No comment  
21h35: Célébrité  
23h05: L'homme et son temps

## AGENDA CULTURE

## CONGO-BRAZZAVILLE, à l'IFC

**Samedi 29 juin 15h30 (Espace André-Gide): Présentation du livre *L'Immigré et la Gestion du patrimoine* de Maixent Loubassou-Nganga.** L'ouvrage met à la disposition des personnes qui ne connaissent pas l'environnement fiscal, juridique, bancaire et financier, des outils indispensables pour une gestion optimale de leur patrimoine. Pour tout renseignement, contacter Xium au numéro 00242-06 88 32 313.

**Dimanche 30 juin 18h30 Cinéma: Populaire d'Andrew Niccol.** Printemps 1958. Rose Pamphyle, 21 ans, doit épouser le fils du garagiste d'un petit village normand. Mais Rose ne veut pas de cette vie. Elle part pour Lisieux où Louis Échard, 36 ans, patron d'un cabinet d'assurance, cherche une secrétaire. L'entretien d'embauche est un fiasco. Mais Rose a un don: elle tape à la machine à écrire à une vitesse vertigineuse. Si elle veut le poste, elle devra participer à des concours de vitesse dactylographique... **Entrée 1 000 FCFA**

## Exposition-vente à l'IFC jeudi 4 juillet à 18h30

**Objets d'art d'Afrique équatoriale:** Paulin Mizidy, collectionneur émérite et passionné, mettra en vente une partie de sa collection d'objets d'art africain lors de cette exposition à l'IFC. Il a acquis au fil des années un nombre considérable d'objets de toutes sortes: masques, statues, fétiches ou tabourets. Si la majorité des objets proviennent de cultures d'Afrique équatoriale (Angola, RDC, Congo, Gabon et Cameroun), certains bustes en bronze originaires du Bénin et du Nigéria seront également visibles. En tout, ce sont plus de 80 objets qui investiront le grand hall de l'Institut français.

## CONGO-KINSHASA au K-Mu Théâtre

**Samedi 29 juin 18h30: Panaka Click (hip-hop).** Panaka Click a été la révélation du festival King of Tshangu organisé par K-Mu Théâtre en décembre passé. Ils arrivent à installer sinon à instaurer leur propre style dans cette diversité que nous propose le hip-hop à Tshangu. Venez

découvrir ce groupe rempli de talents. **1 000 FC en prévente et 1 500 FC sur place**

## Dimanche 30 juin 18H30: Festivités de l'indépendance:

- Théâtre avec Lady Papa Alague, Jean-Pi Kafuti et Abelle Bowale (Cléo), Likombi (Enzange nzange).

- Musique: Tout-Puissant Mukalo et Ya pa 2 Prod (hip-hop) et Les Cousins du même clan (hip-hop), Cize (reggae), DSM, Trésor Nzeza (gospel).

- Café Philo Cardino. Il s'agit d'un débat « *d'opposition rationnelle* » entre ouvriers, hommes de lettres, comédiens, sportifs, peintres, sculpteurs, ingénieurs, musiciens, architectes, soldats, enseignants, chercheurs... sur une même scène de théâtre, tout en défendant leurs origines tribales, ethniques (sans propos tribaux...) avec humour, la culture générale sera mise à nu. **Paf 3 000 FC, couple 5 000 FC**

Sélection faite par  
Luce-Jennyfer Mianzoukouta



## COOPÉRATION

# La Fondation Congo-Assistance et la société Solar 21 liées par une convention

**Le partenariat concerne l'exécution du projet 200 000 lampes solaires Mona pour le Congo, qui seront distribuées aux populations vulnérables sur l'ensemble du territoire national**

La Fondation Congo-assistance (FCA) et la société Solar 21 sont désormais liées par une convention de deux ans renouvelable, signée le mois dernier à Brazzaville. Les deux parties étaient représentées par Michel Mongo, secrétaire général de la FCA, et Edgar Hardy, directeur de la société de conception et de fabrication de la lampe Mona (Solar 21).

Les 200 000 lampes seront acquises par les entreprises et autres organisations publiques et privées ayant répondu favorablement à la demande de la présidente de la FCA. Toutes les lampes seront achetées auprès de la société Solar 21 qui les remettra par la suite à la FCA en sa qualité de maître d'œuvre. Les principaux bénéficiaires de ces lampes seront les écoles, les dispensaires et les familles. À cela s'ajoutent les élèves ou les étudiants sélectionnés strictement sur des critères sociaux. Selon les statistiques présentées par les deux parties, environ deux milliards de personnes sont aujourd'hui privées d'électricité ou de

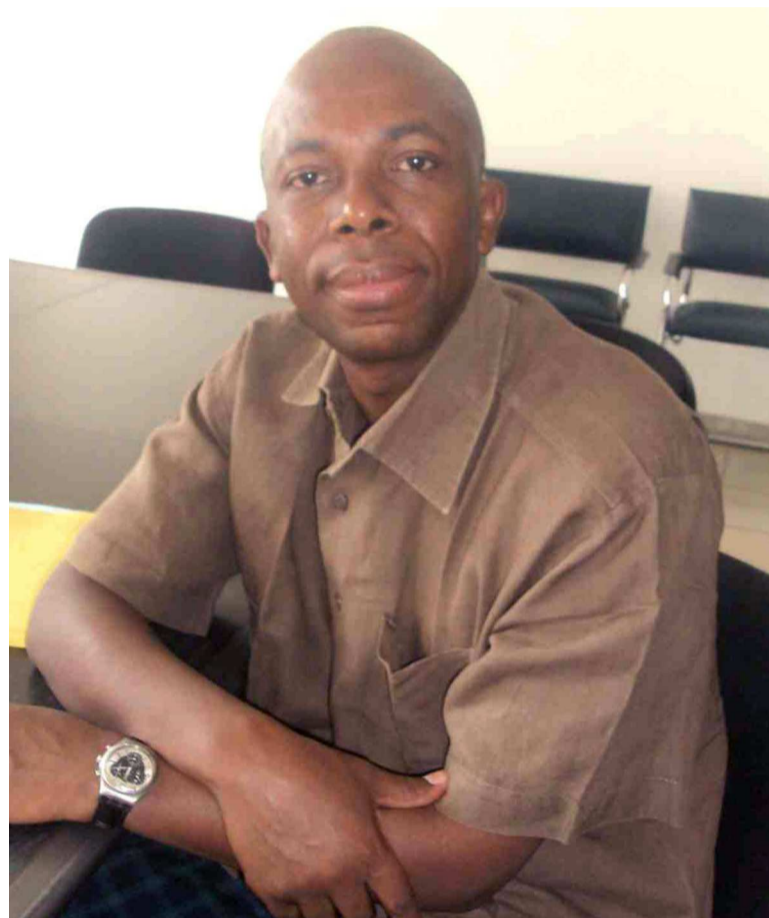
lumière dans le monde. Au Congo, le taux de couverture en électricité est d'environ 50% en ville, il n'excède pas les 10% dans les villages éloignés. « *Le manque d'éclairage peut constituer un frein à l'éducation, à la santé et au progrès socioéconomique des populations les plus vulnérables. Le lien est désormais formellement établi entre la pauvreté et l'absence d'énergie. Le Congo, comme d'autres pays africains, rencontre quelques difficultés dans ce domaine, surtout en milieu rural et dans les quartiers dits populaires* », ont-elles souligné.

Le projet 200 000 lampes, initié par la FCA, s'inscrit également dans le cadre de l'année de l'électrification du Congo décrétée en 2012 par les pouvoirs publics. Elle vise à distribuer 20 000 lampes solaires aux compatriotes qui n'en disposent pas sur l'ensemble du territoire national. Le coût global du projet est estimé à 9,985 millions d'euros. Il prend en compte, entre autres, l'achat des lampes auprès de Solar 21, les frais de communication et le

transport par bateau des lampes de Hongkong jusqu'au port de Pointe-Noire.

## Les avantages de Mona

La lampe solaire Mona est une lampe conçue et développée pour l'éclairage intérieur des habitations et la recharge des téléphones portables via un port USB. Dans le domaine de la santé, elle permettra aux dispensaires d'ouvrir plus longtemps le soir ; améliorer la qualité des soins prodigués, soigner plus correctement les malades autrement qu'à la lueur de la bougie ou de la lampe à pétrole. Au plan éducatif, on peut allonger les horaires scolaires et permettre aux adultes d'accéder aux cours du soir en évoluant dans un cadre bien sécurisé. Concernant l'économie, la lampe solaire Mona permettra aux petits commerçants de travailler ou de vendre leurs produits tard dans la nuit. Dans le domaine de la téléphonie, la spécialité de cette lampe est de permettre aux personnes situées en zones rurales de recharger leurs téléphones portables par



Edgar Hardy

la prise USB de la lampe. Cette convention a été jugée gagnante-gagnante par l'inventeur de la lampe solaire, Edgar Hardy. « *C'est un concept un peu innovant qu'on a imaginé, la FCA d'une part et d'autre part la société*

*Solar 21 parmi les entreprises et différentes organisations qui nous accompagnent dans ce projet* », a-t-il commenté lors d'un entretien avec Les Dépêches de Brazzaville.

Parfait Wilfried Douniama

## Agenda culture - France

### Paris / Conférences

Première session de l'Université populaire de littérature africaine à la Librairie-Galerie Congo le mardi 2 juillet à 19 heures. Jacques Dalodé abordera le mysticisme dans la fiction en s'appuyant sur plusieurs œuvres, et sera ensuite rejoint par Dibakana Mankessi, Pierre Laporte, Sabrina Banduindi et Joss Doszen pour une table ronde sur ce même thème. *Entrée libre / 23, rue Vaneau Paris 7<sup>e</sup>. Plus de renseignements sur [www.lagaleriecongo.com](http://www.lagaleriecongo.com)*

### Paris / Théâtre

Soirée théâtrale *Lumumba, l'incompris à comprendre* le samedi 29 juin de 17 à 21 heures. Récit des échanges entre la classe politique congolaise et l'administration coloniale belge ainsi que des aspirations de Patrice Lumumba pour le Congo et l'Afrique en général. Mise en scène Ventouse Mbala et Berto Malouona, sur une idée de Hervé Kashama. Exposition de Rhode Bath-Schéba Makoumbou et dédicaces de Serge Diantatu. *Le Zèbre de Belleville, 63 bd de Belleville, Paris 11<sup>e</sup> / de 10 à 17€*

Samedi 29 juin, dernier jour pour voir deux spectacles au Tarmac : la pièce de l'écrivain comorien Soeuf Elbadawi *Un dhikri pour nos morts* et le spectacle de marionnettes *Théodore, le passager du rêve* venu de l'île de la Réunion. *16h / Le Tarmac, 159 avenue Gambetta, Paris 20<sup>e</sup> / de 5 à 20€*

### Paris / Contes

Conte musical par la compagnie Le Conte Goutte autour de l'album jeunesse *La Fille du soleil et de la lune* de Yuna Troël (Présence africaine) le samedi 29 juin à partir de 18 heures. Avec Yuna Troël, auteur et illustrateur (lecture) et Ameth Sissokho, griot, musicien et compositeur (guitare et chant). *Échomusée, 21, rue Cavé, Paris 18<sup>e</sup>*

### Paris / Concerts

Black Bazar, le groupe de rumba congolaise, sera en concert dimanche 30 juin en clôture de la 28<sup>e</sup> édition du festival La Goutte d'or en fête à 21 heures. *Avec les ambianceuses, sur la scène en plein air du parvis de l'Église Saint-Bernard, entrée libre*  
Concert de Gospel avec Gospel Fire le samedi 29 juin de 20h30 à 22h30. Animé et dirigé par Melek, auteur-compositeur d'origine camerounaise. Il y aura des classiques ainsi que du gospel moderne et du gospel africain. Gospel Fire chante en anglais et en bassa. *Église des Batignolles, 44 bd des Batignolles, Paris 17<sup>e</sup>. Plus de renseignements sur [www.gospelfire-idc.com](http://www.gospelfire-idc.com)*

### Lyon / Concerts

BanlieuZart, le groupe de rap-reggae guinéen, est en concert le samedi 29 juin à Lyon. Très populaire en Guinée, le duo composé de Konko Malela et Soul Dag'One part à la conquête du public européen avec son hip-hop conscient et son reggae militant. Ils

chantent en français, en anglais, en malinké, wolof, peulh ou soussou des messages de paix et d'union. *21h30 / Les Passerelles - La Salle Élu, 24 avenue Joannès Masset à Lyon / 15€*

### Lyon / Expositions

Exposition *À la Guillotière, la petite Afrique* à voir jusqu'au 28 juillet au Musée africain de Lyon. La Guillotière est le quartier africain de Lyon, au même titre que Château-Rouge à Paris ou Matonge à Bruxelles. Le photographe Benjamin Vanderlick immortalise la vie de ce quartier avec une vingtaine de photographies consacrées aux commerçants, artisans et coiffeurs africains. L'exposition s'accompagne de différentes animations culturelles telles qu'une balade urbaine organisée le 11 juillet de 17 à 19 heures. *Exposition ouverte tous les jours de 14h à 18h sauf le lundi et le mardi / de 2 à 8€ / Musée africain, 150 cours Gambetta à Lyon. Plus d'infos sur [www.musee-africain-lyon.org](http://www.musee-africain-lyon.org)*

### Marseille / Festivals

Festival Arts Comores du 28 juin au 6 juillet à Marseille. Première édition d'un festival pluri-artistique dédié à l'archipel des Comores dans le cadre des festivités Marseille-Provence 2013. Musique, danse, gastronomie, peinture, littérature... Tous les arts sont représentés afin de faire connaître la culture comorienne. *Parc du Grand-Séminaire, avenue Paul-Coxe, Marseille 14<sup>e</sup> & Centre-Ville. Plus d'infos sur [www.weedoocom.com](http://www.weedoocom.com)*

Sélection faite par Pauline Pétesch



## KICK-BOXING

# Apprentissage réussi pour les pratiquants congolais

**Pour leur première participation du 6 au 9 juin au Gabon aux internationaux de Libreville, les Congolais ont livré une prestation de qualité qui n'a pas laissé indifférent Judex Jeannot, l'entraîneur de l'île Maurice**

Les Congolais, qui participaient à leur première compétition de kick-boxing, n'ont pas déçu, tant s'en faut. Pour preuve, leur prestation de qualité a poussé le Mauricien à se rapprocher de leur coach-manager, Césaire Alfred Nzobo, en vue d'un partenariat. « J'ai vu de très bons boxeurs, des boxeurs de qualité, qu'il faut encadrer en leur donnant l'occasion de participer à diverses compétitions. Et comme il y a le Championnat du monde au Brésil fin septembre-début octobre, je me suis demandé pourquoi ils ne participeraient pas à ce genre de compétition pour qu'ils puissent progresser ? J'espère qu'on va rester en contact et qu'il y aura

dans laquelle on utilise les pieds et les poings, n'est pas vulgarisé au Congo. Césaire Alfred Nzobo, qui s'est donné pour mission de former les jeunes, entend multiplier les stratégies pour assurer la promotion de cette discipline émergente au Congo. Ce vieux pratiquant, formé par Gervais Rufin Mbougou alors élève de Jean-Luc Kitoko, consacre son temps à l'initiation des jeunes.

Il a déjà formé près d'une vingtaine de combattants, dont quatre sont aujourd'hui sélectionnés pour constituer l'équipe nationale. C'est d'ailleurs cette équipe qui a participé aux internationaux de Libreville. « Nous voulons



boxing. Je veux que le Congo soit demain compté parmi les pays détenteurs de ceinture intercontinentale », a déclaré Césaire Alfred Nzobo.

Leur première participation à une compétition de haut niveau a été riche d'expériences, non seulement sur le plan technique, mais aussi sur la prestation des juges, autrement dit les arbitres. « Le Congo a eu à remporter deux demi-finales qui n'ont pas été validées. On s'est posé un certain nombre de questions. Est-ce le fait d'être novice dans le système ou le fait d'avoir eu à faire au pays qui avait des responsables dans l'instance dirigeante ? On n'a pas compris

pourquoi on nous a attribué des défaites alors que nous avons remporté ces matches en kick-boxing low-king qui signifie coup de pied dans les jambes. » Et le Mauricien d'ajouter : « Il y a deux boxeurs, je le pense personnellement, qui ont gagné. L'arbitrage n'était pas en leur faveur, mais n'empêche, j'ai vu les Congolais boxer. Raison pour laquelle nous ambitionnons de trouver un partenariat avec le Congo pour faire progresser le kick-boxing. »

Césaire Alfred Nzobo s'est engagé à donner le meilleur de lui-même pour remonter la pente afin d'être plus réaliste et pragmatique lors des

prochaines compétitions. Au Congo, rappelons-le, le kick-boxing se pratique le plus à Pointe-Noire où l'on note trois clubs dont un crée par Césaire. Dans son programme d'activité, selon lui transmis à la Fédération congolaise de karaté et arts martiaux affinitaires, datant d'une année, il était prévu des stages dans les différentes localités du pays pour pérenniser cette discipline. Malheureusement, a-t-il regretté, « les possibilités ne m'ont pas été données. Je suppose que nous allons réaliser cela avec le nouveau bureau. »

**James-Golden Éloué**



des échanges entre Maurice et le Congo. Nous voulions travailler ensemble », a souhaité Judex Jeannot.

Le kick-boxing, une discipline

donner une valeur aux pratiquants congolais qui s'intéressent aux arts martiaux en général et en particulier aux sports de combats comme le kick

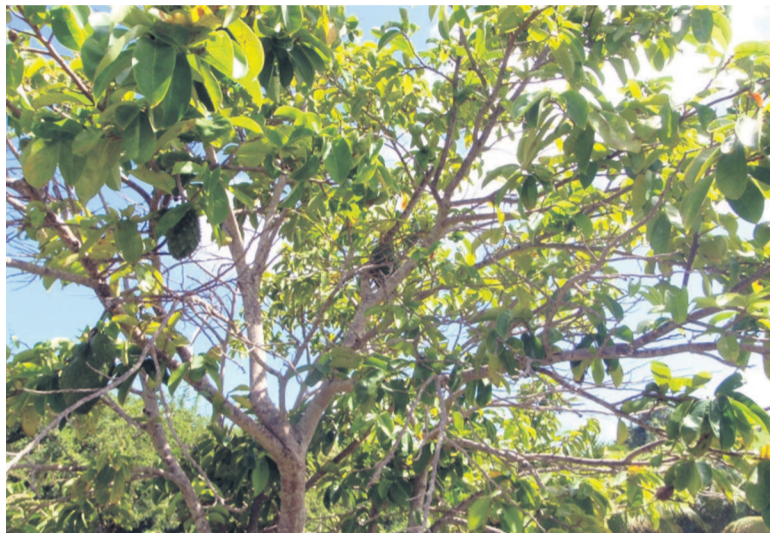




# Plaisirs de la table

## Le corossolier aux bienfaits miraculeux

C'est une plante originaire d'Amérique centrale, abondante en forêt amazonienne, principalement au Brésil et au Pérou. L'industrie exploite ses fruits et les autres parties de l'arbre



Le corossolier

On la cultive dans des régions tropicales, en Afrique de l'Ouest, à Madagascar, à l'île de la Réunion, en Guadeloupe, aux Antilles. Encore appelé guanabana ou graviola,

le corossolier donne des fruits délicieux, et ses feuilles anéantissent de nombreuses cellules cancéreuses. Mais ses vertus semblent encore mal connues du public.

Toutes ces parties sont utiles dans la médecine naturelle, rien ne se perd. L'écorce, les racines, les fruits, les feuilles et les pépins sont tous avantageux pour la santé humaine. Ses fruits sont de coloration verte, riches en vitamine C, B1 et B2. Ils ressemblent à un cœur et contiennent des fibres et des minéraux tels que le potassium, le calcium, ou encore le magnésium. On les reconnaît mûrs par leur odeur pénétrante et leur peau plutôt molle qui présente des épines sur sa peau. Sa chair blanche et pulpeuse doit être consommée naturelle sans y ajouter de sucre, les graines noires ne sont pas comestibles. Le fruit du corossolier se déguste en salade, en jus et en sorbets. Son jus soigne l'urétrite, la sève de ses feuilles est utilisée spécifiquement pour traiter les éruptions d'eczéma et les enflures, sa chair sert de cataplasme sur les plaies et permet une guérison plus rapide. Le thé du corossol agit sur les poux. L'écorce des racines de corossol est utilisée comme remède dans certaines formes



Les fruits du corossolier

d'empoisonnement. Le corossolier est aussi un antimicrobien, il traite les infections bactériennes, parasitaires et fongiques. Et stimule la digestion, abaisse la pression artérielle et élimine les parasites internes comme les vers. Selon les résultats des recherches effectuées au sein de l'université américaine de Purdue, les feuilles du corossolier sont aussi réputées dans

la guérison du cancer des ovaires, du sein, de la prostate, des poumons, du foie et des intestins. Ses feuilles sont également recommandées dans les cas d'insomnie, de dépression, de troubles nerveux, de stress et dans le bain des enfants atteints de la varicelle et de la boubouille. C'est aussi un calmant pour les bébés énervés.

Rosalie Bindika

### Recette d'ici

## Bouillon d'antilope

#### INGRÉDIENTS

- 1 kg d'antilope
- tomate fraîche
- oignon
- ciboule (pas pilée)
- noix de muscade
- un filet d'huile



#### PRÉPARATION

Laver la viande puis la décortiquer. La faire cuire avec du sel jusqu'à ce que l'eau disparaisse de la marmite. Ajouter de l'eau (en petite quantité) jusqu'à ce que la viande ramollisse. Une fois cuite, mais avec un fond d'eau faire votre bouillon. Incorporer la tomate fraîche, l'oignon, la ciboule coupée, une cuillère d'huile et la noix de muscade. Laisser mijoter pendant une dizaine de minutes puis servir.

#### ASTUCE

Le tout dans ce plat est de bien ajuster la quantité d'eau et de choisir une viande d'antilope tendre.

#### ACCOMPAGNEMENT

Manioc, igname, fougou, pain.

Recette proposée par  
Raïssa Angombo

### Recette d'ailleurs

## Aubergines à la parmigiana

#### PRÉPARATION:

Trente minutes, cuisson trente et quinze minutes

#### INGRÉDIENTS:

- Pour quatre personnes
- 3 belles aubergines
  - 5 tomates
  - 150 g de parmesan râpé
  - 1 branche de thym
  - 1/2 bouquet de basilic
  - quelques brins de romarin
  - 2 oignons
  - 2 gousses d'ail
  - 1 c. à. s d'huile d'olive
  - 1 pincée de sel



#### PRÉPARATION:

Découper les aubergines et déposer les tranches sur un papier sulfurisé. Enfourner sur une plaque et laisser cuire trente minutes en les retournant à mi-cuisson. Pendant ce temps, couper les tomates en deux pour les épépiner (les presser délicatement dans les mains pour extraire jus et pépins). Les couper en dés. Dans une cocotte, faire revenir dans de l'huile l'oignon et l'ail hachés. Ajouter les tomates en dés, le basilic ciselé, le romarin, le thym effeuillé. Saler. Laisser cuire vingt minutes en remuant de temps en temps. Dans un plat à gratin, verser un peu de sauce tomate, saupoudrer de parmesan puis ajouter une couche d'aubergines. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients en terminant par une couche de sauce tomate saupoudrée de parmesan. Gratiner au four quinze minutes.

Bon appétit !

Relaxnews



# LES JEUX DES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

MOTS FLÉCHÉS 635

LIEU DE PÉLERINAGE DÉFAITE MILITAIRE	LUSTRA NUISANCE	TONNEAU EMPAILLEUR	JOYEUX JEU DE HASARD	TRÔNER JUDAS	PÉRIODE TENTE LE COUP
DÉLAIS DÉCONTRACTÉ					FASCINANTE
			FANTASMÉE	VIEILLE GRAIN DE BEAUTÉ	
UNITÉ DE VOLUME CHEVAL		HUMOUR MORDANT			ALLONGE
			CHEMINÉES		
VIEUX DO MERCENAIRE À CHEVAL		LAVABO TRACES			TÉRAOCTET SOUS LE PIED
			HABILLER FACILE		
RÉGION D'ÉGYPTE	FRUIT DE MER INJUSTE			VOUTE UN DES SENS	
			MISE À L'ÉCART		
GRAND OUVERT	DÉESSE ÉGYPTIENNE ENGIN MORTEL			NOTE DE BON MATIN	CONTESTAI
			ÉPATA MÉTRO PARISIEN		
METTRE LES VOILES PAGAIE			MÉTAL MOT D'ENFANT		MODERNE ADJECTIF POSSESSIF
			COMMENÇÂT		
BLESSERA				SUR L'OREILLER	

## MOTS MÊLÉS 401

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

- |           |           |            |          |
|-----------|-----------|------------|----------|
| AHURI     | CLIENT    | FURAX      | PARKING  |
| BAGARRE   | COMMODITE | GAMELLE    | PATRIE   |
| BAVURE    | COUTURE   | GOLFE      | PREFET   |
| BOUGON    | DENIGRER  | GUEUSE     | RAFALE   |
| CANDIDAT  | DIKTAT    | INFRAROUGE | SOLENNEL |
| CANTINE   | ECLORE    | JOKER      | SOUPCON  |
| CAPSULE   | ECONOMIE  | KURDE      | STIGMATE |
| CARBONE   | EMIRAT    | MISSILE    | TAXER    |
| CARDINAL  | ESCROC    | NEUTRON    | TOBOGGAN |
| CATAPULTE | FREGATE   | ORIGAMI    | VASISTAS |

## MOTS CASÉS 10X13 • N°264

- 2 lettres**  
 cp - el - en - et - me - or - os - ou
- 3 lettres**  
 age - ail - ami - fer - sec - soc - tic
- 4 lettres**  
 agro - anis - cire - elan - fada -  
 hele - ibis - iles - iule - leur - otai -  
 star
- 5 lettres**  
 accru - ceins - decor - ester -  
 herse - imita - indic - innes - loess  
 - merci - rares - rural - scalp -  
 style - tabac - tuile - usure
- 6 lettres**  
 fieffe - lascif - lesine - raseur -  
 rumbas

### • SUDOKU • grille N°512 • Difficile •

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

### • SUDOKU • grille N°519 • Facile •

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

En partant des chiffres déjà inscrits, remplissez la grille de telle sorte que chaque colonne de 3 x 3 contienne une seule fois les chiffres de 1 à 9

### SOLUTIONS DE LA SEMAINE PRÉCÉDENTE

SOLUTION :  
 Le mot-mystère est : ZAPPING

### Mots casés n°263

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

### Mots fléchés n°633

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

### • SOLUTION DE LA GRILLE N°511 •

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

### • SOLUTION DE LA GRILLE N°518 •

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

Les solutions des jeux de ce numéro dans notre prochaine édition du samedi 5 juillet 2013



## Horoscope du 29 au 6 juillet 2013



**Bélier**  
(21 mars-20 avril)  
Une semaine sous le signe de l'harmonie grâce à Uranus qui efface tensions et inquiétudes. En amour, vous jouez la carte de la complicité. La tendresse est au rendez-vous pour les célibataires qui choisissent de s'assagir. Les couples font de nouveaux projets. Seule petite ombre au tableau : quelques soucis de sommeil et une légère fatigue au réveil.



**Vierge**  
(24 août-23 septembre)  
Intensité amoureuse et activités débordantes : telles sont les caractéristiques de cette semaine qui commence sous les bons auspices de Vénus et de Mars. Les Vierge sont bien décidés à envoyer promener routine et confort pour découvrir l'excitation du nouveau et de l'imprévu. C'est très bien... à condition que l'on vous suive ! Veillez à ménager ceux que vous aimez.



**Capricorne**  
(22 décembre-20 janvier)  
Les Capricorne peuvent compter sur Mercure qui leur apporte chance et lucidité pour se sortir de situations apparemment inextricables. En amour, vous misez sur la tendresse pour dénouer des tensions anciennes. Les célibataires reviennent sur une décision prise trop vite et qu'ils regrettaient. Vous vous débarrassez d'obligations pesantes. Bravo ! Il ne vous reste plus qu'à envisager de nouveaux projets.



**Taureau**  
(21 avril-21 mai)  
Saturne vous met des bâtons dans les roues, et vous ne savez pas très bien comment surmonter ces difficultés. Des contrariétés inattendues sur le plan sentimental vous découragent et vous décidez un peu vite de passer à autre chose. Prudence ! Les décisions prises dans un moment d'abattement sont rarement bonnes. Prenez votre mal en patience ! La précipitation ne vous vaut rien.



**Balance**  
(24 septembre-23 octobre)  
Une période d'effervescence s'ouvre pour les Balance grâce à Mars qui leur insuffle passion et énergie. Attention cependant de ne pas en faire trop, surtout en amour où vos coups de tête pourraient en dérouter plus d'un ! Les célibataires auront tendance à virevolter d'une aventure à l'autre. Si vous êtes en couple, prenez garde à ne pas trop bousculer votre conjoint.



**Verseau**  
(21 janvier-18 février)  
Les Verseau peuvent se réjouir : tous les astres leur sont bénéfiques dans les jours à venir. Mercure vous apporte la joie de vivre et Uranus l'esprit d'entreprise. Grâce à l'influence de la Lune, l'harmonie domine dans vos relations. Les amoureux, en couple ou en solo, vivent des heures tranquilles. C'est le moment de consolider des liens et, pour les célibataires, de tenir vos promesses.



**Gémeaux**  
(22 mai-21 juin)  
Un beau ciel astral pour les Gémeaux qui reçoivent preuves d'amitié et sollicitations en tout genre. Vous privilégiez les plaisirs simples et vous avez bien raison. De belles surprises sont à prévoir là où vous n'attendez rien, surtout pour les célibataires prêts à toutes les audaces. Vous faites preuve d'initiative dans vos différentes activités et votre créativité porte enfin ses fruits.



**Scorpion**  
(24 octobre-22 novembre)  
Uranus n'est pas des plus favorables en ce moment. Quelques tensions amoureuses, des projets qui piétinent, une amitié remise en question... Ne vous laissez pas déstabiliser et ne prenez pas de décision à la légère. Ce qui vous arrive pendant un jour, voire deux, n'engage pas toute votre vie. La patience sera le meilleur des remèdes pour sortir de ce mauvais pas !



**Poissons**  
(19 février-20 mars)  
Une semaine contrastée s'annonce pour les Poissons. Pluton leur met des bâtons dans les roues sur le plan affectif... mais la planète Mars assure le succès de leurs réalisations. Un conseil : ne vous préoccupez pas trop des tensions amoureuses. Elles ne sont que passagères et ne doivent pas vous détourner de vos projets. Adoptez une attitude raisonnable et fuyez les conflits.



**Lion**  
(23 juillet-23 août)  
Toutes les planètes semblent s'être donné rendez-vous pour vous offrir un festival de réussites ! Vénus vous ouvre les portes de la passion amoureuse. En couple ou en solo, les jours à venir seront intenses ! Pluton favorise vos entreprises, et Mars vous garantit une énergie inépuisable ! Profitez à plein de cette belle configuration... sans oublier d'en partager les bienfaits avec vos proches !



**Sagittaire**  
(23 novembre-21 décembre)  
Vous voulez tout maîtriser, tout contrôler, dans vos activités comme dans vos amours. Mais votre partenaire n'est pas d'accord, et des tensions surgissent entre vous. Vos proches s'agacent de votre autoritarisme. Utilisez mieux votre énergie : de belles opportunités s'offrent à vous, saisissez-les sans hésiter. Soyez plus compréhensif avec votre entourage et tout ira bien.

### LE SIGNE DU MOIS



**Cancer**  
(22 juin-22 juillet)  
Vénus a le beau rôle tout au long de cette semaine, et les Cancer en profitent pour se lancer dans de nouveaux défis amoureux. Intensité et passion attendent les célibataires qui auront le courage de secouer leurs habitudes. Les couples surmontent les vieilles disputes et repartent d'un cœur neuf vers un bonheur sans nuage. Tonus magnifique et moral au beau fixe en début de semaine, mais attention aux influences mitigées d'Uranus en fin de semaine. Vous risquez de vous sentir fatigué si vous ne prenez pas garde aux excès, voire démotivés. Un conseil : reposez-vous dès que le besoin s'en fait sentir et privilégiez les moments de partage et de fête avec vos proches.

## BRAZZAVILLE

### Les bonnes adresses pour se détendre pendant le week-end...

#### SAMEDI

HEURE	ARTISTE	LIEU
À partir de 18 heures	Roga-Roga et Extra Musica Zangul	chez Amédée Ngassaki à La Bonne Humeur devant le stade Félix-Eboué.
À partir de 22 heures	Kevin Mbouande-Mbenga et son groupe Patrouille des Stars	Bar <i>Le Diplomate</i> .
À partir de 18 heures	Kingoli Authentique V	154, Rue Mboko Hotel Ekodis Au bord de Madoukou
À partir de 15 heures	Silo-Silo et Amaya authentique	Chez Roméo (rue Ndolo)
À partir de 18 heures	Zara umporio et G7 nouvelles griffes	Maison blanche (Plateaux des 15ans)
DIMANCHE		
À partir de 15 heures	Djason Philosophe The Winner et l'orchestre Super Nkolo Mboka	Restau-bar <i>Sous le manguier</i> en face de l'école de Ngamakosso.
À partir de 15 heures	Silo-Silo et Amaya authentique	<i>Chez Roméo</i> , rue Ndolo arrêt Imboto
À partir de 15 heures	Jonas Grand rebel et Vision des stars	Espace Onkosso derrière Don Bosco
À partir de 15 heures	Kimbolo Clotaire et son groupe au Congo square	Arrêt de bus Mère-Ange (Moukondo)
À partir de 16 heures	Kosmos Mountouari et son groupe	<i>La Détente</i> (Bacongo)
À partir de 15 heures	Kingoli Authentique V	<i>Nganda Transfo en face de Télé-Congo (Nkombo)</i>
À partir de 15 heures	Excellent Mavimba et Kingoli authentique	<i>Abuja arrêt jardin (Talangai)</i>



## PHARMACIES DE GARDE DU 30 JUIN 2013

- BRAZZAVILLE -



MAKELEKELE	BACONGO	POTO-POTO	MOUNGALI	OUENZE	TALANGAI	MFILOU
Bienvenu	Bonick	Brant Gynes (Gare P.V)	Destin	Ile de beauté	Mikalou	Lenal'O
Olivier	Matsoua	Duo	Nouvelle (ex Moukondo)	Grace	Mpila	Teven
L-Nouthé	Shaloom (Maison d'Arrêt)	Fii (Rondpoint Poto-Poto)	Plateau des 15 ans	Jane Viale	Père Jacques	
		Foch	Réconfort	Saint Goma de Baz	Rosa	
		Joseph	Metta	Texaco		
		Jumelle 2	Bass			

Bientôt



Et si votre Fidélité vous souriait ?



www.flyeair.com ; Relations clients : + 242 06 509 0 509 ( Congo )  
+ 33 01 78 77 78 77 ( France ) E- mail: relationclients@flyeair.com