

IDRI SELBA
CINEASTE

LES DÉPÊCHES DE BRAZZAVILLE

www.adiac-congo.com

N° 2744 DU 22 AU 28 OCTOBRE 2016 / 200 FCFA, 300 FC, 1€



ÉNERGIE SOLAIRE

Le Congo se met à la page !

Depuis quelques années, l'énergie solaire intègre les ménages congolais grâce aux plaques solaires et aux projets « Eau pour tous », « Awango by Total » et « Blue congo » du groupe Bolloré. Ces solutions sont destinées à contribuer au bien-être des populations et à générer de la croissance tout en assurant au pays la préservation de son environnement exceptionnel.

Ayant compris ces enjeux, plusieurs citoyens alimentent électriquement leurs ménages, aussi bien en ville que dans les zones rurales, grâce à l'énergie solaire. Un choix qui se justifie également par la récurrence des problèmes de délestage dans les grandes agglomérations ou l'absence du réseau électrique. **PAGE 11**

MISS CONGO 2016

Destinée Mbama Egnanga : « *Ma vie a pris une nouvelle tournure* »

Élue miss Congo 2016 le 15 octobre à l'issue d'un concours de beauté qui a mis aux prises 27 candidates, Destinée Mbama Egnanga, 18 ans, nouvelle

ambassadrice de la beauté congolaise, a accordé une interview aux *Dépêches de Brazzaville*.

PAGE 3

CAN 2017

Le menu enfin dévoilé



La CAF a procédé mercredi au tirage au sort des quatre groupes de la Coupe des nations 2017, qui aura lieu au Gabon du 14 janvier au 5 février. Analyse des forces en place. **PAGE 13**

Le dynamisme florissant de la scène musicale africaine

L'engouement croissant du continent africain pour « sa » musique contemporaine, innovante et désormais bien loin des clichés des griots, redonne des couleurs à une industrie touchée de plein fouet par le piratage et la chute des ventes de disques.

PAGE 6

JEUX

PAGE 15

HOROSCOPE

PAGE 16

Éditorial

Solaire

Une nouvelle technologie pour un environnement propre. Voilà le défi que se lance le gouvernement congolais à travers des relations bilatérales et multilatérales. Ceci, pour le bien-être de la population congolaise. L'énergie solaire, voilà une donnée technique nouvelle, un élément nouveau qui vient améliorer le vécu quotidien des populations.

En effet, quand, une certaine année, un ancien chef d'État de notre pays en avait fait une affaire personnelle, un élément capital, s'investissant corps et âme à l'université qui porte son nom, les esprits moins exercés prenaient cela pour un leurre. Quatre décennie après, cela est devenu une réalité probante.

Aujourd'hui, la population congolaise fait peu à peu le pari du solaire. Les enjeux sont déterminants. Cette technologie vient à la rescousse de l'énergie électrique qui peine à donner des réponses pérennes vis-à-vis des attentes du peuple de plus en plus demandeur et exigeant. Non sans oublier l'évolution vertigineuse des cités, surtout leurs développements sauvages.

Aussi, une motion spéciale est à décerner aux entreprises qui ne ménagent aucun effort et s'investissent corps et âme pour offrir à la société cet élément nouveau. Le challenge est énorme. 342 000km², ce n'est pas peu de choses. Enfin, il reste à la population congolaise de s'approprier cette nouvelle technologie qui ne demande qu'à être adoptée. Que la lumière soit.

Les Dépêches de Brazzaville

Le chiffre

64

C'est le nombre d'étudiants congolais ayant bénéficié d'une bourse d'études étrangère grâce à la fondation Perspectives d'Avenir.

Proverbe africain

« *La mort est un vêtement que tout le monde portera* ».

LE MOT

GLUTEN

Le gluten est la fraction protéique insoluble du grain, c'est-à-dire la substance azotée visqueuse, obtenue par lixiviation (lavage par l'eau) enlevant l'amidon d'une pâte de farine panifiable, tirée de céréales comme le blé ou le seigle et dans une moindre mesure l'orge.

Il est principalement constitué de deux protéines : la gliadine et la gluténine. Ce sont ces protéines insolubles qui donnent à la farine des propriétés visco-élastiques, exploitées en boulangerie lors du pétrissage de la farine avec de l'eau et qui permettront à la pâte de lever lors de la fermentation. Le terme dérive du latin classique gluten « colle, glu, gomme ». Il était initialement appelé glutine. Le gluten est responsable de l'élasticité de la pâte malaxée ainsi que de la masticabilité des produits à base de céréales cuits au four.

La phrase du week-end

« *Vous pouvez rencontrer beaucoup de défaites, mais vous ne devez pas vous laisser abattre. En fait, il peut être nécessaire de subir les échecs pour pouvoir connaître qui vous êtes, de quoi vous êtes capables, et que vous pouvez toujours vous en sortir* »



Maya Angelou (écrivaine et actrice)

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

DIRECTION

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

RÉDACTIONS

Directeur des rédactions : Émile Gankama
Assistante : Leslie Kanga
Photothèque : Sandra Ignamout
Secrétariat des rédactions : Clotilde Ibara, Jean Kodila
Rewriting : Arnaud Bienvenu Zodialo, Norbert Biembédi, François Ansi

RÉDACTION DE BRAZZAVILLE

Rédacteurs 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, Firmin Oyé
Service Économie : Nancy France Loutoumba (chef de service), Quentin Loubou, Fiacre Kombo, Lopelle Mboussa Gassia
Service International : Nestor N'Gampoula (chef de service), Yvette Reine Nzaba, Josiane Mambou Loukoula, Rock Ngassakys
Service Culture et arts : Bruno Okokana (chef de

service), Rosalie Bindika
Service Sport : James Golden Eloué (chef de service), Rominique Nerplat Makaya
Édition du samedi : Meryll Mezath (Rédactrice en chef), Durly Emilia Gankama

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 : Méline 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
Chef d'agence : Nana Londole
Rédacteur en chef : Jules Tambwe Itagali
Coordonnateur : Alain Diasso
Économie : Laurent Essolomwa, Gypsie Oïssa
Société : Lucien Dianzenza, Aline Nzuzi
Sports : Martin Enyimo
Relations publiques : Adrienne Londole
Service commercial : Stella Bope
Comptabilité et administration : Lukombo
Caisse : Blandine Kapinga
Distribution et vente : Jean Lesly Goga
Bureau de Kinshasa : Colonel Ebeya n° 1430,

commune de la Gombe /
Kinshasa - RDC - Tél. (+243) 015 166 200

MAQUETTE

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

INTERNATIONAL

Directrice : Bénédicte de Capèle
Adjoint à la direction : Christian Balende
Rédaction : Camille Delourme, Noël Ndong, Marie-Alfred Ngoma, Lucien Mpama, Dani Ndongidi.

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 ET DIFFUSION

Directeur : Charles Zodialo
Assistante commerciale : Hortensia Olabouré
Commercial Brazzaville : Rodrigue Ongagna,

Mildred Moukenga
Commercial Pointe-Noire : Méline Eta Anto
Diffusion de Brazzaville : Brice Tsébé, Irin Maouakani
Diffusion Kinshasa : Adrienne Londole.
Diffusion Pointe-Noire : Bob Sorel Moubélé Ngono

TRAVAUX ET PROJETS TRANSVERES

Directeur : Gérard Ebami Sala

INTENDANCE

Directeur : Philippe Garcia
Assistante : Sylvia Addhas

DIRECTION TECHNIQUE (INFORMATIQUE ET IMPRIMERIE)

Directeur : Emmanuel Mbengué
Assistante : Dina Dorcas Tsoumou
Directeur adjoint : Guillaume Pigasse
Assistante : Marlaine Angombo

IMPRIMERIE

Gestion des ressources humaines : Martial Mombongo
Chef de service pré-press : Eudes Banzouzi
Chef de production : François Diatoulou Mayola
Gestion des stocks : Elvy Bombete
Adresse : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville - République du Congo
Tél. : (+242) 06 983 9227 / (+242) 05 629 1317
eMail : imp-bc@adiac-congo.com

INFORMATIQUE

Directeur adjoint : Abdoul Kader Kouyate
Narcisse Ofoulou Tsamaka (chef de service), Rively Gérard Ebami-Sala, Myck Mienet Mehdi, Mbengué Okandzé

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 (Mpila), Brazzaville - République du Congo
Tél. : (+242) 06 930 82 17

GALERIE CONGO BRAZZAVILLE

Directrice : Lydie Pongault
Chef de service : Maurin Jonathan Mobassi.
Astrid Balimba, Magloire NZONZIB..

ADIAC

Agence d'Information d'Afrique centrale
www.lesdepêchesdebrazzaville.com
Siège social : 84, bd Denis-Sassou-N'Guesso, immeuble Les Manguiers (Mpila), Brazzaville, République du Congo /
Tél. : (+242) 05 532.01.09
Président : Jean-Paul Pigasse
Directrice générale : Bénédicte de Capèle
Secrétaire général : Ange Pongault

DESTINÉE MBAMA EGNANGA

« Ma vie a pris une nouvelle tournure »

18 ans, étudiante en première année de ressources humaines, Destinée Mbama Egnanga est depuis le 15 octobre Miss Congo 2016, à l'issue d'un rude concours de beauté qui a mis aux prises 27 candidates. Ancien mannequin, la nouvelle ambassadrice de la beauté congolaise a accordé une interview aux *Dépêches de Brazzaville*.

Par Bruno Okokana

Dépêches de Brazzaville (DB). Comment vous sentez-vous après votre sacre le 15 octobre et quelle est la particularité de cette nouvelle vie ?

Destinée Mbama Egnanga (DME). Je sens que ma vie a pris

femme de mon pays pour laquelle je représente la beauté.

DB. Pourquoi aviez-vous participé à cette élection et qu'est-ce qui a joué en votre faveur ?

DME. J'ai participé à cette élection parce que je me sentais à la

DB. Qu'est-ce qui vous plaît dans cette élection et être miss ne décrédibilise pas vos ambitions dans le domaine des études ?

DME. Il y a beaucoup d'avantages. Aujourd'hui, je peux m'ex-



Destinée Mbama Egnanga, miss Congo 2016



La miss Congo 2016 posant à la rédaction des Dépêches de Brazzaville

une nouvelle tournure. Je ne serai plus comme cette demoiselle qui partait très souvent dans les restaurants. La particularité, c'est que dorénavant, j'ai une grande responsabilité, parce que je dois montrer la bonne image de la

hauteur. Je sentais que j'avais la beauté et l'intelligence qu'il fallait. Dès lors, je me suis dit pourquoi ne pas tenter la chance et cela a marché. L'expression a joué en ma faveur.

primer devant les gens, ce que je ne pouvais pas faire hier. Le comité m'a appris comment me tenir devant les gens. Il y a beaucoup du bien dans tout ça. Par contre, je ne pense pas que cela puisse me décrédibiliser parce qu'à travers

ce sacre, je veux montrer aux gens qu'être miss, ce n'est pas toujours ce que les gens pensent. Car, pour la plupart des gens, la miss est

DB. Quels sont vos projets et aviez-vous identifié les besoins ?

DME. Je ne me sens pas frustrée, vu que c'est une particularité au

«... Je dois arrêter avec ma vie ancienne et vivre dorénavant comme une miss tout au long de mon règne. Je ne dois pas mener une vie sentimentale, sinon qu'au-delà de mon mandat. J'ai signé pour cinq ans avec le comité dont une année de règne et quatre années comme membre. Par ailleurs, comme membre, je suis libre, mais pas pendant mon règne».

une fille légère, je vais montrer le contraire.

DB. Quels sont vos projets et aviez-vous identifié les besoins ?

DME. Mon projet est d'ouvrir un centre d'encadrement pour aider les jeunes femmes, surtout celles qui prennent leur situation comme un handicap. Elles ne doivent pas baisser les bras. Pour ce faire, j'ai besoin du soutien du comité et pourquoi pas du gouvernement. Quant à l'identification des besoins, je ne suis pas encore déterminée à le faire.

DB. Quel rang occupez-vous dans votre famille et quelle a été la réaction de vos parents après votre élection ?

DME. Nous sommes une famille de trois enfants de sexe féminin. Je suis la deuxième de ma famille. Mes parents sont contents et très fiers de moi. D'abord, j'ai eu mon bac en économie et ils me poussent d'aller de l'avant. Je repars pour Pointe-Noire afin de poursuivre mes études.

DB. Votre mandat va durer 9 mois contrairement aux précé-

regard de la conjoncture actuelle. Mon souhait est plutôt d'avoir assez de moyens pour pouvoir réaliser mes projets.

DB. Vous venez de signer un contrat avec le Comité Miss Congo. Que stipule-t-il ?

DME. Il s'agit, dans ce contrat que je viens de signer, de respecter mon mandat.

Je dois arrêter avec ma vie ancienne et vivre dorénavant comme une miss tout au long de mon règne. Je ne dois pas mener une vie sentimentale, sinon qu'au-delà de mon mandat. J'ai signé pour cinq ans avec le comité dont une année de règne et quatre années comme membre. Par ailleurs, comme membre, je suis libre, mais pas pendant mon règne.

DB. Si vous étiez un animal, lequel souhaiteriez-vous être ? Pourquoi ? Quel est votre plat préféré ?

DME. Une lionne, parce qu'elle sait prendre l'autorité partout où elle est. Mon plat préféré est le saka-saka.



La miss Congo 2016 appréciée par les journalistes des Dépêches de Brazzaville

Page proposée par Durlly Emilia Gankama

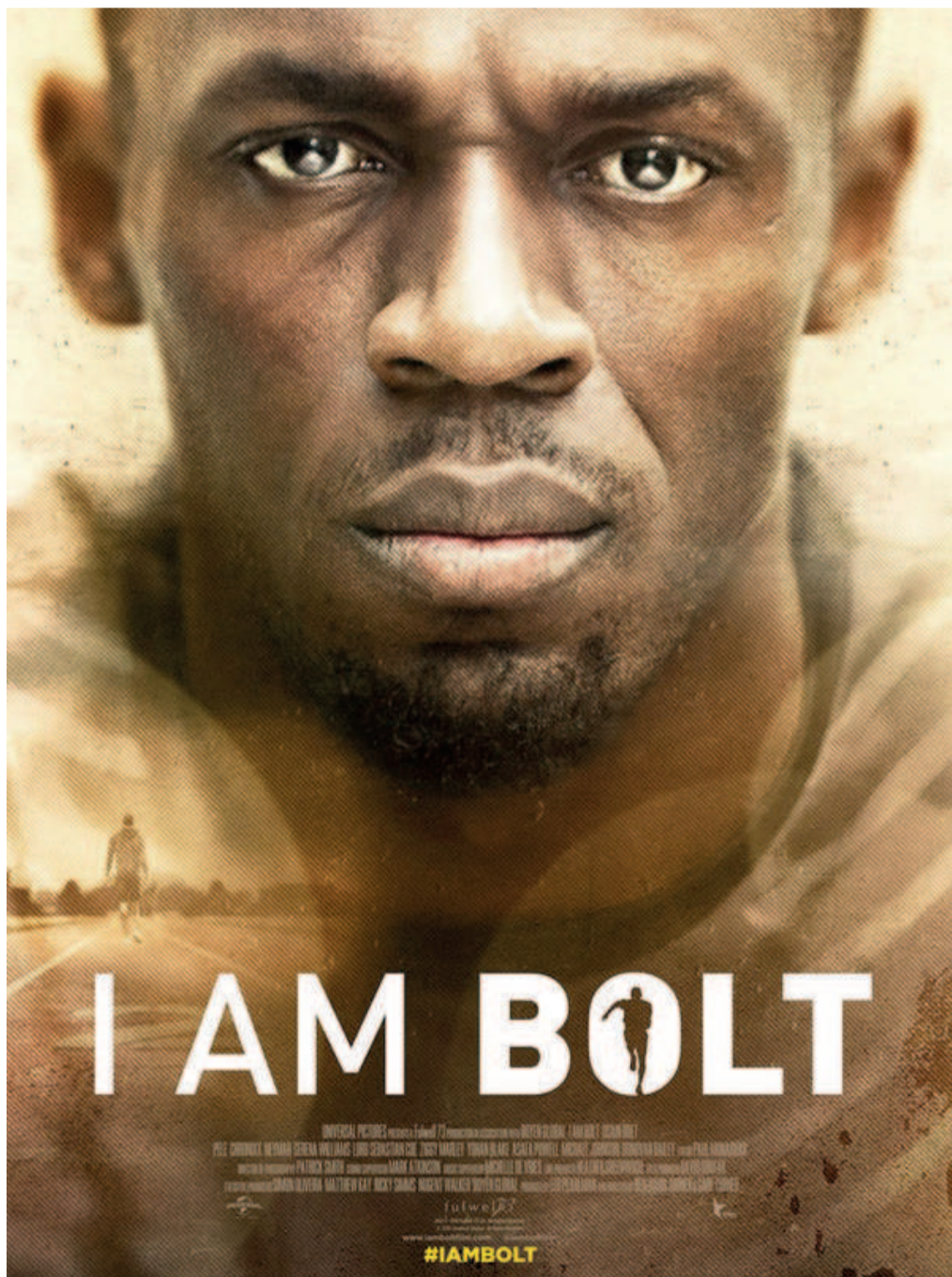
CINÉMA**Idriss Elba va produire «Brazza»**

La star britannique originaire du Nigéria, Idriss Elba va produire «Brazza», une série dramatique dont l'action se déroule à Brazzaville, la fameuse capitale de la République du Congo.

D'après les premières informations, la série mettra sur petit écran l'histoire d'un Congolais vivant à Paris en France. Ce dernier sera forcé de retourner dans son pays après la mort suspecte de son père. Sur place, il se retrouve au milieu d'une guerre familiale sanglante qui menace la sécurité du pays.

«Brazza» se concentrera donc sur le milieu criminel au Congo. Sur les réseaux notamment «Facebook» bien de Congolais n'ont pas manqué d'appuyer sur bouton partage et taguer leur amis afin de partager l'information, qui semble attrayante selon les commentaires des uns des autres.

Les noms des artistes qui joueront dans ladite série seront certainement connus plus tard, car aucune information sur le casting n'a été révélée pour le moment.

**PROJECTION CINÉMATOGRAPHIQUE****Usain Bolt très bientôt sur grand écran**

La sortie du documentaire intitulé «I Am Bolt» a été confirmée pour le 28 novembre prochain. Tourné aux quatre coins du monde, le documentaire sera composé d'images d'archives et d'entretiens exclusifs avec la star. On pourra donc voir Usain au début de sa carrière mais aussi des vidéos inédites enregistrées par le sportif lors de ses déplacements

et de ses entraînements. Il se dévoilera un plus en montrant aux gens les péripéties de sa vie. La légende de l'athlétisme, multi-médaillé d'or aux Jeux Olympiques reviendra sur son parcours, sa vie personnelle et ses aspirations. Avec ce documentaire, Usain Bolt annonce sa retraite qui sera effective dans les prochains mois.

**COMMUNICATION****Le Congo et la RCA signent un partenariat sur la régulation des médias**

Les deux pays viennent de signer un protocole d'accord pour régir les modalités de partenariat entre le Conseil supérieur de la liberté de communication du Congo et le Haut Conseil de communication de transition de la République centrafricaine. Cet accord s'appliquera à l'ensemble des matières liées au partenariat entre les deux organes de régulation de la communication et à la mise en place de l'observatoire d'éveil électoral et de gestion de monitoring des médias.

À travers ce protocole, les deux parties sont tenues au respect de leurs obligations communes à l'organisation des campagnes conjointes d'information, d'éducation et de formation.

Le Congo et la Centrafrique doivent aussi œuvrer au sein de chaque Etat pour le succès du passage de la diffusion analogique à la diffusion numérique en respectant les normes de l'Union Internationale des Télécommunications (UIT).

La durée de ce protocole est de deux ans renouvelables.



MUSIQUE

Bientôt un nouvel album hommage à Prince

Un album hommage à Prince, l'icône de la pop mort en avril, sortira fin novembre avec des reprises des grands succès du chanteur et une chanson inédite, avant la sortie l'an prochain d'un album posthume, a annoncé Warner Brothers Records.

L'album qui sera en vente le 22 novembre aux Etats-Unis et le 25 dans le reste du monde, à temps pour les achats de Noël, comprendra, outre 40 grands succès, une chanson datant de 1982 et connue des fans mais jamais publiée officiellement, «Moonbeam Levels», et un album de photos de 12 pages.

Plus intéressant pour les fans, la label du chanteur disparu a annoncé pour l'année prochaine, sans en préciser la date, un nouveau double album : une version remasterisée de «Purple Rain», à laquelle le chanteur avait donné son accord avant sa mort, accompagnée d'un album de «chansons jamais publiées».

Prince est mort le 21 avril dernier d'une overdose accidentelle d'un puissant antalgique. Il n'a pas laissé de testament, mais a laissé une grande quantité d'enregistrements de chansons non publiées.

L'Afrique du Sud a décidé de quitter la CPI

L'Afrique du Sud a décidé de quitter la Cour pénale internationale (CPI), a confirmé vendredi le ministre sud-africain de la Justice Michael Masutha, à la suite d'une vive polémique l'an dernier sur le refus de Pretoria d'arrêter le président soudanais Omar el-Béchir.

L'Afrique du Sud « a annoncé par écrit au secrétaire général de l'ONU son retrait » de la CPI. Pour justifier le refus de Pretoria d'arrêter le président soudanais recherché par la CPI, les autorités sud-africaines expliquent que la CPI « entrave l'aptitude de l'Afrique du Sud à honorer ses obligations en matière de respect de l'immunité diplomatique ».



Quand le commerce rime avec la sape

Par Josiane Mambou Loukoula

Farai Mushayademo en train de vendre de l'eau/DR



Au Zimbabwe, des millions de gens gagnent leur vie en vendant dans la rue. Un vendeur à la sauvette a développé un concept marketing unique : la sape. Farai Mushayademo est l'un des plus de 100 000 vendeurs d'eau opérant dans les rues de la capitale, Harare. Au milieu du trafic, il passe entre les voitures pour proposer ses petites bouteilles. Mais il a trouvé un moyen de se démarquer de ses rivaux : s'habiller différemment. « Certains pensent qu'être habillé comme un miteux attire la sympathie des clients », explique-t-il, en arborant un magnifique smoking orné de fleurs en boutonnière, d'un nœud papillon et de deux paires de lunettes de soleil (une sur les yeux et une dans la poche). « Je pense au contraire que la façon dont je m'habille attire les clients », ajoute-il.

Veste à carreaux, chapeau rouge et lunettes, costume rose à manches noires, broche dorée et chaussures assorties, Farai Mushayademo fabrique lui-même tous ses vêtements, et sa collection ne cesse de grandir. « Je pense que vendre de l'eau est mieux que de vendre des costumes », dit-il, avant de poursuivre : « Les gens peuvent attendre un an avant d'acheter des vêtements. Mais tout le monde a besoin d'eau, tous les jours ». La sape est pour ce vendeur une manière d'attirer des clients. « Les gens préfèrent acheter de l'eau à Farai parce qu'il est toujours chic », confirme Abel, vendeur, habillé lui d'une chemise bleue. Un autre vendeur qui porte un t-shirt vert ajoute : « Je suis ici tous les jours. Je n'ai jamais vu Farai porter la même chose deux fois de suite ».

L'iPhone 7 débarque en Corée du Sud en l'absence du Galaxy Note 7

L'iPhone 7 d'Apple a débarqué dans les rayons vendredi en Corée du Sud où l'Américain va tenter de combler le vide laissé par son grand rival sud-coréen Samsung et son smartphone phare aux batteries explosives.

Le 11 octobre, le géant sud-coréen avait annoncé qu'il cessait la production de son Galaxy Note 7, sur lequel il comptait beaucoup pour concurrencer l'iPhone, à la suite d'une opération de rappel désastreuse qui a vu les appareils proposés en remplacement de téléphones à risque prendre feu eux aussi. Samsung a estimé que cette affaire lui coûterait environ 5,3 milliards de dollars sur trois trimestres, à compter de juillet.

Il y a déjà quelques signes qui montrent qu'elle commence à bénéficier à Apple.



L'artiste Ycee pendant sa balance avec la soirée des MTV Africa Music Awards 2016 à Johannesburg

« L'industrie musicale africaine est florissante », se réjouit Alex Okosi, le vice-président de Viacom International Media Networks Africa, à la veille de la cérémonie des MTV Africa Music Awards (Mama) organisée samedi dans la capitale économique sud-africaine Johannesburg. « Cette croissance est le fait d'artistes innovants, qui cassent les frontières et parviennent à séduire, avec leur musique, énormément de jeunes Africains », explique-t-il. Traduction immédiate, les revenus de leur succès, notamment dans les concerts, ont enregistré une forte croissance dans plusieurs pays africains, confirme une récente enquête du cabinet d'audit PricewaterhouseCoopers (PwC).

Au seul Nigeria, le pays le plus peuplé du continent, l'industrie musicale a généré en 2015 un chiffre d'affaires de 47 millions de dollars, en hausse de 6,4% sur l'année précédente. « Les consommateurs veulent de plus en plus de contenu local », note auprès de l'AFP Vicki Myburgh, qui a mené l'enquête pour PwC.

Et les prévisions pour les années à venir sont très encourageantes. « Le marché nigérian de la musique va augmenter à un taux annuel d'environ 13%, c'est un taux fantastique. Et au Kenya de 9,3%, là encore un taux élevé », se réjouit-elle. La jeunesse du continent africain, 200 millions de 15 à 24 ans, avides de clips et de concerts, nourrit largement cette croissance. « La musique live est le secteur qui s'en sort très

Le dynamisme florissant de la scène musicale africaine

L'engouement croissant du continent africain pour « sa » musique, contemporaine, innovante et désormais bien loin des clichés des griots, redonne des couleurs à une industrie touchée de plein fouet par le piratage et la chute des ventes de disques.

D'après AFP

bien depuis ces cinq dernières années. Les gens sont prêts à déboursier beaucoup d'argent pour assister à un concert », explique Vicki Myburgh. La cérémonie des « Mama », qui récompense chaque année les artistes « qui ont eu le plus d'impact sur la musique africaine et la culture jeune », se déroule samedi dans ce climat très porteur.

Rock touareg

Parmi les prétendants au titre prestigieux d'artiste de l'année figurent les musiciens afro pop nigériens Yemi Alade et Wizkid, le DJ afro house sud-africain Black Coffee, le Kényan Sauti Sol ou encore Diamond, gourou tanzanien du hip hop.

Au-delà de la seule vitalité de son marché, le succès de la scène musicale africaine s'explique aussi par sa transformation. « Il ya vingt ans, on s'intéressait aux griots chanteurs, au côté tradi-

tionnel de la musique africaine. Ce qui séduit aujourd'hui, c'est la capacité de ses musiciens à fusionner avec les autres genres », explique Claire Henocque, fondatrice de Tour Makers, basé en France et qui organise tournées et concerts pour plusieurs artistes africains. « Il ya par exemple un rock touareg », ajoute-t-elle, « on découvre en Afrique des sons qui parlent à tous les publics ». Particulièrement au-delà des frontières africaines. « On voit beaucoup d'artistes africains en tournée à l'étranger », constate ainsi Leo Manne, le vice-président de la chaîne de télévision musicale Trace-TV Southern Africa. Le Sud-Africain Black Coffee et les Nigériens D-Banj, Don Jazzy et Tiwa Savage ont ainsi réussi à s'imposer face à des légendes comme le Sénégalais Youssou N'Dour ou le trompettiste de jazz sud-africain Hugh Masekela et à décrocher des

collaborations avec des stars comme le rappeur américain Jay Z. « On voit maintenant l'influence de la musique africaine dans la musique américaine. Ecoutez par exemple Drake », le rappeur canadien, constate Leo Manne. « La musique africaine influencera toujours, d'une façon ou d'une autre, la musique internationale », estime-t-il. « Je pense toujours aux bateaux chargés d'esclaves qui ont quitté le continent africain. Ces hommes et femmes sont partis avec le rythme des tambours en tête, et ce rythme là continue à voyager dans le monde, aujourd'hui encore », ajoute le diffuseur.

La cérémonie des « Mama » sera présentée samedi soir par le Sud-Africain Trevor Noah, animateur de l'émission humoristique la plus renommée aux États-Unis, « The Daily Show », et retransmise en direct dans tout le continent.

L'ACTUALITÉ AU QUOTIDIEN



LES DÉPÊCHES DU CONGO

ÉDITION INTERNATIONALE

www.lesdepechesdebrazzaville.fr

www.adiac-congo.com

RETROUVEZ VOTRE ÉDITION INTERNATIONALE

DISPONIBLES À PARIS

OÙ TROUVER VOTRE QUOTIDIEN ?

- Kiosque Place Clichy (face Quick) au 7, Place de Clichy 75017 Paris
- Kiosque Ménilmontant au 139, bd de Ménilmontant 75011 Paris
- Kiosque face au Fouquet's 99, av. des Champs Elysées 75008 Paris
- Kiosque Porte de Clignancourt au 77, bd d'Ornano 75018 Paris
- Kiosque au 27 avenue Hoche 75008 Paris
- Kiosque sortie métro Barbès Rochechouart 75010 Paris

 Brazzaville
 Kinshasa

Abonnez-vous par mail : regie@lesdepechesdebrazzaville.fr

INTERVIEW

Bénédicte Ntete : « Nous tenons à faire “porter le pagne autrement” »

Les labels By Jua-C et African Styliya Déco sont spécialisés respectivement dans l'habillement, vêtements et babouches stylisés en pagne et la création d'articles de décoration intérieure et extérieure. Les sœurs Rosy Ntete et Bénédicte Ntete y proposent ainsi leurs produits sur le marché kinois depuis une année avec la farouche ambition de s'y imposer. Rencontrée par *Les Dépêches de Brazzaville* au Festival Biso Basi qu'a abrité l'Espace Bilembo le week-end dernier, les 15 et 16 octobre, Bénédicte, chargée de la branche Art déco, s'est fait un plaisir de présenter leurs marques et articles qui ont plu à plusieurs visiteurs.



Bénédicte Ntete vêtue d'un top à encolure Bardot By Jua-C

Propos recueillis par Nioni Masela

Les Dépêches de Brazzaville : Pourriez-vous vous présenter à nos lecteurs ?

Bénédicte Ntete : Nous sommes African Styliya Déco et Maputa By Jua-C. Nous voulons révolutionner le pagne, le porter autrement, le décorer autrement. C'est cela notre métier.

L.D.B : Porter le pagne autrement que cela revient-il à dire

concrètement ?

B.N. : Porter le pagne autrement, c'est-à-dire que nous revisitons le pagne, appelé ici maputa avec une touche européenne ou occidentale. Notre objectif, c'est que le pagne ne soit plus à porter seulement de la manière dont on le porte habituellement ici noué au niveau des reins et assorti avec une camisole, libaya comme haut. Nous voulons que tout le

monde trouve de quoi se vêtir indifféremment, les Africaines et les Européennes. C'est pour cela que nous avons réalisé une sorte de métissage avec le wax en revisitant la présentation des tenues en pagne.

L.D.B : Cela donne quoi comme résultat ?

B.N. : Cela donne un côté chic, moderne et glamour. Nous proposons tout. Des jupes, des pagnes aussi à porter autrement avec une touche européenne. Des pantalons, des vestes et presque un peu de tout. Nous allons jusqu'à produire des articles pour la décoration intérieure. Et dans ce cas, il nous arrive de mixer le wax avec du lin ou encore le traditionnel tapis kuba avec un tissu coton européen.

L.D.B : À qui est destinée la gamme des produits réalisés par vos soins ?

B.N. : À tout le monde, car nous faisons de la décoration intérieure et extérieure. Et, pour ce qui est des vêtements, nous proposons de l'habillement pour les grandes personnes, les enfants et les bébés.

déco, quel genre d'articles proposez-vous ?

B.N. : Pour les maisons, nous offrons tout ce qui sert habituellement à la décoration et les objets d'usage courant dans les ménages. Des tapis, des coussins dont certains peuvent faire également office de table, ils ont été conçus de la sorte, des draps-housses, des tabliers, des sous-plats, des tableaux, etc. Ce dont on se sert d'ordinaire dans les maisons.

L.D.B : Vous ne proposez pas que des vêtements et des articles d'Art déco... ?

B.N. : Oui, en effet. Nous avons aussi des babouches recouvertes avec du wax et donc assortis à diverses tenues en pagne. Nous faisons toujours un métissage car nous voulons que tout le monde s'y retrouve, Africains comme Européens. Ainsi, nous retravaillons des babouches ou mapapa de style européen avec des tissus africains.

L.D.B : Depuis quand African Styliya Déco et Maputa By Jua-C existent-ils ?

B.N. : Nous existons depuis une année. Nous essayons de nous imposer parce que ce n'est pas facile de faire accepter nos produits, parce qu'ils sont faits avec les mêmes tissus qui servent à l'habillement des femmes au quotidien. Nous les proposons retravaillés pour des articles de décoration. Nous tenons à nous imposer selon notre devise : « Porter le pagne autrement ».

L.D.B : Comment fait-on pour vous joindre en dehors du Festival Biso Basi lorsqu'on est intéressé par un de vos articles ?

B.N. : Pour l'instant, nous sommes sur Facebook. Nous recommandons la visite de nos pages, il y a celle d'African Styliya Déco et Maputa By Jua-C. Les commandes peuvent se faire sur Internet et nous livrons à domicile.



Des babouches stylisées By Jua-C

L.D.B : Pour ce qui est de l'Art

Etes-vous Italien, Napolitain ou Sicilien ?

Un fascicule d'inscription dans des établissements scolaires de Grande-Bretagne a suscité la colère des Italiens. Il a été retiré avec des excuses en sus.

Par Lucien Mpama

Comme souvent, les choses les plus grosses sont celles qu'on voit le moins ! Pendant des années, certains établissements scolaires de Grande-Bretagne présentaient aux élèves ou étudiants un formulaire d'inscription où ils devaient spécifier leur nationalité. Ceux venant d'Italie avaient le choix entre trois cases à cocher : « italien », « napolitain » ou « sicilien ». Comme si Naples et la Sicile ne faisaient pas partie de la République italienne, pays unifié depuis... 1860 !

La gaffe, car ç'en était bien une, n'a sauté aux yeux de quelques attentifs que le mois dernier. Ils l'ont signalée à l'ambassadeur d'Italie en Grande-Bretagne qui a aussitôt fermement protesté auprès du Foreign Office, le ministère britannique des Affaires étrangères. Il a demandé, non seulement le retrait de ce formulaire « *apparenté à une intolérable forme de racisme anti-italien perpétuant d'antiques croyances britanniques* ». Il « *n'existe pas deux Italie, mais une seule* » unie du nord au sud, du Piémont à la Sicile.

Ensuite, la polémique a enflammé les réseaux sociaux, devant virale. « *Au-delà de qui a rédigé un tel questionnaire, il a semblé normal à ceux qui l'ont avalisé que l'Italie continuait de vivre dans une réalité à part : avec une République de Naples et une autre de Sicile* », faisant fi des avancées de l'histoire, a fait valoir sur Facebook un politique indigné. « *Je n'ose pas imaginer le niveau d'instruction que l'on acquiert dans ces établissements !* », s'est indigné un autre.

A la radio, une émission de grande écoute n'a pas hésité à dire les choses crument. « *C'est vrai que Naples et la Sicile ont été des royaumes, mais ils se sont ralliés à l'Italie depuis longtemps. A moins que ce genre d'erreurs historiques n'aient été entretenues à dessein chez les Anglais pour insinuer que Sicile et Naples étant terres de mafia, ne faisaient pas partie du substrat culturel italien !* ». Le formulaire incriminé a été vite retiré et les établissements qui l'avaient adopté s'en sont tirés avec de plates excuses.

NIGERIA

Couronnement d'Oba Ewuare II, un roi «du XXI^e siècle»

La saison des pluies était pourtant finie, dans le sud du Nigeria. Mais un peu avant minuit jeudi, des trombes d'eau et des éclairs se sont abattus sur Benin City, comme un signal des dieux annonçant le couronnement du 34^e monarque du royaume du Bénin.

D'après AFP

Jeudi matin, quelque 100.000 personnes sont arrivées de tout le royaume pour apercevoir le nouvel «Oba» (roi en langue yoruba), Ewuare II.

Le royaume du Bénin est l'un des plus anciens et des plus prestigieux royaumes africains. Du XII^e siècle jusqu'à son «invasion» par la Couronne britannique, l'«Oba» contrôlait un immense territoire, qui a d'ailleurs donné son nom à l'actuel pays limitrophe (ex-Dahomey francophone). Aujourd'hui, son titre est théoriquement honorifique, mais son influence et son aura transportent les foules.

Cours et ménestrel

Agglutinés derrière les barrières de la plèbe, armés de leur téléphone portable, Christian Iyemekpolor et ses amis «snappent» le moindre VIP. «D'ici je pourrai voir mon roi», explique ce jeune diplômé de l'université de Benin City. «Il est comme Dieu pour nous».

A ses côtés, Rickson Ogwu a fait le déplacement de l'Etat du Delta, prolongement du royaume du Bénin. Au couronnement du père de l'actuel «Oba» en 1979,

M. Ogwu, alors âgé de 12 ans, n'avait pas eu le droit de participer aux célébrations. «On ne peut voir ça qu'une fois dans une vie», dit le commerçant. «Je suis fier de perpétuer la tradition de mon peuple».

Sur le tapis rouge qui mène à une tente gigantesque défilent les chefs traditionnels de tout le Nigeria, suivis de leur cour.

Les sultans du Nord sont emmitouffés dans de longs drapés qui leur entourent le visage et le cou. Les princes binis (ethnie de Benin City) marchent à leur côté, torse nu, avec de longs colliers en corail orange autour du cou.

Le «ménestrel» du roi d'Ife (Yoruba) se promène dans une peau de léopard, pendant que la cour des émirs s'est installée sous une grande tente sahélienne et y prie Allah sur le gazon synthétique.

Prince Burns Effiom de Calabar (sud-est) est, dans une autre vie, artiste peintre à New York (Etats-Unis). Il a enfilé des lunettes rondes de hippie et des perles ornent son torse. «Les hommes politiques utilisent les leaders traditionnels pour maintenir la paix», explique-t-il.

Un roi 'moderne'

Bientôt, avec plus de six heures de retard sur le programme, tous les invités ont rejoint une grande tente de cérémonie glacée par la climatisation et illuminée par d'immenses lustres multicolores. Le vice-président Yemi Osinbajo et Aliko Dangote, l'homme le plus riche d'Afrique, sont installés au premier rang, aux côtés des plus grands leaders traditionnels nigériens, des délégations d'ambassadeurs étrangers et des couronnes européennes.

Le Nigeria, qui compte 170 millions d'habitants, est profondément divisé entre un Nord musulman et un Sud chrétien, entre les partisans du parti au pouvoir (APC) et de l'opposition (PDP). Mais jeudi, tout le monde semblait vivre en paix.

Si les chefs traditionnels «mineurs» peuvent se laisser influencer par les dirigeants politiques en échange de contrats fructueux, les quatre grands chefs traditionnels du Nigeria (Emir de Kano, Oba de Benin, Sultan de Sokoto et Oni d'Ife) se maintiennent officiellement au-dessus de la mêlée des mortels.

Ce sont les politiciens qui les courtisent, tant leur influence



est grande sur la vie quotidienne de millions de Nigériens.

«Veuillez accueillir, honorables visiteurs, le roi du XXI^e siècle», lance la maîtresse de cérémonie, alors qu'Oba Ewuare II fait son apparition dans une armure millénaire rouge corail, entouré de dizaines de chefs et de princes, torsos nus en pantalons blancs. Diplômé des plus grandes écoles britanniques et américaines, ancien ambassadeur pour le Nigeria, notamment en Suède et en Angola, l'homme choisi par les dieux, comme le veut la croyance

locale, est bien décidé à redonner du souffle à son royaume et aider son économie.

«Avec l'aide internationale et des partenaires du secteur privé, nous sauverons notre héritage», lance-t-il, promettant notamment de développer l'art du bronze, symbole du royaume. «J'espère attirer les touristes, aider à développer l'industrie agricole».

«Ise!» («Longue vie au roi!»), s'écrie Eric Ojo, entrepreneur de 35 ans. «Je suis heureux. Il a été envoyé par Dieu, mais c'est un roi qui a les pieds sur terre.»



Justin Romuald Mizele, président de l'association Ouenzé Intendance à l'ouverture du bal du 15^e anniversaire de l'association au Palais des Congrès de Montreuil Paris Est

Tard dans la nuit de samedi 15 octobre, les festivités du 15^e anniversaire de l'association Ouenzé Intendance ont eu du mal à démarrer dans la salle comble du Palais des Congrès Paris Est de Montreuil. Bien ennuyés pour les 700 personnes revêtues de leurs plus belles tenues élégantes et attablées depuis 21h,

les organisateurs ont prétexté la livraison tardive du traiteur retardé par les embouteillages rencontrés sur une bonne partie du parcours.

Juste après un repas pris rapidement, les membres de l'association Ouenzé Intendance ont ouvert le bal. En dehors de l'intermède de l'artiste chanteur congolais Ladis Arcade, la soirée a laissé un large temps à la danse jusqu'au petit ma-

DIASPORA

L'association Ouenzé Intendance célèbre son 15^e anniversaire par une soirée dansante

Depuis quinze ans, l'association Ouenzé Intendance œuvre à renforcer les liens mutualistes entre les membres originaires des quartiers se trouvant au cœur de l'épicentre du souffle dévastateur du 4 mars 2012 à Brazzaville.

Par Marie Alfred Ngoma

tin. Quel succès ! Les gens ayant patienté à la demande de Queteur, maître de cérémonie de circonstance, ont pu se réconcilier avec les organisateurs au rythme de la programmation musicale du DJ de la soirée.

Interrogé sur les quinze ans d'activités, Justin Romuald Mizele, président de l'association Ouenzé Intendance, a réaffirmé le lien d'entraide

entre les membres de son association. «Nous veillons à l'application de nos statuts qui nous permettent de promouvoir nos cultures, de favoriser l'intégration sociale et l'insertion économique, sans omettre la dimension de la solidarité», a-t-il rappelé.

Pour Roch Le Prince Okouele, chargé de la communication, «la chronologie de nos actions s'intéresse à l'essentiel des dif-

férentes actions d'assistance apportées à la cinquantaine de membres actifs de l'association. Il situe l'unicité avec le Congo; c'est notre apport à l'élan de solidarité international lors du drame du 4 mars 2012 à Brazzaville qui reste à jamais une action ancrée dans nos mémoires même si plusieurs autres projets demeurent à réaliser», a expliqué le chargé de la communication.

Rubrique proposée par Durly Emilia Gankama



ORDINATEUR

Apple va enfin rafraichir sa gamme

Après avoir présenté et lancé les iPhone 7 et 7 Plus, la pomme ne va pas enfin mettre en lumière ses ordinateurs.

La traditionnelle mise à jour technique sera suivie de quelques nouveautés à savoir : des ports USB Type-C sur MacBook Air et le MacBook Pro. Le tout dernier devraient être le porte-étendard de la gamme portable d'Apple.

A en croire divers sites en la matière, MacBook Pro devrait bénéficier d'un nouveau design lui permettant d'être plus fin, d'un nouveau trackpad plus grand et d'une barre OLED tactile pour remplacer les touches fonctions.

La fiche technique laisse apparaître un processeur Intel Skylake et un processeur graphique Polaris d'AMD.

Le MacBook Air ne connaîtra pas de révolution, Apple souhaiterait conserver un tarif attractif et on ne devrait pas voir de MacBook Air Retina. Pour rappel, le MacBook Air est le portable à la pomme le plus abordable.

Au final, l'iMac pourrait lui aussi bénéficier d'un léger rafraîchissement et Apple pourrait annoncer un écran 5K. La présentation officielle de la gamme interviendra le 27 octobre prochain.



VIRUS

« Eko » se propage par Facebook Messenger

Les utilisateurs de Facebook Messenger sont appelés à plus de vigilance. En effet, un virus, baptisé « Eko » circule sur messenger. Celui-ci utilise une vidéo pour tenter de vous faire cliquer sur un lien et vous voler vos infos personnelles.

Il faut croire à l'utilisateur qu'il re-

çoit la vidéo d'un ami, c'est ainsi qu'en cliquant pour installer une extension afin de visionner la vidéo, le virus entre dans le système. Le virus est capable de récupérer des informations personnelles telles que des mots de passe ou encore des coordonnées bancaires. Si vous pensez être infecté,

rendez-vous dans le menu des extensions de votre navigateur et vérifiez si l'extension « Eko » y figure. Si c'est le cas, supprimez-la puis analysez le système avec un antivirus. Pensez également à changer le mot de passe de votre compte Facebook et pour plus de sécurité prévenez vos contacts.

APPLICATION

Google lance « Fonds d'écran »



C'est une nouvelle application dont le but est personnalisé Android. Elle est destinée à ceux qui souhaitent une solution simple et gratuite pour modifier l'image affichée en fonds d'écran sur leur smartphone.

Disponible et téléchargeable gratuitement sur le Play Store, cette dernière propose surtout de consulter différentes catégories : terre, paysages, textures, fonds d'écrans animé etc. Un bouton dans chaque catégorie permet de choisir d'afficher automatiquement une image différente de celle-ci chaque jour. Enfin, les quelques utilisateurs disposant d'android 7.0 Nougat pourront également définir une image pour leur écran de verrouillage.

« Fonds d'écran » permet également de naviguer dans ses propres images stockées sur son téléphone.



IN MEMORIAM

23 octobre 2010 - 23 octobre 2016

Cela fait six(6) ans que tu nous as quitté papa Inkoua Jean-Bedel. La vie a voulu que tu emprunes une nouvelle route. Ton départ fut précipité et a été un immense choc pour nous. Nous garderons toujours, dans nos cœurs les doux instants passés auprès de vous. Continus de prendre soin de nous et de nous guider comme tu as toujours su le faire.

Hommage à notre papa dit (112).



Des appareils électroménagers hors service (crédits photo DR)

Les HFC sont de redoutables gaz à effet de serre (GES), présents dans certains aérosols, dans les systèmes de réfrigération ou pour la fabrication de mousses isolantes. Ils ont commencé à être utilisés dans les années 1990 en remplacement des CFC (chlorofluorocarbures), principaux responsables de la destruction de la couche d'ozone qui nous protège des rayons ultraviolets du soleil.

Les HFC se sont, à leur tour, révélés désastreux pour le climat. En moyenne, une seule de ces molécules a un effet 3 000 fois plus important qu'une molécule de dioxyde de carbone. Et ce sont celles dont l'usage augmente le plus vite. Leur taux de croissance est évalué entre 10 et 15% par

an, selon l'Oak Ridge National Laboratory du Department of Energy américain. Des solutions de recharge aux HFC existent pourtant déjà, sous forme d'hydrocarbures, de dioxyde de carbone, d'ammoniac, d'eau ou d'hydrofluoroléfines (HFO).

Un calendrier en vue de l'élimination progressive des hydrofluorocarbures (HFC), des gaz extrêmement nocifs pour le climat, vient d'être élaboré. Juridiquement contraignant, l'accord est une avancée majeure dans la lutte contre le réchauffement climatique. Le financement de la transition, dont le total est estimé à plusieurs milliards de dollars à l'échelle mondiale, fera l'objet de nouvelles discussions fin 2017.

Avec le pacte de Paris, la communauté internationale s'est engagée à agir pour contenir la hausse de la température globale « bien en deçà de 2°C » par rapport au niveau préindustriel et à « poursuivre les efforts » pour la limiter à 1,5°C. Or, l'élimina-



CHANGEMENT CLIMATIQUE

Les HFC remis en cause

Les représentants des 197 pays ont avalisé à Kigali au Rwanda l'accord de réduction des gaz hydrofluorocarbures (HFC), que l'on trouve dans les réfrigérateurs et les climatiseurs. Un accord historique pour lutter contre les pires gaz à effet de serre.

Par Josiane Mambou Loukoula

tion des HFC pourrait réduire de 0,5°C le réchauffement mondial d'ici à 2100, selon une étude publiée en 2015 par l'Institute for Governance and Sustainable Development (IGSD), un groupe de réflexion. À l'horizon 2030, elle permettrait d'éviter jusqu'à 1,7 gigatonne d'équivalent CO2 par an, soit les émissions annuelles du Japon.

Avec l'accord adopté le 15 octobre, les pays riches sont appelés à agir plus vite que les pays en voie de développement. Le calendrier adopté prévoit qu'un

premier groupe de pays, ceux dits « développés », réduise sa consommation de HFC de 10% d'ici à 2019 par rapport aux niveaux de 2011-2013, ce chiffre devant passer à 85% d'ici à 2036. Un deuxième groupe de pays « en voie de développement », dont la Chine et les pays africains, s'est engagé à entamer la transition en 2024. Une réduction de 10% par rapport aux niveaux de 2020-2022 devra être atteinte pour 2029, cette réduction devant atteindre 80% d'ici à 2045. Un troisième groupe de pays également « en voie de développement » incluant l'Inde, le Pakistan, l'Iran, l'Irak et les pays du Golfe s'est, pour sa part, engagé à commencer le gel en 2028, une diminution de 10% par rapport à la période 2024-2026 devant être atteinte pour 2032, puis de 85% pour 2047. L'accord de Kigali donne ainsi un signal positif à quelques semaines de la prochaine grande conférence annuelle sur le climat (COP22), prévue à Marrakech au Maroc.

CUVETTE

Sensibiliser à ciel ouvert, un moyen pour lutter contre l'infection à VIH

Depuis décembre 2015, à Makoua et Owando, dans le département de la Cuvette, des organisations de la société civile mènent des actions de proximité dans des écoles et quartiers pour lutter contre le VIH-sida.

Par *Flaure Elysée Tchicaya*
& *Jean Thibaut Ngoyi*

« Avant, on suivait 55 personnes vivant avec le VIH-sida (PVVIH) mais avec des décès et des déplacés, nous suivons maintenant vingt nouveaux cas séropositifs dont quinze femmes et cinq hommes qui bénéficient la prise en charge psychosocial. Actuellement, nous venons de dépister deux femmes enceintes séropositives à l'hôpital 31 juillet d'Owando », a expliqué Gustave Lekaka, président de Provi Santé, une association d'Owando.

Selon Mme Germaine, prestataire et membre de Provi Santé, la femme est la couche la plus touchée. Assurant les permanences hospitalières à l'hôpital 31 Juillet d'Owando, elle raconte : « Je reçois des personnes séropositives. Pendant mes permanences hospitalières, je leur mets en confiance. On

échange et je leur donne des conseils sur la maladie, sur le traitement et comment vivre avec la maladie. En dehors des permanences hospitalières, je fais également des visites à domicile ».

Depuis le début de ses activités à Makoua (décembre 2015) et à Owando (septembre 2015), dans ce département de la Cuvette centrale s'inscrivant dans le cadre du projet « Appui à la réponse communautaire dans l'élimination de la transmission du VIH de la mère à l'enfant », financé par Positive Children Action Fund (PACF), deux associations, notamment Provi Santé (à Owando) et l'Association croix espoir des femmes de Makoua (ACEFM) mènent des activités de sensibilisation sur le VIH-sida dans les quartiers et les écoles. Celles-ci portent sur plusieurs

thématiques dont on peut noter : « La connaissance de base sur le VIH-sida », « L'élimination de la transmission du VIH de la mère à l'enfant », « Comment contracter et éviter la maladie », Quelles sont les réactions du virus dans le corps », etc.

Un travail apprécié

D'après André Ibata, vice-président de l'ACEFM, chargé des permanences hospitalières à l'hôpital de Makoua et au centre de santé intégré Marieli, ils ont déjà organisé six sensibilisations dans des quartiers et cinq dans des écoles, soit 330 personnes mobilisées et ils suivent 25 cas de PVVIH. « À Owando, les gens apprécient notre travail. Ils nous demandent de multiplier ces sensibilisations parce que nombre

d'entre eux ignorent encore la maladie du sida, et 30 personnes par session de sensibilisation, c'est insignifiant pour eux », a rapporté Gustave Lekana, membre de Provi Santé.

Dans des quartiers et écoles, les gens apprécient bien cette démarche de la société civile dans ce département où le taux de séroprévalence est 1,7%. Ils se disent que ce n'est qu'à travers ce genre d'actions que la population peut être éduquée mais aussi susciter un déclic pour amener des gens à se faire dépister volontairement. Comme en témoigne Solange à Owando : « J'ai suivi une sensibilisation sur le VIH-sida. Elle m'a vraiment intéressée. Et au sortir de là, j'ai eu beaucoup d'informations. Cela m'a poussée de connaître ma sérologie mais malheureusement, quand je dé-

cide d'aller faire mon test de dépistage à l'hôpital de base d'Owando, le médecin m'apprend qu'il n'y a pas des réactifs... ». Makoua n'est pas épargné par ses ruptures récurrentes sur les réactifs et antirétroviraux (ARV). À cette difficulté s'ajoutent le manque des fonds pour continuer à faire les sensibilisations et les cas perdus de vue. Ce qu'il faut craindre, c'est que quand il y a rupture des réactifs, des gens ne peuvent plus se faire dépister d'une part et, d'autre part, la rupture des ARV est plus dramatique chez les femmes enceintes ou allaitantes, occasionnant des problèmes de rechute. À en croire, même après ce projet dans ce département de la Cuvette centrale, Mme Germaine se dit qu'elle continuera à travailler, à sensibiliser des gens au VIH-sida.

ÉNERGIE SOLAIRE Le Congo se met à la page !

Depuis quelques années, l'énergie solaire intègre les ménages grâce aux plaques solaires ainsi qu'aux projets Eau pour tous, Awango by Total et Bluecongo du groupe Bolloré.

Par Josiane Mambou Loukoula

Les toutes premières utilisations des systèmes du rayonnement solaire au Congo datent de l'époque coloniale dans le domaine agricole à travers l'usage des serres dans les fermes agricoles privées. La première tentative d'utilisation de l'énergie solaire proprement dite date de 1975 au pont de la rivière Djiri, sur la nationale 2. Vers les années 80, l'Office national des postes et télécommunications (ONPT), dans ses programmes de développement des faisceaux hertziens, a prescrit l'usage de l'énergie solaire pour secourir l'alimentation électrique de certaines stations relais, notamment

celle de Yamba dans la Bouenza. Actuellement, plusieurs citoyens alimentent électriquement leurs ménages, aussi bien en ville que dans les zones rurales, grâce à l'énergie solaire. De plus en plus de Congolais prennent cette option pour pallier le manque du réseau électrique ou les problèmes de délestage récurrent dans les grandes agglomérations. Selon Jean-Pierre Okouo, expert en Énergie solaire: «L'énergie solaire est indispensable pour maintenir sur terre les conditions lumineuses nécessaires à la vie dans toute sa dimension».

Grâce au programme social du gouvernement «Eau pour tous», les plaques solaires sont large-



Une vue des bombonnes du projet «Eau pour Tous» (DR)

ment utilisées pour l'alimentation électrique des pompes des forages domestiques dans plusieurs villages. Aujourd'hui, il est question d'initier toutes les couches sociales de la population congolaise à s'approprier les différentes applications de cette énergie dans leur vie quo-

tidienne. Pour ce faire, un collectif des cadres connaisseurs et volontaires s'est engagé à créer un bureau d'actions énergie solaire. Cette structure a pour principal

à l'étude. À ce jour, plus de 15 000 lampes Awango by Total ont été vendues au Congo : 45 % de modèles S20 et 55 % de modèles S30. Grâce à cette offre basée sur une

Grâce au programme social du gouvernement «Eau pour tous», les plaques solaires sont largement utilisées pour l'alimentation électrique des pompes des forages domestiques dans plusieurs villages. Aujourd'hui, il est question d'initier toutes les couches sociales de la population congolaise à s'approprier les différentes applications de cette énergie dans leur vie quotidienne. Pour ce faire, un collectif des cadres connaisseurs et volontaires s'est engagé à créer un bureau d'actions énergie solaire.

objectif la promotion, la vulgarisation et l'utilisation de l'énergie.

« Engagé pour une meilleure énergie »

Actuellement, Total affirme sa volonté de rendre l'énergie accessible à tous au Congo en commercialisant la marque «Awango by Total». L'accès à l'énergie représente une véritable problématique pour les populations à faible revenu qui sont souvent obligées d'avoir recours à des solutions onéreuses et peu efficaces. Dans les pays où l'éclairage moderne reste un privilège, les lampes solaires Awango by Total permettent aux foyers de disposer d'une source d'énergie propre et durable, fournissant de la lumière, mais aussi la possibilité de recharger les petits appareils électriques, tels que les téléphones portables.

Pour qu'un maximum de foyers puisse bénéficier de ces solutions solaires photovoltaïques d'éclairage, Total Congo met à disposition ces équipements innovants, via son réseau de 41 stations-service réparties sur tout le territoire national. L'accessibilité des lampes et des kits s'étend alors jusqu'aux zones rurales, de Zanaga à Etoumbi. D'autres circuits de distribution par le biais de réseaux alternatifs sont

énergie d'avenir, avoir un foyer éclairé dans une zone isolée ou défavorisée n'est plus un privilège mais un confort accessible à tous.

« Bluecongo », une marque imprégnée...

Dans le but de réduire la fracture énergétique tout en préservant l'environnement, le Groupe Bolloré en partenariat avec l'État du Qatar ont lancé Bluecongo, une joint-venture dont la vocation est le développement d'infrastructures de transport électriques et de systèmes de production d'énergie propre au Congo Brazzaville.

Ce projet ambitieux a mis sur le réseau routier des véhicules électriques de dernière génération qui se rechargent à l'énergie solaire. Son système de production, de stockage et de distribution de l'énergie solaire permet un accès facile à l'énergie dans des zones où les réseaux sont défaillants ou inexistantes. Les investissements de Bluecongo permettront de déployer rapidement des solutions innovantes de transport et de production d'énergie propre. Ces solutions sont destinées à contribuer au bien-être des populations et à générer de la croissance tout en assurant au pays la préservation de son environnement exceptionnel.



Les véhicules «Bluecongo» en service lors des 11es Jeux africains 2015



Les lampes Awango by Total (DR)

Rubrique proposée par Destination Santé



Pied diabétique, ayez l'œil

Les complications du diabète ne sont pas à prendre à la légère. Celles qui touchent les pieds sont liées à une baisse de sensibilité empêchant la perception des petites blessures. Ces dernières peuvent passer inaperçues. Une plaie peut tarder à guérir, ouvrant la porte aux infections. Le risque d'amputation est alors réel.

D'une manière générale, le diabète provoque des atteintes des artères, des vaisseaux sanguins mais aussi des nerfs. Cette neuropathie diabétique est une grave (et fréquente) complication de la maladie.

Le pied « neuropathique » est à haut risque d'ulcération. En effet, du fait de la perte de sensibilité, les microtraumatismes bénins sont ignorés par le patient qu'il s'agisse d'un frottement du pied dans une chaussure mal adaptée, de mycoses, de brûlures,

d'engelures... Ces blessures à la cicatrisation difficile vont alors s'amplifier voire s'infecter.

Ainsi, chaque année en France, près de 10 000 amputations sont imputables aux complications du diabète. Pourtant, la fatalité n'est pas de mise. En effet, un grand nombre de ces actes pourrait être évité par plus de prévention, un diagnostic précoce et des soins appropriés. Si vous êtes concerné, soyez attentif à la moindre lésion ou la plus petite infection :

Lavez-vous chaque jour les pieds et les orteils et, surtout, séchez-les

soigneusement pour éviter les mycoses ; examinez quotidiennement la plante de vos pieds, les interstices entre les orteils ainsi que les ongles ; Évitez de vous couper les ongles trop court ; optez pour des chaussures adaptées et confortables ; préférez des chaussettes en fibres naturelles, sans coutures intérieures ; ne portez pas de chaussures sans chaussettes ; ne marchez jamais pieds nus.

Au moins une fois par an, montrez vos pieds à votre généraliste ou à un podologue.

INCONTINENCE URINAIRE

Le mal du sportif ?

Sollicitant les muscles de l'ensemble de l'organisme, l'activité physique met aussi à rude épreuve... les sphincters. Ainsi, une discipline pratiquée régulièrement et intensément peut provoquer une incontinence urinaire. Un trouble désagréable constituant un frein à la pratique du sport. Comment y remédier ?

Selon la Haute autorité de Santé (HAS), la pratique intensive d'un exercice physique constitue un facteur de risque à part entière d'incontinence urinaire. Et tout s'explique. Cette incapacité à se retenir provient d'un « phénomène d'hyperpression intrabdominale et à un dépassement des capacités sphinctériennes ».

Bien choisir son sport

Certains sports augmentent le risque d'incontinence urinaire. Chez la femme par exemple, le saut sollicite la survenue de ce trouble. « Les exercices physiques occasionnant des sauts répétés ajoutent une pression abdominale pouvant être multipliée par dix. Cette mécanique d'hyperpression intra-abdominale influe, à terme, sur la statique pelvienne et finit par produire un dé-

sequilibre entre une sangle abdominale trop puissante et un plancher périnéal insuffisamment musclé », peut-on lire sur le site urofrance.org. Tous sexes confondus, les sportifs adeptes de gymnastique, d'athlétisme ou d'arts martiaux s'exposent à un risque élevé d'incontinence urinaire. Les sports les moins à risque sont le tennis, l'équitation, la natation ou encore le roller et la marche.

Quelles solutions ?

Chez tout sportif, le médecin généraliste est le premier professionnel à informer. Chez les athlètes de haut niveau, le dépistage et le suivi thérapeutique sont souvent mis en place par un médecin du sport. Le gynécologue et l'andrologue sont aussi des spécialistes en mesure de vous proposer une prise en charge.

Mais la prévention a toute sa place pour limiter l'aggravation des symptômes. Pour éviter la survenue de fuites urinaires, mieux vaut limiter les kilos en trop et avoir une bonne tonicité musculaire et périnéale. En effet, « lors de la course à pied et du saut, la pression verticale de pesanteur s'exerce d'autant moins sur le périnée que les parois ont une bonne musculature, tant abdominale que pelvienne ». Côté thérapeutique, des solutions simples, efficaces, peu invasives et adaptées au degré de l'incontinence existent. En stimulant la contraction et le relâchement, la rééducation du périnée favorise un meilleur contrôle. Pendant cette rééducation, il est possible d'utiliser des protections urinaires afin de continuer à pratiquer le sport sans grande appréhension.

Choc toxique lié aux règles : une bactérie incriminée



Le Syndrome du choc toxique (SCT) lié aux règles est une maladie infectieuse survenant chez les femmes, généralement jeunes. Le port d'une protection périodique vaginale favorise la prolifération d'une souche de staphylocoque doré qui libère la toxine responsable du SCT. Pour étudier de plus près ce phénomène en augmentation, le Pr Gérard Lina du centre national de référence des Staphylocoques des Hospices Civils de Lyon, collecte des tampons usagés.

Contrairement à une idée reçue, la toxine à l'origine du choc toxique ne provient pas du tampon lui-même mais d'un staphylocoque doré. C'est une souche de cette bactérie, naturellement présente chez certains individus, qui libère la toxine lorsqu'elle est en nombre suffisamment important. Le port de protections périodiques intra-vaginales (tampons, coupe menstruelles ou éponges) est le déclencheur de ce phénomène rare mais grave. Et en augmentation depuis les années 2000. « Du fait de l'utilisation de tout type de protection vaginale, le sang bloqué au niveau du vagin est en contact avec le staphylocoque », explique le Pr Lina. « Plus on laisse la bactérie en contact avec le flux menstruel qui lui sert de milieu de culture, plus elle se multiplie. » Suffisamment développée, elle produit la toxine, qui elle-même peut passer dans le sang à partir du vagin. C'est à ce moment-là que la patiente développe la maladie.

Une urgence vitale

Les premiers signes d'alerte sont une fièvre soudaine, des nausées et des vomissements, une diarrhée, une éruption ressemblant à un coup de soleil, des maux de tête. Lesquels empirent si la patiente conserve le mode de protection. Si vous ressentez ces symptômes, retirez votre tampon ou votre coupe menstruelle et consultez immédiatement un médecin ou contactez les urgences. Il s'agit d'une urgence vitale car cette maladie aiguë peut être grave, dans les cas extrêmes, conduire au décès.

« On estime à 1 sur 200 le nombre de femmes susceptibles de développer ce choc en France », indique Gérard Lina. Or « heureusement, l'incidence est bien inférieure », précise-t-il. Et la mortalité est estimée à environ 1%.

Des anticorps naturellement protecteurs ?

« Tout d'abord, le staphylocoque faisant partie de la flore normale, les individus porteurs développent des anticorps protecteurs. » Sauf que « 10% de la population n'en produit pas, sans que l'on sache pourquoi ». Les personnes à risque sont donc celles « porteuses de la bactérie mais qui n'ont pas d'anticorps », analyse-t-il. La plupart étant par ailleurs des adolescentes ou des jeunes adultes. « L'âge a son importance puisque la probabilité d'avoir été porteuse de la bactérie et donc d'avoir des anticorps augmente avec le temps. »

Autre explication : le rôle de la flore vaginale. « Certaines bactéries pourraient apaiser la virulence du staphylocoque ou être capables au contraire l'exacerber », note-t-il. Mais « nous n'en savons pas plus pour le moment. » Voilà pourquoi le Pr Lina et son équipe mènent plusieurs travaux sur le sujet. Ils collectent notamment des tampons usagers, afin de disposer de suffisamment d'échantillons bactériens pour comprendre l'augmentation du SCT.

CAN 2017

Le menu est enfin connu

La CAF a procédé mercredi au tirage au sort des quatre groupes de la Coupe des nations 2017, qui aura lieu au Gabon du 14 janvier au 5 février. Analyse des forces en place.

Par Camille Delourme

Groupe A, (Stade de l'Amitié, Libreville) : Gabon, Burkina Faso, Cameroun, Guinée Bissau, le pays hôte, aura fort à faire avec les Étalons du Burkina Faso, habitués de la compétition et finalistes en 2013 et la Guinée Bissau, qualifiée surprise de la CAN 2017 au détriment du Congo et de la Zambie. Pour les Panthères du Gabon, qui peuvent s'appuyer sur le meilleur joueur africain du moment, Pierre-Emerick Aubameyang, le danger numéro 1 demeure toutefois le Cameroun : les Lions Indomptables, qui n'ont concédé qu'une défaite en 8 matchs en 2016 (toutes compétitions confondues, Chan exclu), sont sur une bonne dynamique depuis la nomination du Belge Hugo Broos en février. Et seront donc favoris de ce groupe.

Groupe B (au stade de Franceville) : Algérie, Tunisie, S

énégal, Zimbabwe

Le groupe de la Mort de cette CAN. À la recherche d'un sélectionneur après le départ du Serbe Rajevac, quelques mois après celui de Gourcuff, les Fennecs d'Algérie se paient une nouvelle crise. Sur le papier, l'effectif algérien est alléchant (Feghouli, Mahrez, Brahimi...), mais semble difficile à gérer avec des cadres que l'on dit parfois capricieux.

À l'inverse, le Sénégal d'Aliou Cissé (six victoires lors des éliminatoires) est dans une superbe dynamique. L'ancien milieu du PSG a su régénérer le groupe avec l'arrivée de jeunes prometteurs, comme le jeune Baldé Keita (Lazio Rome) tout en s'appuyant sur quelques joueurs de très haut niveau (Sadio Mané, Cheikh Kouyaté).

Si la Tunisie a terminé première d'un groupe abordable (devant le Togo, le Liberia et Djibouti),

il reste difficile de jauger avec précision le niveau des Aigles de Carthage.

Leur victoire contre le Syli national de Guinée, lors de la 1re journée des éliminatoires du Mondial 2017, inscrit les Aigles dans une dynamique positive. Quoiqu'il en soit, le choc entre l'Algérie et la Tunisie s'annonce d'ores et déjà passionnant.

Groupe C (au stade d'Oyem)

: Côte d'Ivoire, RDC, Maroc, Togo. Là encore, l'on pourrait parler de groupe de la mort avec le champion en titre ivoirien, les Léopards de la RDC, les Lions de l'Atlas et le « petit poucet » togolais. Sacré en 2015, la Côte d'Ivoire a depuis entrepris une métamorphose sous les ordres de Michel Dussuyer. Sous les ordres du technicien français, une nouvelle génération a pris le pouvoir : les Bailly, Seri et Kodjia représentent l'avenir

des Éléphants. Seuls les anciens Salomon Kalou et Gervinho restent pour cornaquer la jeune classe.

Depuis l'arrivée de Florent Ibengé, la RDC revient au plus haut niveau. Après s'être appuyée sur les effectifs de Vita Club et du TP Mazembe, auxquels s'ajoutaient les habitués de la diaspora, la sélection congolaise attire les binationaux de haut niveau comme José-Paul Mpoku, Cédric Bakambu et Tisserand. À défaut d'être un favori absolu, le demi-finaliste de l'édition 2015 est un outsider en puissance.

Entraîné par un double champion d'Afrique (le Français Hervé Renard), le Maroc court après une victoire finale depuis quarante ans (1976) et n'a plus été en finale depuis l'édition 2004.

Avec des Benatia, Dirar, Obbadi, El Arabi, Boussoufa ou Boufal, les Lions de l'Atlas ont des ar-

guments. Suffisants pour aller jusqu'au bout ? Pas certain...

Le Togo de Claude Le Roy n'aura rien à perdre dans ce groupe. Déjà éliminés par la plupart des observateurs, les Éperviers se sont qualifiés par un trou de souris. Porté par un Adebayor au chômage, les Togolais ont grandement intérêt à ce que l'ancien Monégasque trouve rapidement un club pour être en forme dans trois mois.

Groupe D, (au stade de Port-Gentil) : Ghana, Mali, Égypte, Ouganda

La copie presque confirme le groupe éliminatoire du Mondial 2018 dans lequel est placé le Congo. Malheureusement, les seuls absents sont les Diables rouges... remplacés par le Mali. Ghana et Égypte seront encore les favoris, mais les Cranes ou les Aigles feront tout pour bouleverser la hiérarchie.

Programme footballistique des 22, 23 et 24 octobre

Retrouvez le calendrier des footballeurs congolais de la diaspora en Europe.

Par C.D.

Albanie, 1^{re} division, 8^e journée
Luftëtari Gjirokastrë FK Tirana (Moïse Nkounkou et Merveil Ndockyt), dimanche à 13h

Allemagne, 4^e division, 11^e journée
Berliner AK 07 (Francky Sembolo) VS Herta Berlin B, dimanche à 13h30

Angleterre, 2^e division, 14^e journée
Wolverhampton (Prince Oniangue) VS Leeds United, samedi à 16h

Angleterre, 4^e division, 14^e journée
Portsmouth (Amine Linganzi) VS Notts County, samedi à 16h

Angola, 1^{re} division, 28^e journée
Sagrada Esperança VS Recreativo Libolo (Julssy Boukama Kaya), dimanche à 16h30
Porcelana VS Recreativo da Caala (Hursel Ossiki), dimanche à 16h30

Belgique, 1^{re} division, 11^e journée
Westerlo (Sylver Ganvoula) VS Charleroi (Francis N'Ganga), sa-

medi à 20h30
Zulte-Waregem (Marvin Baudry) VS Lokeren, samedi à 18h
Genk VS Saint-Trond (Kévin Koubemba), dimanche à 18h

Belgique, 2^e division, 12^e journée
OHLouvain (Yannick Loemba) VS Cercle Bruges, samedi à 20h
Union-Saint-Gilloise (Jordan Massengo) VS Roulers (Maël Lépicier), lundi à 20h30

Bulgarie, 1^{re} division, 11^e journée
Ludogorets VS Lokomotiv Gorna (Rahavi Kifoueti), samedi à 19h

Chypre, 1^{re} division, 8^e journée
Aris Limassol (Donneil Moukanza) VS AEL Limasso, dimanche à 18h

Espagne, 1^{re} division, 9^e journée
FC Séville (Steven N'Zonzi) VS Atletico Madrid, dimanche à 16h15

Finlande, 1^{re} division, 32^e et dernière
KuPS VS PS Kemi (David Bitsindou), dimanche à 14h

France, 1^{re} division, 10^e journée
Lyon (Alan Dzabana) VS Guingamp, samedi à 17h
Bordeaux VS Nancy (Yann Mabella, Tobias Badila et Faitout Maouassa), samedi à 20h
Lille VS Bastia (Thievy Bifouma), samedi à 20h

Dijon (Dylan Bahamboula et Arnold Bouka Moutou) VS Lorient (Bradley Mazikou), samedi à 20h
Nantes (Jules Iloki) VS Rennes, samedi à 20h
Angers (Fodé Doré) VS Toulouse, samedi à 20h
Caen (Durel Avounoua) VS Saint-Etienne, dimanche à 15h
PSG (Jonathan Ikoné Nanitamou) VS Marseille (Brice Samba Junior), dimanche à 21h

France, 2^e division, 12^e journée
Amiens (Tanguy Ndombélé) VS Red Star, lundi à 20h30

Géorgie, 1^{re} division, 9^e journée
Dila Gori (Romaric Etou) VS Dinamo Batumi, samedi à 13h

Grèce, 1^{re} division, 8^e journée
Giannina (Christopher Maboulou) VS AE Larisa, dimanche à 19h30
Veria VS Panathinaïkos (Christopher Samba), lundi à 18h30

Italie, 1^{re} division, 9^e journée
Atalanta VS Inter Milan (Senna Miangué), dimanche à 15h

Italie, 2^e division, 9^e journée
Hellas Vérone VS Pro Vercelli (Dominique Malonga), samedi à 15h

Maroc, 1^{re} division, 6^e journée
KAC Kenitra (Varel Rozan) VS Kawkab Marrakech, samedi à 16h
Kasba Tadla VS FUS Rabat (Saira Issambet), samedi à 16h
FAR Rabat VS WAC (Fabrice Ondama), dimanche à 15h30
Difaâ El Jadida VS OC Khouribga (Kader Bidimbou), dimanche à 20h15

République tchèque, 1^{re} division, 11^e journée
Mlada Boleslav VS Zbrojovka Brno (Franci Litsingi), samedi à 17h

Roumanie, 1^{re} division, 13^e journée
Gaz Metan Medias (Bernard Itoua) VS CSU Craiova, samedi à 17h

Roumanie, 2^e division, 13^e division
Metalul Resita (Sendo Kololo) VS Dacia Mioveni, samedi à 10h

Russie, 1^{re} division, 11^e journée
Lokomotiv Moscou (Delvin Ndinga) VS CSKA Moscou, dimanche à 15h30

Slovaquie, 1^{re} division, 13^e journée
Spartak Travná VS DAC Dunajská Streda (Yves Pambou), dimanche à 17h30

Suisse, 2^e division, 12^e journée
Wil (Igor Nganga) VS Winterthur, dimanche à 15h

Suisse, 4^e division, 10^e journée
Fribourg VS Yverdon (Mat Moussilou), samedi à 17h

Tunisie, 1^{re} division, 5^e journée
Étoile du Sahel VS CA Bizertin (Viny Ibara), samedi à 15h30

Turquie, 1^{re} division, 7^e journée
Osmanlıspor (Dzon Delarge) VS Kasimpasa, dimanche à 15h
Turquie, 2^e division, 8^e journée
Yeni Malatyaspor VS Manisaspor (Chris Bakaki), vendredi à 16h30

Ukraine, 12^e journée, 1^{re} division
Olimpik Donetsk (Emmerson Illoy-Ayyet) VS Zorya Loubansk, dimanche à 16h.

Plaisirs de la table

Riches en protéines, les graines de chia contiennent en plus les huit acides aminés essentiels à l'organisme humain. Elles sont particulièrement intéressantes pour les végétariens et les diabétiques.

Les graines de chia apportent également une forte absorption d'oméga 3 du type ALA, des acides gras essentiels et malheureusement pas présents dans l'alimentation végétale. Conséquences directes chez l'être humain, ces éléments permettent d'entretenir une bonne santé de notre système cardio-vasculaires.

Chez les sujets diabétiques, ces bons acides gras aident à stabiliser le taux de glycémie. Des récentes études ont par ailleurs permis d'observer que la consommation d'au moins 37 gr par jour (près de six cuillères à soupe) de l'épice venue d'Amérique latine, diminuait de 32 % la tension artérielle.

Toutefois, si les graines viennent de refaire surface sur la scène internationale, il faut tout de même être prudent sur la super notoriété dont elle fait l'objet. Sur cet aspect, les spécialistes expliquent qu'il faudrait rester réaliste sur la quantité à consommer régulièrement. Par exemple, on arrivera jamais à prendre quotidiennement plus

de cent graines bien que certains taux présentés dans des revues scientifiques poussent à croire, la quantité de chia (qu'exprimés en gramme le plus souvent) est facile à associer à chaque repas.

D'autres mises en garde viennent de la part des Européens qui démontrent que la graine de chia possède un potentiel allergène pas encore clairement déterminé. Il est donc recommandé chez les personnes souffrant d'allergies diverses de rester très prudentes.

Le chia en cuisine

Grâce à son goût peu prononcé, le chia s'invite bien dans les plats sucrés et salés. Ainsi, les consom-

LES PROPRIÉTÉS NUTRITIONNELLES DU CHIA



mateurs qui l'ont déjà adopté utilisent le chia comme un super aliment présent dans toutes les compositions de recettes.

Dans les salades, le chia moulu est saupoudré de manière à bénéficier pleinement de ses qualités nutritionnelles.

Le chia est aussi bien employé dans les boissons telles que les jus ou les smoothies, les céréales ou les yaourts.

D'autres consommateurs associent bien volontiers le chia dans les gâteaux et dans la fabrication de pain à cause de l'effet liant comme celui de l'œuf que possède notre petite graine.

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

Samuelle Alba

Recette

INGRÉDIENTS POUR 6 À 8 PERSONNES

(Tout dépend si vous la dégustez en entrée ou en plat principal)

- 1 cuisse de dinde
- Sel, poivre
- 280g de chair à saucisse (veau haché et lard frais)
- 1 œuf
- Persil, ail, échalote
- ½ bol de mie de pain sec
- Lait
- Lard fumé en tranches fines (7 à 8)
- Une tasse de champignons noirs et morilles sèches réhydratés
- Une c à s d'huile de truffe

PRÉPARATION DE LA RECETTE

Commencer par désosser la cuisse de dinde. Ensuite, faites tremper du pain sec dans du lait pour le ramollir puis l'égoutter en pressant fortement.

Enfin, hacher l'ail, l'échalote et le persil et ajouter à la chair, le pain trempé et l'œuf, les champignons émincés réhydratés.

Ajouter l'huile de truffes

Mélanger.

Bonne dégustation!

CUISSE DE DINDE EN BALLOTTINE



S.A

COULEURS DE CHEZ NOUS

Perdre un proche à Brazzaville, voire au Congo, est une double épreuve. D'abord pour l'émotion et la charge que ce malheur entraîne. Ensuite, parce qu'il faut supporter tous ceux qui affluent.

Par Van Francis Ntaloubi

Double épreuve !

Quand le malheur nous frappe, nous attendons de la part des amis et connaissances un élan de solidarité, une assistance physique et morale, parfois même un apport financier afin de faire face aux charges des obsèques. Ainsi allaient les choses. Ainsi était définie la solidarité africaine dans sa version congolaise. Autres temps, autres mœurs. Aujourd'hui, les choses sont inversées. Inversées ? Non. Jugez-en !

Michel vient de perdre sa mère. Passé le moment des émotions et des « accolades » de réconfort avec des amis, le voici, deux jours plus tard, conduit dans un autre lieu à côté, appelé VIP dans le langage congolais. Entendez : un débit de boissons où l'on s'assoit dans des fauteuils, avec une musique au goût des clients et dans une atmosphère quelque peu feutrée. Parfois

même dans un bar ou une buvette, pour dire simplement.

À Brazzaville, ces lieux cités écument le long des rues et chaussées. Pourquoi pas au sein même des habitations ? Bref ! Les bouteilles atterrissent sans discontinuer sur la table de Michel et ses amis. Larguées on ne sait par qui. Impuissant, Michel laisse le jeu se faire... Un jeu qui dure autant que dure la veillée. Et comme à Brazzaville, une veillée doit aller au-delà d'une semaine, de crainte de s'exposer aux sarcasmes des voisins qui vous accuseront d'avoir vite évacué la dépouille faute de moyens, imaginer le calvaire de Michel. Qui paye l'addition dans ce cas ?

La personne éprouvée bien entendu. La même qui doit tourner sa cervelle pour réunir 25 mille, cinquante mille ou 100 mille qu'on lui exige comme contribution dans la famille pour les obsèques. Double

épreuve !

Et comme si cela ne suffisait pas, ses petits-frères et sœurs, tels des libellules, s'agitent autour de leur Michel, seul élu de la famille, dans l'espoir affiché de lui arracher un casier de bière et aller gérer leur communauté d'amis et connaissances qui les ont suivis.

Le jour de l'inhumation, chargé de douleur par ces dernières images insoutenables de sa mère inerte dans le cercueil ou dans le caveau, Michel doit puiser dans sa réserve d'énergie, et de finances surtout, pour distribuer à boire à des gens indifférents à son sort.

Pour tout dire : Michel, ici, n'est qu'un exemple pour illustrer ce nouveau comportement social au Congo. Et dire que personne ne milite pour arrêter ce festival qui se célèbre sur le malheur et la douleur des autres./-

Horoscope du 22 au 28 octobre 2016



Bélier
(21 mars-20 avril)

Vous avancez à grande vitesse dans tous les domaines, on vous reconnaît cette vivacité qui pourra même vous emmener plus loin qu'imaginé. Pensez à aménager votre temps de manière intelligente. Vos amis vous entourent au mieux, la complicité est au rendez-vous.



Lion
(23 juillet-23 août)

Les lions nostalgiques retrouveront des pics d'adrénaline et votre vie reprendra de sa saveur. Posez-vous les questions qu'il faut pour analyser puis faire fuir cet ennui qui vous tourne autour. Soyez dans l'action, balayez la passivité dès que possible.



Capricorne
(22 décembre-20 janvier)

Vif d'esprit et énergique, vous êtes prêts à tous les combats pour arriver à vos fins. Restez combattant et conquérant mais n'oubliez pas vos engagements moraux, vous pourriez trop facilement tomber dans l'excès. L'amour vous va bien.



Taureau
(21 avril-21 mai)

C'est le grand saut ! Certains Taureaux sont sur le point de passer un cap des plus importants pour leur vie personnelle et professionnelle. Si un voyage approche, ne négligez aucun détail, quitte à vérifier deux fois plutôt qu'une votre valise.



Vierge
(24 août-23 septembre)

On vous reconnaît une forme olympique et un grand dynamisme. En équipe, on attendra de vous de prendre des décisions importantes. Si cette responsabilité de leader vous paraît trop importante, confiez-vous à vos pairs ou demandez conseil à des personnes d'expérience.



Verseau
(21 janvier-18 février)

Vous gagnez en apaisement et en altruisme. Enfin, il vous aura fallu du temps pour vous rendre compte que l'amitié ne tient parfois qu'à un fil. Faites un bon coup de ménage dans votre vie professionnelle puis organisez les mois à venir, tout sera plus fluide.



Gémeaux
(22 mai-21 juin)

Les Gémeaux dernièrement sur la route ont accumulé les expériences nécessaires pour ouvrir un nouveau chapitre. L'esprit clair et les idées qu'il faut en tête, vous donnez le meilleur de vous-même pour vous montrer convaincant, avec raison car de grandes choses vont se jouer pour vous.



Balance
(23 septembre-22 octobre)

Vous devrez faire preuve de prudence et de discernement face à des situations aux conséquences importantes. Prenez le temps de réfléchir avant de vous jeter à l'eau tout en gardant pour vous au maximum vos projets d'avenir. Attention aux voleurs d'idées !



Poissons
(19 février-20 mars)

Vous voilà ressource et prêt à en découdre avec vos petits tracas. Tout vous semblera d'un coup beaucoup plus simple et limpide, cette lucidité vous conduira à réaliser de grands projets. Attention aux dépenses inutiles, pensez le pour et le contre avant de vous engager financièrement.



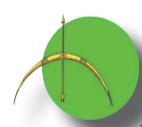
Cancer
(22 juin-22 juillet)

Vous privilégiez votre confort plus que tout, pourquoi pas. Mais attention à ne pas sombrer dans la futilité et le matérialisme, il serait dommage pour vous de créer des addictions quelconques. Ne lésinez pas sur l'activité physique et aérez-vous tant que possible.



Scorpion
(23 octobre-21 novembre)

Vous ferez preuve d'une énergie stimulante, porteuse de beaux projets. Les idées fusent et vous vous sentirez l'âme d'un leader. Tous ces éléments rassemblés vous rendent plus fort et inspirent aux autres une certaine adhésion. Comptez sur votre entourage.



Sagittaire
(22 novembre-20 décembre)

La mauvaise humeur sera votre grande amie en ce début de semaine. Un conseil : débarrassez-vous-en au plus vite car vous jouerez avec les nerfs de votre entourage proche, particulièrement dans le domaine professionnel. Ne vous étonnez pas si on vous évite...



PHARMACIES DE GARDE DU DIMANCHE 23 OCTOBRE 2016 - BRAZZAVILLE -



MAKELEKELE

-Bienvenu
-Olivier
-L-Nouthé
-Jumelle 2

BACONGO

-Bonick
-Matsoua
-Shaloom (maison d'arrêt)

POTO-POTO

-Brant Gynes (Gare P.V.)
-Duo
-FII (Ront point Poto-Poto)
-Foch
-Joseph

MOUNGALI

-Nouvelle (ex Moukondo)
-Pharmapolis
-Plateau des 15 ans
-Reconfort
-Metta
-Bass
-Lenal'O

OUENZE

-Île de Beauté
-Grâce
-Jane Viale
-Saint Goma de Baz
-Texaco

TALANGAI

-Mikalou
-M'Pila
-Pierre Jacques
-Rosa

MFILOU

Mfilou
-Florale
-Teven