

**Programme  
du 27 avril  
2018**

Lire page 8



Filière Coton :  
**Le Togo a  
accueilli la  
11ème réunion  
bilan du  
PR-PICA** P6

Apothéose « Graines du Togo » :  
**Faure Gnassingbé  
assiste à la  
cérémonie** P9



# LIBÉRAL

*Bihebdomadaire Togolais d'Information, d'Analyse et d'Opinion*

N° 0351 du Lundi 23 Avril 2018 - 250 F CFA / Etranger 1€

**Editorial**

## Par ici les marches...

Il paraît qu'ils n'ont plus rien d'autres à faire à part marcher. Il semble aussi que c'est leur arme unique. La leur retirer s'apparente à un désarmement même si l'efficacité et la capacité de nuisance de la prétendue bombe atomique reste à prouver. Après quelques velléités de manifestations de rue vite étouffées la semaine dernière, la coalition des 14 partis revient à la charge cette semaine. Elle compte organiser des manifestations de rue qui devraient déboucher sur des meetings.

Pour une fois encore, la coalition engagée dans le dialogue pour l'instant suspendu ira contre sa parole donnée à savoir, renoncer aux manifestations pendant la période de dialogue. Le dialogue n'est pas terminé mais la coalition se trouve dans l'impossibilité de respecter ses engagements. Qu'à cela ne tienne, au lieu d'une interdiction sèche comme la dernière fois, le gouvernement autorise cette marche qu'il compte bien canaliser. Les marches oui mais sur un itinéraire bien défini.

Merci pour la liberté de manifester qui ne doit pas mettre en difficulté celle des autres. Commerçants, usagers de la route ont enduré ont payé le lourd tribut et ne compte plus voir leurs activités et affaires périlcliter au nom des marches. Pour couper court le gouvernement a trouvé le juste milieu que chacun vaque à ses occupations en toute liberté y compris les marcheurs qui auront leur itinéraire. Les marches oui mais par ici...

*Le Directeur de Publication*

## Crise dans l'éducation :



# Des murmures autour de l'accord salvateur

 P.3

# Qui veut noyer la CSET ?

## Transport routier :

# Réformes et innovations pour assainir le secteur



P7

## MICRO à l'envers

*Depuis la semaine passée, le gouvernement a signé un Protocole d'accord avec les responsables des syndicats de l'éducation, quelles sont vos impressions ? Pensez-vous que c'est une issue définitive ?*

**BLIVI GABRIEL (DIRECTEUR DE PUBLICATION DU SITE D'INFORMATION NOUVELLEAFRIQUE.INFO)**



Après moult grèves dans le secteur de l'éducation avec comme chef d'orchestre, la Coordination des Syndicats de l'Education du Togo (CSET), un protocole d'accord vient d'être signé entre le gouvernement et les syndicalistes. Au delà d'un ouf de soulagement que chacun pourra pousser, le sujet suscite pour nous, deux interrogations. Primo, pourquoi avoir attendu, en ce qui concerne le gouvernement, tout ce temps, avant d'en arriver là ? Et c'est une question qui vaut son

pesant d'or, Si l'on ressasse autant que faire se peut, les corollaires issues de ces mouvements intempestifs de débrayage ( les activités scolaires en dents de scie, les élèves psychologiquement affaiblis, l'année scolaire plus longue que prévue, pour ne citer que celles-là). Secundo, l'on se demande si le gouvernement togolais, champion en dilatoire, avouons-le, aura cette fois-ci la volonté d'honorer à ses engagements ? C'est une bonne nouvelle si ce protocole d'accord devrait une solution définitive à cette crise qui mine le secteur de l'éducation depuis plusieurs années.

### PATRICIA OURO, JOURNALISTE FREELANCE

Nous avons tous accueilli la nouvelle avec beaucoup de joie et de réserve aussi, il faudrait que les parties signataires de cet accord aient une volonté commune qui de sortir ou de trouver une solution idoine et durable à cette crise. En tout cas pour nous, rien ne sert de signer des engagements et de les ignorer ou de les appliquer à minima, puisqu'à tous égards, cette posture sert à juste déplacer le problème et non à le résoudre, car de toute évidence, si l'on arrive aujourd'hui à un accord, c'est que quelque part, les autorités ont jugé, légitimes les revendications des enseignants.

Par ailleurs, on constate déjà que, cette signature d'accord ne trouve pas l'assentiment de beaucoup d'enseignants à la base et qui continuent de maugréer. Conséquence, les responsables de la CSET, auront fort à faire pour convaincre les leurs, et seule une bonne foi du gouvernement pourra donner du crédit à Atchou Atcha et ceux qui sont au-devant de cette lutte syndicale.■



## Pharmacie de garde à Lomé Semaine du 23/04/2018 au 30/04/2018

BOULEVARD	Bd. Du 13 Janv. Doulassamé	22 21 65 49
CENTRE	46, Rue de la Gare (face SGGG)	22 21 83 30
KPEHENO	Boulevard HOUPHOUET - BOIGNY	22 21 32 24
CHATEAU D'EAU	Près Château d'eau de BE	22 21 57 51
CRISTAL	Boulevard Houphet Boigny	22 20 90 91
ESPERANCE	Av F.J. STRAUSS, Face Ecole Française Nyékonakpoè (Rue Adjololo)	22 21 01 28
Ste MARIE	Face Super Marché Tokoin-RAMCO	22 21 85 58
LUMEN	Route de Kpalimé près Togo boisson Cassablanca	23 38 68 36
ROBERTSON	Après la Lagune de Nyékonakpoè (TOGBATO)	23 20 61 11
N.D. DE LA TRINITE	Sise au 20 boulevard de la paix à Super Taco	22 21 27 80
GBEZE	Boulevard Jean Paul II	22 26 32 61
UNIVERS - SANTE	Boulevard GNASSINGBE Eyadema, Cité OUA face à l'entrée du CHU-CAMPUS	22 52 41 39
AEROPORT	Rte de l'Aéroport SITO	22 26 21 22
RAOUDHA	Située au 4495 Boulevard Zio Hedzranawoe, derrière TOGO 2000	22 61 39 39
MISERICORDE	BE-KPOTA	23 38 47 62
LE PROGRES	Sur le tronçon CIMTOGO-Gendarmerie d'Ahadj kpota non loin du marché de Zorro-bar	22 35 86 55
ADIDOGOME	Face au camp 2ème RI d'Adidogomé	22 50 54 85
SILOE	Carrefour Afiao Apédokoe Atigangomé	22 33 82 87
MAGNIFICAT	Afiao Sagbado Yokoe, Rue de la Pampa à 100 m du Palais Royal de Yokoe	22 56 43 20
ACTUELLE	Route de Ségbé, Quartier Sagbado - Adidogomé	22 51 11 72
BETANIA	Rue Sito, Totsi-Glenkomé non loin de la salle des Témoins de Jéhovah	22 43 89 40
MILLENAIRE	Face réserve de la gendarmerie d'Agonyivi, sur la route de 50m à 300m du côté Nord	22 51 64 31
MATHILDA	Route PATASSE - Lomégan - ODEF	22 51 15 34
EL SHADAÏ	Face Ecole Théologie ESTAO	22 51 44 25
DIEUDONNE	Route de LLEO 2000, non loin de FUCEC Agoe-Téléssou	23 38 07 44
EL-SHAMMAH	Sise à amadahomé à côté de la maison des jeunes	22 46 93 50
ADONAÏ	Face Hôtel la Plantation à Agoè-Nyivé	22 50 04 05
CHARITE	A côté du CEG d'Agoè-Nyivé	22 25 12 60
SHALOM	Agoè-Cacaveli, non loin de BKS. Sur la route Agoè-Adidogomé	22 51 87 60
EMMAÛS	Sur la route de Mission Tové à côté du Bar Solidarité	22 40 25 04
ABRAHAM	Agoè-Logopé Kossigan	22 50 10 00
BAGUIDA	Face CMS de Baguida	22 35 47 77
La FLAMME D'AMOUR	Sise à Agodeke route d'Aného	22 45 70 14

**Le Libéral, c'est tous  
les lundis et vendredis  
chez votre marchand  
de journaux.**

## Crise dans l'éducation / Des murmures autour de l'accord salvateur : Qui veut noyer la CSET ?

**D**ésormais les élèves et les parents d'élèves peuvent pousser un ouf de soulagement. Ce 19 avril 2018, un protocole d'accord sur l'éducation, issu des discussions au sein de groupe de travail constitué en début d'année, a été signé sous la direction du Premier ministre Komi Selom Klassou.



Les signataires sont les ministres Komi Tchakpélé et Georges Aidam (Enseignements primaire, secondaire et de la Formation professionnelle, Enseignement technique) et la Coordination des syndicats de l'éducation du Togo (CSET) et la Synergie des travailleurs du Togo (STT).

Cet accord contient 10 points essentiels destinés à améliorer les conditions de vie et de travail des enseignants.

On peut citer la revalorisation progressive des primes. Un milliard sera octroyé dès cette année. 9/10 des fonds seront accordés en fonction des grades et 1/10 sera attribué à

partir de critères objectifs de mérite conformément aux dispositions du statut particulier.

En 2019, 1/5 du budget national qui sera alloué au secteur de l'éducation sera encore retenu comme primes.

Le statut particulier des enseignants et son application interviendra dans les trois prochains mois.

Le gouvernement s'engage également à revoir à la hausse la subvention à l'enseignement confessionnel au terme d'une convention qui sera signée très bientôt.

Un projet de loi sur l'orientation de l'éducation nationale sera soumis aux députés. Il intègrera les

valeurs d'éthique et morale.

En contrepartie de la signature de l'accord, les syndicats se sont engagés dès à présent à cesser les mouvements de grève.

Les deux parties ont accepté l'idée de créer un cadre de suivi et d'évaluation sur la mise en œuvre de l'accord signé. Un comité sera mis en place au plus tard la fin de ce mois.

Le chef du gouvernement a saisi l'occasion pour inviter les deux parties signataires de cet accord à faire preuve de bonne volonté en ayant toujours un esprit ouvert, histoire de respecter les termes contenus dans le document signé.

Malgré cet appel du chef du gouvernement, ça murmure déjà autour du contenu de cet accord. Les différentes assemblées générales organisées dans plusieurs

les syndicats d'enseignants et ceux des praticiens de la santé, la STT de Nadou Lawson semble avoir pris un coup avec le dénouement de la crise dans l'enseignement. Nul n'ignore l'impact du monde enseignant sur les mouvements de grève que lance la STT. C'est donc un coup dur pour Lawson Nadou et les siens qui ne peuvent désormais compter que sur le SYNPHOT pour espérer se faire entendre.

Les velléités de dénonciation d'un accord pourtant dense en terme de contenu n'est que l'œuvre de la STT. La stratégie consiste à vilipender la CSET en taxant ses leaders de corrompu histoire de faire émerger un nouveau syndicat qui pourrait relancer des grèves malgré l'accord. Malheureusement le monde enseignant n'est pas dupe et ne se laissera jamais instrumentaliser par qui que ce soit pour des ambitions cachées.

A l'origine de plusieurs mouvements de grève sans succès ces derniers temps la STT va devoir faire sans les enseignants ce qui naturellement n'est pas une bonne nouvelle pour Nadou Lawson.■

Cyrille Sablassou

Célébration du 27 avril :

## Le chef de l'Etat lance aujourd'hui un projet d'assainissement à Togblekopé

**L**a semaine du 58<sup>e</sup> anniversaire de l'indépendance au Togo pourrait débiter avec le lancement du projet d'assainissement, aménagement et de bitumage des rues du canton de Togblekopé par le président de la République, Faure Gnassingbé le 24 avril prochain.

Longtemps à la merci de l'inondation causée par des pluies diluviennes, le canton de Togblékopé bénéficie auprès du gouvernement d'un projet d'assainissement et d'aménagement estimé à 9 milliards de francs CFA, selon le directeur général des Travaux Publics, Kanfitine

Tchede Issa.

Selon, le ministère des travaux, au titre des travaux d'assainissement, la construction de deux bassins de rétention d'eau, la réalisation des caniveaux le long de la route nationale N°1 et le long de certaines rues de

quartiers ; la construction de canaux dont principalement l'un va s'étendre sur environ 4 km.

Dans la 2<sup>e</sup> composante, les travaux consisteront à construire des bâtiments scolaires, l'aménagement de trois terrains de football, la



construction de hangars de réaménagement du marché de la localité et probablement un appui aux femmes

marâchères.

Le canton de Togblékopé, est situé à 5 km de la capitale, Lomé.■

## PARI RÉUSSI POUR LA DIASPORA TOGOLAISE RÉUNIE A DAKAR

**L**e Forum de Dakar organisé par le Réseau "Diaspora Force de Développement du Togo" vient de se clôturer ce samedi 21 Avril 2018 sur une note de satisfaction. Voici la Déclaration ayant sanctionné la fin des travaux

La Diaspora togolaise en Afrique de l'Ouest a tenu, ce samedi 21 Avril 2018, à Dakar, capitale sénégalaise, une importante rencontre d'échange dont l'objectif principal est de sensibiliser, d'organiser et de favoriser une meilleure implication de la Diaspora togolaise dans l'élan de développement enclenché depuis quelques années dans notre pays, le Togo.

Aboutissement d'une Tournée sous-régionale démarrée, le 17 Avril 2018, par la Côte d'Ivoire avec une rencontre d'échange avec la diaspora togolaise à Port Bouet (Abidjan), cette rencontre initiée par le Réseau «

DIASPORA FORCE DE DEVELOPPEMENT DU TOGO », a connu la participation d'une dizaine d'associations des togolais au Sénégal et a bénéficié du soutien du Consul Général du Togo au Sénégal, ainsi que de l'appui des plus Hautes Autorités du Sénégal qui a travers un Représentant de la Direction Générale des Sénégalais de l'Extérieur, ont bien voulu partager avec les participants la très riche et inspirante expérience de la contribution et de l'implication de la Diaspora Sénégalaise au développement de leur pays, la Teranga, hôte des présentes assises.

Différentes communications

suivies d'échanges ont porté notamment sur les grands changements intervenus ces dernières années au Togo et les Opportunités qu'ils représentent pour la Diaspora, sur la Situation Politique actuelle au Togo, l'implication des Jeunes de la Diaspora togolaise au prochain Forum Présidentiel pour la Jeunesse et surtout sur les attentes, difficultés et autres préoccupations de la Diaspora Togolaise aussi bien dans leur pays d'accueil que lors de leur retour au Togo. Ces dernières seront compilées dans un Mémoire qui fera l'objet de débats plus approfondis lors d'une autre rencontre, «



Le Forum de la Diaspora pour le Développement du Togo » qui se tiendra en juillet prochain à Lomé, rencontre à l'issue de laquelle sera mis en place officiellement une structure de contact qui permettra aux membres de la Diaspora d'entretenir un dialogue permanent avec les autorités pour une meilleure collaboration qui elle-même passera d'abord par une effective discrimination positive à l'endroit des

membres de la Diaspora dans plusieurs domaines de la vie socio-économique du Togo.

Le Réseau « DIASPORA FORCE DE DEVELOPPEMENT DU TOGO » qui a saisi l'occasion du FORUM DE DAKAR pour se présenter à travers ses objectifs et activités (Don de Kits d'installation aux Artisans en fin de Formation, Don de Fournitures scolaires, Accompagnement à l'Etablissement des Actes de naissances, Promotion des valeurs de Citoyenneté et de Paix à travers le sport,...) a annoncé la Construction d'un Centre de Formation Professionnelle à Lomé. Un centre qui portera le nom du Président Faure GNASSINGBE, ceci en reconnaissance aux efforts consentis ces dernières années en termes de développement au Togo. Le Réseau a sollicité l'apport financier, matériel, technique et intellectuel des membres de la Diaspora désireux de soutenir la réalisation de ce projet.

LE FORUM DE DAKAR s'est clôturé par « L'APPEL DE DAKAR A LA CLASSE POLITIQUE TOGOLAISE », une Déclaration finale qui invite la classe politique togolaise à dépasser ses intérêts partisans pour faire place au Développement et à ce qui nous unit : La Nation Togolaise et un pays qui ne peut que se construire avec l'apport est la participation de tous ses fils et filles, notamment ceux de la Diaspora. ■

**Fait à Dakar, le Samedi 21 Avril 2018**

## Les échanges commerciaux entre le Brésil et le Togo ont atteint 97 millions de dollars en 2017

**Les échanges commerciaux entre le Brésil et le Togo ont connu une évolution ces dernières années et ont atteint 97 millions de dollars en 2017", a indiqué, SEM Antonio Carlos de Salles Menezes, l'ambassadeur du Brésil au Togo et invité du Club diplomatique de Lomé le 20 avril, en présence de Robert Dussey, le ministre des Affaires étrangères et de l'intégration africaine, et de nombreux diplomates accrédités au Togo.**

La conférence débat a tourné autour du thème : « Le Togo et le Brésil, une proximité géographique et culturelle indéniable ».

Le Brésil est la 7<sup>e</sup> puissance économique mondiale et fait partie des pays du G20. Le géant sud-américain sort d'une crise économique depuis deux ans avec une croissance économique estimée à 2% en 2017. La prévision est de 2,7% à 2,8% pour la croissance économique du pays en 2018. En 2017, l'agriculture brésilienne a enregistré une croissance de 13% en 2017 qui a largement soutenu la hausse du PIB du pays en croissance de 1% en 2016 après deux ans de recul.

« Le Brésil a de l'expertise dans le domaine industriel,



commerce, énergies renouvelables et hydroélectriques, agricole, tourisme, santé et la cinématographique et est prêt au transfert de compétences technologiques à des cadres, étudiants et chercheurs togolais », a indiqué SEM Antonio Carlos de Salles Menezes.

Eu égard au poids économique du Brésil, le

Togo dans sa coopération avec cette puissance émergente a tiré quelques profits dans le domaine de l'agriculture.

A cet effet, l'Agence brésilienne de coopération (ABC) fait bénéficier le Togo à l'instar du Bénin, Burkina Faso, Tchad Mali, de l'initiative « Cotton-4 » qui s'inscrit dans le cadre d'un programme de coopération technique dans le domaine

du coton en Afrique de l'ouest pour un montant près de 5 millions de dollars. Il s'agit principalement de disséminer l'information auprès des petits producteurs, de former la main d'œuvre, de revitaliser des laboratoires dans les pays partenaires et de mettre en place une banque de stockage collectif.

« Une délégation brésilienne déjà à Lomé échangera avec le gouvernement en vue d'un appui financier au projet des cantines scolaires lancé par le gouvernement togolais », a annoncé SEM Antonio Carlos de Salles Menezes.

Par ailleurs, le Brésil sera le pays d'honneur invité à la troisième édition de la «Semaine de l'intégration africaine» en mai prochain.

En 2014, les échanges commerciaux entre les deux pays ont atteint 44 millions de dollars. La réouverture de l'ambassade du Togo en 2016 a facilité la relance des échanges. ■

## Droits de l'homme : Les magistrats togolais à l'école des mécanismes régionaux et internationaux de protection

**L**es mécanismes régionaux et internationaux de protection des droits de l'homme ont été au cœur d'un atelier initié à l'endroit des magistrats, les jeudi et vendredi derniers dans la capitale togolaise par le Collectif des Associations contre l'Impunité au Togo (CACIT). Visant à offrir un cadre d'échanges et de débat afin de trouver des voies et moyens pour pallier les carences, manquements et déficiences qui gangrènent la justice togolaise, cette rencontre a été ouverte par le Secrétaire Général du ministère de la justice, chargé des relations avec les institutions de la République, qui a salué l'engagement des acteurs en faveur de la protection et la promotion des droits de l'Homme au Togo.

Cet atelier veut baliser la voie à l'indépendance réelle de la magistrature togolaise envers les autres pouvoirs afin de garantir une certaine égalité et équité pour tous. Il veut également amener progressivement les magistrats togolais à renforcer davantage leur coopération avec ces

mécanismes régionaux et internationaux, les meilleures pratiques permettant de garantir la mise en application des instruments et mécanismes juridiques, dans le respect des principes des droits humains au Togo.

« Notre justice traîne depuis des décennies, plusieurs

faiblesses. Mais ces faiblesses ne sauraient être de nature à occulter les efforts consentis pour améliorer l'administration de la justice au Togo », déclara M. SpéroMawule, Président du CACIT, à l'ouverture des travaux.

Pour sa part, la Directrice Générale du Centre de



Formation des Professions de Justice SOKOUDE Fiawonou, qui a encouragé les magistrats à identifier et utiliser les normes de protection des droits de l'Homme à l'échelle régionale et internationale. Diverses communications sur les mécanismes régionaux et internationaux, des ateliers et plénières ont

meublé cette rencontre organisée par l'Association Togolaise pour la défense et la promotion des droits de l'Homme (ATDPH), le Groupe de Réflexion et d'Action Femme, Démocratie et Développement (GF2D), le Projet d'Accompagnement Œcuménique pour le Togo (PAOET), avec l'appui de l'Union Européenne.■

**Démocrate**

## Défis sécuritaires dans l'espace Entente : Un mécanisme de renseignement communautaire en trois phases approuvé par les ministres en charge de la sécurité de l'espace

**L**a troisième réunion annuelle des ministres en charge de la sécurité et des frontières du Conseil de l'Entente s'est tenue à Lomé le vendredi dernier à la suite de celle ayant rassemblé les experts de l'espace. Sous la présidence du Général de Brigade Yark Damehame, ministre Togolais de la sécurité et de la protection sociale, cette rencontre a essentiellement été consacrée à l'examen du projet de Mécanisme Entente de Renseignement.

Pour le patron de la sécurité togolaise, les défis sécuritaires de l'espace Entente vont au-delà des frontières nationales et menacent la sécurité collective, la souveraineté nationale et l'intégrité territoriale des pays ainsi que les importants acquis réalisés en matière d'intégration régionale.

Aussi, faut-il une approche concertée et globale, une coordination entre Etats afin de poser les fondements d'un cadre de coopération destiné à préserver la paix, la sécurité et la stabilité dans l'espace Entente.

« Je salue la pertinence du

projet d'élaboration d'un Mécanisme Entente de Renseignement qui a pour but de construire et de mettre en place un mécanisme de renseignement commun aux cinq Etats du Conseil de l'Entente, en vue d'une plus grande efficacité dans la prévention de la criminalité transnationale organisée, du terrorisme et de la cybercriminalité, ainsi que dans la lutte pour éradiquer ces phénomènes, le renforcement de la gestion des frontières extérieures et la résilience de nos populations aux catastrophes d'origine naturelle ou humaine. », a déclaré le nouveau Général de brigade à

l'ouverture de la réunion.

Le Secrétaire Exécutif du Conseil de l'Entente, M. Kouamé Patrice, pour sa part a rappelé l'enjeu majeur qui est le développement auquel les Etats parties aspirent pour répondre avec plus d'efficacité aux préoccupations des populations que sont l'amélioration de leurs conditions de vie, l'élimination de la pauvreté et de l'exclusion, la mise en confiance de la jeunesse par des perspectives d'une vie décente...

« La paix est une condition nécessaire et la mission du Conseil de l'Entente est d'y



contribuer», a-t-il confié.

Le projet de mise en place du mécanisme en trois phases a été approuvé par les ministres à l'issue de la réunion. Il s'agira d'abord de la mise à niveau des systèmes nationaux de renseignement, puis de la création d'un environnement institutionnel et numérique sécurisé et enfin de promouvoir à moyen et à long terme le renseignement communautaire à l'échelle de l'espace Entente.

Les ministres ont par ailleurs salué le courage et la détermination des forces de défense et de sécurité qui ont permis de contenir l'impact des attaques terroristes au Burkina Faso et au Niger, et réaffirmé leur volonté de renforcer la coopération sécuritaire entre les Etats de l'espace Entente par la mutualisation de leurs moyens.■

**Démocrate**

# Salon international de l'eau, de l'énergie et de l'environnement : Les étudiants de l'UL instruits sur les opportunités d'affaires liées à la filière eau

**L**e salon de l'eau, de l'énergie et de l'environnement a posé ses valises le jeudi dernier afin d'entretenir les étudiants, à l'occasion d'une conférence débat. Autour des thématiques « L'eau et la religion », « l'eau et la santé » et étudiants, enseignants chercheurs, responsables religieux et les membres du comité d'organisation du Salon ont échangé et mis en lumière cet apport considérable et ô combien, primordial que l'eau apporte dans la vie de l'homme et du monde, ainsi que des opportunités qui peuvent découler de cette filière pour les jeunes étudiants et leaders de demain.

Les différentes approches sociologique, religieuse, médicale et environnementale de l'eau développées durant cette rencontre ont mis en relief un seul constant : l'eau est vitale pour l'homme, la nature et les animaux ; elle peut tout et est à la base de tout ; il importe donc d'en faire une utilisation rationnelle, une

distribution équitable et de tout faire pour préserver la nature qui nous la confie.

Pour Théodore DOVI-AKUÉ, Directeur Général de Environmental Events « le Salon International de l'eau de l'énergie et de l'environnement que son institution organise va se tenir du 24 au 28 avril prochain et il est de bon ton

de venir instruire et inviter la relève de demain à ce rendez-vous carrefour de l'avenir de la planète. Les jeunes doivent prendre conscience des opportunités d'entreprises qui découlent de cette filière et c'est cela notre leitmotiv. »

Les leaders religieux tels le Rev Père AGBOLI Atayi, la



M. Théophile Dovi-Akué

Rev LAWSON et l'imam HIDO Mohamed Awali ont activement pris part à cette rencontre à travers diverses communications basées sur la Bible et le Coran qui mettent l'eau sur un piédestal dans l'œuvre de création, de miséricorde, de guérison, de rédemption

divine. Rappelons pour finir que le salon international de l'eau, de l'énergie et de l'environnement est une initiative de Environmental Events et se tiendra du 24 au 26 avril prochain à Lomé.

Démocrate

## Filière Coton :

# Le Togo a accueilli la 11ème réunion bilan du PR-PICA

**L**es chercheurs des Centres de Recherches, des responsables des Sociétés Cotonnières et Associations Interprofessionnelles, des responsables des organisations de producteurs des pays du Programme et autres pays, ainsi que les représentants des organisations sous régionales et internationales et les firmes agro-pharmaceutiques du Bénin, Burkina Faso, Côte d'Ivoire, Mali, Sénégal et du Togo, étaient réunis à Lomé les 18, 19 et 20 avril derniers, dans le cadre de la 11ème réunion bilan du Programme Régional de Production Intégrée du Coton en Afrique (PR-PICA).

Cadre de partage des informations et de définition des solutions aux difficultés de la filière pour une production cotonnière africaine durable et compétitive, cette onzième réunion organisée en collaboration avec la Nouvelle Société Cotonnière du Togo (NSCT) a permis aux divers acteurs de faire le bilan du déroulement de la campagne cotonnière 2017-2018 dans les pays membres du Programme, présenter les résultats des travaux de recherche-vulgarisation menés au cours de la campagne 2017-2018 et les perspectives en matière de gestion intégrée de la production cotonnière,



partager les informations sur les biotechnologies modernes et la biosécurité dans les pays membres.

Cette onzième réunion bilan a permis de définir de nouvelles méthodes de lutte plus efficaces contre les ravageurs, des propositions

pour une meilleure gestion de la fertilité des sols, l'amélioration des variétés et aussi, établir des partenariats entre les sociétés cotonnières, les Partenaires Techniques et Financiers (PTF) et les firmes agro-pharmaceutiques.

A l'issue de la réunion, le Directeur Général de la NSCT, Nana Adam Nanfamé assisté du Président du PR-PICA a tenu une conférence de presse conjointe afin de présenter le bilan de la campagne 2017-2018 à l'opinion et de situer cette dernière sur les perspectives d'avenir du Togo. Il en ressort qu'au terme de la campagne 2017/2018, la production cotonnière du Togo s'est chiffrée à 116 000 tonnes.

Si ce résultat est en hausse de près de 8000 tonnes par rapport à la saison 2016/2017 (108 000 tonnes), il reste cependant en dessous des prévisions initiales des dirigeants (160 000 tonnes). Néanmoins, la campagne n'est pas encore bouclée et le résultat final sera connu, a rassuré le DG de la NSCT Il a par ailleurs déploré le fait que les objectifs ne soient pas atteints, dû à « Dame Nature ».

« Nous avons développé une stratégie efficace lors de cette saison à savoir, la mise à disposition des producteurs des semences de bonne qualité ainsi que des engrais. A cela s'ajoute une campagne de mobilisation sur le terrain, l'ouverture de l'usine de Blitta, ... Mais vous pouvez tout, quand Dame nature décide, vous ne pouvez rien », a confié Nana Adam Nanfamé.

Le Togo prévoit une production de 180 000 tonnes pour la campagne 2018-2019 et espère d'ici 2022 atteindre la barre des 200 000 tonnes.

Au Togo, le secteur agricole occupe environ 65% de la population active. IL représente en moyenne 15% des exportations et contribue pour environ 38% au Produit Intérieur Brut (PIB). Par ailleurs, ce secteur ambitionne hisser la croissance agricole au moins à 6% par an.

Démocrate

## Transport routier : Réformes et innovations pour assainir le secteur

**A**u cours d'une conférence de presse mercredi dernier, les responsables du transport routier ont présenté les innovations et réformes désormais en vigueur dans le domaine du transport routier notamment, l'immatriculation des engins et la délivrance des permis de conduire.

La Direction des Transports Routiers et Ferroviaires (DTRF) a présenté mercredi 18 avril 2018 à Lomé, les principales innovations apportées dans le secteur du transport au Togo. C'était au cours d'une conférence de presse organisée dans les locaux du Ministère des Infrastructures et des Transports en présence du Directeur Général de cette direction, Kokou Délato Agbokpè ainsi que des responsables de l'Union Professionnelle des Agréés en Douanes (UPRAD).

L'ambition du gouvernement, a indiqué Kokou Delato Agbokpè, est d'assainir le secteur du

transport togolais par l'automatisation des prestations de la DTRF en vue de garantir à la population une rapidité dans le processus d'immatriculation, d'obtention de permis de conduire ou de mutation. L'autre objectif poursuivi par cette réforme, a-t-il poursuivi, est la garantie de la transparence dans la gestion des prestations fournies par la DTRF. « L'automatisation permet non seulement la traçabilité des documents et la transparence, mais également la rapidité du service », a-t-il ajouté.

En dehors des procédures douanières et d'assurance, la

délivrance des plaques minéralogiques se fera désormais dans un délai de 33 heures, de même que l'obtention du permis de conduire.

La DTRF a mis en place des dispositifs pour faciliter les processus d'inscription et de consultation en ligne des résultats des examens. Il est possible d'installer une application mobile à télécharger sur le site [www.mit.dgt-dtrf.tg](http://www.mit.dgt-dtrf.tg) par lien app-mobile pour installer cette application afin de recevoir des notifications à chaque étape de l'inscription et de l'examen de la demande de permis de



conduire.

Les frais des différentes prestations de la DTRF sont payables par mobile money chez les opérateurs de téléphonie mobile tels que Moov (Flooz) et TOGO cellulaire (T-Money). Ceci a été décidé pour éviter le paiement de faux frais et des pertes de temps.

Des prestations rapides et sécurisées seront aussi offertes par la direction togolaise des transports routiers et ferroviaires en vue de garantir la sécurité routière. Par ailleurs, la direction des

transports annonce des améliorations dans le but d'éviter des infractions : paiement numérisé des frais et taxes en ligne, immatriculation automatisée et informatisée des véhicules, délivrance de la carte grise définitive.

En ce qui concerne le permis de conduire, une inscription en ligne est possible pour passer un examen en deux (02) phases : écrite et pratique. Les admis auront droit à une attestation de réussite, en attente d'un permis de conduire définitif au bout de quatre (04) mois au lieu de six (06) auparavant. ■

## L'association « Les Sentinelles Du Peuple » s'engage sur le terrain de la sécurité

**L**a lutte contre l'insécurité grandissante sous toutes ses formes dans notre pays ne sera plus uniquement l'apanage des forces de l'ordre et de sécurité. De nombreux citoyens se sentent désormais préoccupés par le problème et veulent prendre le taureau par les cornes.

Pour ce faire, ils se sont réunis sous la coupole d'une association dénommée : « Les Sentinelles du peuple ». Elle a été portée sur les fonts baptismaux, ce jeudi, au cours d'une conférence de presse tenue à Lomé.

Dans la déclaration ayant sanctionné cette rencontre, ils ont peint le tableau d'insécurité notoire, que présente Lomé, la capitale togolaise et beaucoup de villes de l'intérieur du pays.

« Depuis un certain temps, nous assistons dans notre pays à un phénomène de crimes rituels dont les auteurs appréhendés sont ressortissants de certains pays voisins avec, sans doute, la complicité de certains de nos compatriotes », ont-ils indiqué dans leur déclaration.

C'est dans cette optique, à en croire le document, que « les



Sentinelles du peuple » veulent prendre leurs responsabilités à la mesure de la situation en veillant à la sécurité des populations togolaises partout où leur paix est menacée.

Pour Toubib Bamazé, conseiller et porte-parole de l'association, cette mission passera également par une sensibilisation de la population, qu'il appelle par ailleurs, à plus de « vigilance et de collaboration pour mettre hors d'état de nuire tout individu animé de cet esprit criminel ».

L'association a profité de

l'opportunité de cette conférence de presse, pour d'une part dénoncer les attaques à mains armées, les braquages, les violences sous toutes ses formes afin de permettre aux citoyens de vivre en paix dans le pays, et d'autre part inviter les populations à cesser les actes de la vindicte populaire mais plutôt à dénoncer tout suspect aux forces de l'ordre et de sécurité.

Nés du démantèlement de plusieurs Mouvements et Associations de la société civile qui luttent pour la paix, la

cohésion sociale et le développement du Togo, « Les Sentinelles du Peuple », sont constitués comme des gendarmes qui veillent nuit et jour à la sécurité des populations togolaises et au respect des lois de la République.

Notons que « Les Sentinelles du Peuple », est une association de jeunes gens épris des valeurs de paix et de quiétude des populations togolaises, aidée par ses partenaires, le MJP (Mouvement des Jeunes pour la Paix) et le CJD (Collectif des Jeunes pour le Développement), a fait connaître sa position sur diverses situations désastreuses que vivent les Togolais depuis un moment.

Partis du constat selon lequel, les Togolais, depuis un moment font face au phénomène des crimes rituels, des attaques à mains armées, aux braquages, aux violences de tout genre et surtout les obligeant à céder à la vindicte populaire, les Sentinelles du Peuple dont Charles Adjanla

s'est fait le porte-voix a manifesté sa volonté de prendre leurs responsabilités à la mesure de la situation qui prévaut dans le pays, en veillant à la sécurité des populations togolaises partout où leur paix est menacée. Pour ce faire, ces jeunes gens tendent la main aux gouvernants et à la population pour obtenir leur soutien dans cette noble mission.

En tout cas, ces protecteurs des populations togolaises à les entendre ne viennent pas se substituer aux forces de l'ordre et de sécurité dont ils reconnaissent que le concours a permis de faire un travail remarquable d'enquête pour démasquer les criminels afin d'éviter à la population togolaise le carnage dont elle aurait pu être victime.

Enfin, Les Sentinelles du Peuple invitent les Togolais à plus de vigilance et de collaboration pour mettre hors d'état de nuire tout individu animé de cet esprit criminel et à proscrire tout acte de vindicte populaire. ■

RÉPUBLIQUE TOGOLAISE  
Togo - Liberté - Paix

RÉPUBLIQUE TOGOLAISE

**PROGRAMME DE  
LA COMMEMORATION  
DU 58ème ANNIVERSAIRE DE  
L'INDEPENDANCE DU TOGO**

**Samedi 21 avril 2018**

06 H 00 – 08 H 00 : Opération Togo propre

**Dimanche 22 avril 2018**

06 H 00 : Course de l'indépendance à Lomé

**Lundi 23 avril 2018**

15 H 00 : Lancement des travaux d'assainissement TOGBLEKOPE

**Mardi 24 avril 2018**

09 H 00 : Contractualisation au CHU Sylvanus OLYMPIO

15 H 00 : Inauguration usine assemblage de motos dans la zone industrielle

**Mercredi 25 avril 2018**

10 H 00 : Inauguration du centre d'enfouissement de Zanguéra

15 H 00 : Lancement du Fonds TIRSAL à l'Hôtel 2 Février

19 H 00 - 21 H 00 : Apothéose du Festival national de danses traditionnelles au Palais des Congrès.

**Jeudi 26 avril 2018**

10 H 00 : Cérémonie de décoration à l'Hôtel 2 Février

16 H 00 : Prestation des chorales des Universités de Lomé et de Kara sur l'esplanade du Palais Congrès de Lomé

18 H 00 : Ranimation de la flamme de l'Indépendance

18 H 30 : Retraite aux Flambeaux

**Vendredi 27 avril 2018**

05 H 30 : 21 coups de salve

07 H 00 : Mise en place des populations à la place de défilé

07 H 30 : Mise en place terminée des autorités administratives, politiques, militaires, Religieuses, traditionnelles et des autres invités

07 H 40 : Arrivée de Son Excellence Monsieur le Président de l'Assemblée Nationale

07 H 45 : Arrivée de Son Excellence Monsieur le Premier Ministre

08 H 00 : Arrivée de Son Excellence Monsieur le Président de la République

08 H 30 : Défilé militaire et civil

11 H 00 : Fin du défilé et départ de Son Excellence Monsieur le Président de la République

12 H 00 : Cocktail

14 H 00 : Réjouissance dans les quartiers

20 H 00 : Méga concert à Lomé et dans les différents chefs-lieux des régions

**Samedi 28 avril 2018**

15 H 00 : Coupe de l'Indépendance



**Conducteurs de Taxi et de Taxi - moto,  
PAYEZ facilement L'IRTR  
à partir de votre mobile**



**\*145\*6\*5\*2#**



**Saisissez le numéro d'immatriculation de l'engin**

*(Exemple : TG \*\*\*\* BG)*

**Vous recevez la notification d'imposition  
précisant le montant à payer**

*Confirmez le paiement*

**Saisissez votre code secret de compte TMoney  
pour valider la transaction**

*Vous recevez enfin un message de validation ou de l'invalidation de l'opération.*

**FEDERER POUR BATIR**  
[www.otr.tg](http://www.otr.tg)

# Apothéose « Graines du Togo » : Faure Gnassingbé assiste à la cérémonie

**I**nitié par le sélectionneur national, Claude Leroy, « Graines du Togo » est un concours réservé aux jeunes footballeurs nés entre 2002 et 2005 et footballeuses nées entre 2000 et 2003.



Ce projet a pour but de détecter les jeunes talents encore cachés dans les coins et recoins du Togo. La phase préfectorale du

concours démarre le 20 Janvier.

Parrainé par le président de la République, Faure Gnassingbé, le concours «

Graines du Togo 2018 », permettra de dénicher les jeunes talents cachés sur l'ensemble du territoire, afin de disposer d'une



cartographie des meilleurs jeunes footballeurs potentiellement doués pour la pratique du football de haut niveau.

Ce samedi 21 avril, le Chef de l'Etat Faure Gnassingbé, au moment où se déroule la finale masculine au Stade Omnisports de Lomé, est venu apporter

son soutien et prodiguer des conseils aux jeunes talents en devenir.

350 jeunes issus de toutes les préfectures du pays, ont été sélectionnés au final, et seront suivis et formés pour la pratique du football de haut niveau, au plan national et international.

La pépinière du football en marche au Togo!

La société Itel mobil Togo rejoint le gouvernement togolais pour célébrer les 58ans de l'indépendance du Togo :

## Le grand parrain de la course de l'indépendance

**H**ier dimanche le 22 avril 2018, le ministère des sports et la fédération togolaise de l'athlétisme en collaboration avec la société Itel mobil Togo, ont organisé une course dénommée la course de l'indépendance, un événement qui est inscrit dans le cadre de la célébration des 58ème anniversaire de l'indépendance du Togo.



Plus de 500 athlètes venant de divers horizons du Togo ont participé à cette course populaire. Cette course a connu une touche particulière qui est la participation des corps habillés tels que la police nationale, la gendarmerie et

les militaires.

C'est dans une folle ambiance que le ministre en charge des sports Guy Madje LORENZO a donné le ton de départ de la première vague constituée des athlètes de sexe féminin de cette course populaire à la poste centrale de Lomé, ces



vaillantes femmes ont pu parcourir une distance de 3,5km de Fréau jardin, TDE, ancien NOPATO, Déckon, Commissariat central pour revenir chuter au point de départ qu'est la poste centrale de Lomé.

A la fin de cette première

vague c'est Mlle Laré Céline une jeune athlète qui a pu décrocher la première place. Du côté des hommes, après avoir parcouru une distance de 7,2km, c'est M. Kombaté

volontaire qui n'est pas à sa première participation, se dit satisfait de l'organisation et envisage devenir un grand athlète pour le Togo. Notons que les premiers de chaque catégorie sont repartis avec une enveloppe de 75000F plus un portable de marque Itel et un carton de canette BB, les deuxièmes avec une enveloppe de 50000 plus un portable Itel et un paquet de canette BB. Ceux de la troisième place aussi sont repartis avec un montant de 30000, plus un portable toujours de marque Itel plus des canettes BB.

Moyipa qui a occupé la tête du marathon après avoir parcouru la poste centrale, le commissariat central, l'ancien cinéma le Togo, Ramco, le carrefour Gbadago, BPEC, Togo Cellulaire, Fréau jardin. Venu de Dapong, Moyipa Kombaté enseignant

La société Itel qui est le grand parrain de cette course populaire a saisi cette occasion pour présenter ces produits aux Togolais et promouvoir le civisme, la cohésion sociale et le savoir vivre. ■

**OPTION SANTE**

# La carotte et ses nombreuses vertus : Dossier complet sur ce légume

**L**a carotte ? Ce beau légume que nous trouvons sur les étals toute l'année fait partie du paysage maraîcher depuis toujours. Elle est le second légume le plus demandé en France, après la tomate. D'ailleurs, les français en consomment depuis le XIV<sup>ème</sup> siècle.

Savez-vous qu'elle existe partout, sur les cinq continents et même aux fins fonds de la brousse loin de toute civilisation ?

Originaire d'Asie Centrale, la carotte, du nom scientifique *Daucus carota* appartient à la famille des Apaciées. A l'origine, bien que déjà comestible, la racine de la carotte était pourpre ou rouge mais tellement amère et fibreuse qu'elle n'était guère appréciée.

Sa texture actuelle a été découverte vers les années 1600 suite à de nombreuses sélections et hybridations. Aux dires de la littérature scientifique, la carotte présente plus de cinq cents variétés.

La majorité de ces variétés ont la couleur orangée, une couleur qui lui viendrait des Pays-Bas, tandis que les carottes dites fourragères sont blanches et les anciennes variétés rouges, violettes ou jaunes sont récemment remises à la mode. Sa dénomination vient de sa période de production : carotte « primeur », « de saison » ou « de conservation ».

La carotte est une plante vivace cultivée pour sa racine orangée uniforme, pivotante, charnue, comestible et d'un goût exquis. Le plant se régénère annuellement et sa hauteur peut atteindre 30cm. La carotte se cultive sur un sol meuble et léger, riche en humus. Elle aime le soleil et l'ombre ralentit sa croissance. Pour arriver à maturité, la carotte devrait rester sous terre 70 à 100 jours.

## LES NOMBREUX BIENFAITS DE LA CAROTTE SUR VOTRE SANTÉ

Préserver naturellement votre santé doit être une de vos préoccupations majeures. La carotte pourrait bien être votre alliée, car elle est composée d'une grande quantité de minéraux, de fibres et de vitamines. Grâce à la pectine contenue dans sa racine, elle aide à lutter contre le cholestérol. Tandis que sa vitamine B9 serait efficace pour se prémunir de l'anémie et de l'inflammation du côlon.

Quant à la vitamine A qui lui concède sa couleur orange, elle entretient votre vue. La carotte pourrait également être utilisée comme masque de beauté!

En fait, La carotte contient 85 % d'eau et environ 2,5 g de fibres. Sur le point de vue des calories 100 gramme de carotte crue renferme 30 kilocalories, 7 g de sucres, moins d'1 g de protéines et très peu de graisses.

## LA CAROTTE EST RICHE EN SELS MINÉRAUX

Du côté des sels minéraux, 100 grammes contiennent : 300 mg de potassium, 30 mg de calcium, 10 mg de magnésium, 0,3 mg de fer, des vitamines B dont le B9, 0,5 mg de vitamine E et 7 mg de vitamine C ; et particulièrement 8 mg de bêta-carotène, ce qui répond à nos besoins quotidiens en vitamine A... C'est le légume le plus riche en bêta



carotène. En manger fréquemment réduirait de moitié le risque de cancers.

## AMÉLIOREZ VOTRE SANTÉ CARDIOVASCULAIRE AVEC LES CAROTTES

Tous les ans, les statistiques sorties par la Santé publique affiche plus de 15 millions de décès dus à des maladies cardiovasculaires. Le taux élevé de mauvais cholestérol dans le sang en serait l'un des premiers responsables de ce type de maladie.

En Hollande, des études ont été menées sur les carottes et les risques de maladies cardiovasculaires. Les participants ont été suivis pendant 10 ans et ont montré que les fruits/légumes de couleur orange et/ou jaune sont ceux qui protègent le plus contre les maladies cardiovasculaires.

Dans cette catégorie d'aliments, les carottes ont été évaluées comme étant l'aliment champion qui réduirait le plus ces risques.

Aux Etats-Unis, des recherches ont révélées qu'une consommation régulière de six carottes par semaine réduirait le risque de crises cardiaques. Cette consommation diminuerait le niveau du taux de mauvais cholestérol et les triglycérides dans le sang. Ainsi, les menus riches en carotte seraient conseillés pour prévenir les maladies cardiovasculaires.

## LUTTEZ CONTRE LE MAUVAIS CHOLESTÉROL LDL

À Harvard, des études récentes sur des animaux de laboratoire ont montré que la carotte serait un moyen de lutter contre le mauvais cholestérol LDL. Selon ces études le taux de cholestérol de ces animaux a chuté considérablement après avoir mangé des aliments riches en carottes. Ainsi, associé à un régime équilibré et à des activités physiques régulières, consommer 200g de carotte par jour pourrait réduire de 11% le taux de cholestérol.

On attribuerait ces résultats à la présence de fibres solubles de la carotte mais également à la pectine contenue dans cette racine. En effet, l'action de la pectine modifierait la viscosité des aliments dans le tube digestif pour réguler l'absorption de graisses. Comme la vitamine E dissout les corps gras, grâce à sa grande quantité contenue dans la carotte, les effets de la pectine va s'amplifier pour entraver l'oxydation du mauvais cholestérol LDL et empêcher son

adhésion aux parois des artères.

La carotte serait donc un « intercepteur » d'acides gras!

## ANTI-CANCER : LA CAROTTE EST RICHE EN CAROTÉNOÏDES

La carotte renferme une grande quantité de phytonutriments comme les caroténoïdes qui sont les bêta-carotènes, la lutéine et la zéaxanthine. Ces phytonutriments sont des antioxydants. Ils contribuent à freiner l'action des radicaux libres, le vieillissement des cellules.

Les études Outre-Atlantique ont conclu que les femmes qui mangent 2 à 4 portions de carotte par semaine réduiraient à 40% le risque d'avoir du cancer du poumon. Et qu'avec 5 portions ou plus, la réduction du risque serait de 60%. Une portion étant égale à 80-100 grammes de carotte râpée.

Quant au cancer du sein, la littérature médicale avance que prendre 2 portions ou plus de carottes ou d'épinards par semaine diminuerait de 44% le risque d'avoir ce cancer.

## LA CAROTTE AURAIT UNE ACTION ANTI-CATARACTE

Combien de fois avons-nous entendu : mange tes carottes, c'est bon pour tes yeux ! Les études scientifiques ont avéré cet adage. En effet, il paraîtrait que la grande quantité de vitamine A dans la carotte lui confère le titre d'allié pour la santé oculaire, notamment celle de nos rétines.

Cette vitamine A permettrait de lutter contre la dégénérescence maculaire inhérente à l'âge. Quant à la vision nocturne, la rhodopsine, un pigment de la carotte, y est pour son amélioration.

Concernant la cataracte et les carottes, des études d'observation ont montré que les personnes ayant plus d'alpha et de bêta-carotène dans leur sang, voient leur prévalence à la cataracte diminuée. On a par ailleurs, constaté les mêmes résultats pour ceux qui prennent de la lutéine et de la zéaxanthine : les caroténoïdes de la carotte.

Toujours coté santé oculaire, des recherches menées à l'Institut Jules Stein de l'université de Californie ont montré que les personnes qui prennent des carottes deux fois par semaine réduiraient leur risque d'avoir un glaucome.

Un bémol est cependant mis sur ces propriétés de protection de la vision : consommer des carottes ne peut pas empêcher le port de lunettes quand

c'est juger nécessaire par l'ophtalmologue.

## PRENEZ SOIN DE VOTRE PEAU

Grâce à la bêta-carotène, un puissant antioxydant, convertie en vitamine A dans le corps, la carotte aide à réduire la vitesse de vieillissement de la peau.

La carotte capte les rayons de soleil et nous donne un teint doré. De plus, la vitamine A serait l'agent qui protège la peau des coups de soleil et de l'apparition précoce des pigmentations de vieillissement de la peau.

De plus, un manque de cette vitamine A dans le sang pourrait provoquer de la sécheresse au niveau des phanères (cheveux, ongles et peau).

En d'autres termes, consommer des carottes vous aiderait à garder notre peau tonique et jeune.

## UN ALIMENT RICHE EN POTASSIUM

Le potassium est un sel minéral aussi vital pour votre corps que le calcium ou le magnésium. Il contribue à la contraction des muscles, dont le muscle cardiaque, votre cœur. C'est également un élément essentiel à la transmission du flux nerveux. Le potassium participe aussi à l'équilibre de la pression artérielle et des fluides circulant dans notre organisme. Avec le sodium, le potassium maintient le pH du corps.

Le potassium joue également un rôle indispensable au bon fonctionnement des glandes surrénales et des reins. Enfin, le potassium active aussi les réactions enzymatiques de la synthèse protéinique et le métabolisme des glucides.

## UN ALLIÉ POUR LE RÉGIME LORSQU'ELLE EST CRUE

Il est important de souligner que la carotte a un index glucide de 16 quand elle est crue et que cet indice monte à 47, une fois qu'elle est cuite. Ceux qui ont des troubles glucidiques devraient donc tenir compte de cette variation d'index glucidique.

Dans ce cadre la carotte sera un allié de vos régimes lorsqu'elle sera crue et non si elle est cuite

## LES AUTRES VITAMINES ET MINÉRAUX CONTENUS DANS LA CAROTTE

### LES ACIDES HYDROXYCINNAMIQUES

Cette appellation regroupe l'acide caféique l'acide coumarique et l'acide férulique.

Les recherches auraient révélé que l'acide caféique est un anti oxydant qui jouerait aussi un rôle anti-inflammatoire.

Tandis que l'acide coumarique pourrait agir comme un analgésique et un anticoagulant. Elle serait également un élément majeur dans la lutte contre ostéoporose ou la diminution de la densité minérale de l'os.

### LA CYANIDINE ET LA MALVIDINE

Ces deux phytonutriments contribuent à l'amélioration de l'acuité de la vision.

### LES ANTHOCYANES

En tant que antioxydants, peuvent contribuer à retarder, voire inhiber,

l'apparition des radicaux libres résultant des oxydations des protéines, des lipides,... Ils interviennent ainsi à la prévention contre des maladies dégénératives chroniques comme le cancer ou les maladies cardiovasculaires

Des résultats de recherche ont également énoncé le rôle anti-inflammatoire des anthocyanes, car elles empêcheraient les réactions biologiques des cytokines ou protéines pro-inflammatoires.

### LE FALCARINOL

C'est produit naturellement par la carotte. Elle l'utilise comme pesticide naturel pour protéger sa racine contre les maladies fongiques.

La littérature dit qu'elle pourrait contribuer à protéger les organes contre le cancer du poumon, du colon et du sein. Toutefois, les mêmes études révèlent qu'à fortes doses la falcarinol aurait provoqué des problèmes neurotoxiques aux animaux de laboratoire sur qui on aurait fait les tests.

### LA BIOTINE OU VITAMINE B8

La biotine est indispensable à la croissance cellulaire. Elle joue un rôle avéré dans la conservation constante du niveau de sucre dans le sang. Une carence en biotine se manifesterait par une perte de cheveux, voire des cils quand cette carence est critique. C'est pourquoi cette vitamine est souvent recommandée pour renforcer les ongles et les cheveux. Le monde du cosmétique a d'ailleurs introduit la biotine dans beaucoup de produits pour les ongles et les cheveux.

### LA VITAMINE K

L'analyse nutritionnelle de la carotte évoque la présence de vitamine K. La vitamine K intervient dans la minéralisation des os, la coagulation du sang et dans la croissance cellulaire. Cette vitamine possède aussi un pouvoir anti-inflammatoire et participe au maintien de la santé cardiovasculaire.

### LA VITAMINE C

La carotte contient également de la vitamine C, un élément indispensable pour lutter contre le froid en hiver! La vitamine C intervient aussi dans le système immunitaire.

### CE QU'IL FAUT SAVOIR EN PRATIQUE SUR LA CAROTTE :

#### COMMENT LA CONSERVER ?

Une bonne carotte est une carotte ferme, lisse, relativement droite avec une belle couleur. Plus elle est foncée, plus elle contient de bêta-carotène, donc plus elle sera intéressante du point de vue santé.

Pour conserver sa fraîcheur, elle doit être placée dans la partie la plus froide du réfrigérateur, dans un sac plastique, ou enveloppée de papier pour réduire la condensation.

Pour conserver la carotte au congélateur, une petite préparation est nécessaire. Après lavage à grande eau, les carottes sont coupées en tranche, en bâtonnet ou en rondelle. Les blanchir dans l'eau bouillante pendant 3-4 minutes, les passer sous l'eau froide avant de les égoutter. Mettre dans des sacs de congélation puis ranger au congélateur.■

# En Côte d'Ivoire, le PDCI présentera un candidat à la présidentielle de 2020

**L**e parti présidé par Henri Konan Bédié estime qu'il lui revient de présenter un candidat après avoir soutenu Alassane Ouattara aux présidentielles de 2010 et 2015. Le Parti démocratique de Côte d'Ivoire (PDCI), l'un des deux grands partis de la coalition au pouvoir, présentera un candidat à l'élection présidentielle de 2020, a assuré jeudi 19 avril son président, Henri Konan Bédié, s'exprimant sur un débat qui agite la scène politique nationale.

Le PDCI, allié du Rassemblement des républicains (RDR), le parti du président Alassane Ouattara, au sein de la coalition électorale du Rassemblement des houpouétistes pour la démocratie et la paix (RHDP) revendique l'alternance depuis des années. Après avoir soutenu M. Ouattara aux présidentielles de 2010 et 2015, le PDCI estime qu'il

lui revient de présenter un candidat à l'élection de 2020, avec le soutien du RDR. Mais ce dernier entretient l'ambiguïté sur ses intentions.

Lire aussi: [Le nord de la Côte d'Ivoire, entre espérances et frustrations](#)

« Le PDCI présentera au RHDP un candidat en 2020, en souhaitant l'appui de ses alliés, compte tenu des sacrifices qu'il a consentis en

2010 et 2015 », a déclaré M. Bédié à des journalistes à Daoukro, son fief dans l'est de la Côte d'Ivoire. « Cela est en discussion avec les alliés », a précisé M. Bédié, ancien président de la république de 1993 à 2000.

Un « accord de principe »

Cette question de l'alternance suscite une crispation entre PDCI et RDR, et au sein du PDCI entre ses différents courants. Le

président Ouattara n'a pas indiqué s'il comptait se représenter. Il est en principe limité à deux mandats, mais pourrait jouer d'une imprécision juridique dans la Constitution de 2016.

MM. Ouattara et Bédié ont signé lundi un « accord de principe » pour fusionner leurs deux formations au sein du RHDP (qui deviendrait donc un parti à part entière), mais les observateurs doutent de la mise en application effective de cet accord, pour laquelle aucun calendrier n'a été fixé.

Lire aussi: [La présidentielle ivoirienne de 2020 est dans toutes les têtes](#)

La fusion des deux partis est annoncée depuis 2014, sans

suite jusqu'à présent. « Cet accord politique ne signifie nullement la dissolution du PDCI », a commenté M. Bédié, que ses proches surnomment « le sphinx de Daoukro », pour sa parole rare et parfois difficile à décrypter.

M. Bédié a tenu par ailleurs à rassurer sur la tenue pacifique des prochains scrutins, notamment « les investisseurs ». « En ce qui concerne les municipales, les régionales [qui doivent se tenir en 2018] et même l'élection présidentielle de 2020, tout sera mis en œuvre pour que tout se passe dans la sérénité, dans la sécurité pour tous, dans la non-violence et dans la paix. »

Lors de la crise post-électorale de 2010-2011, près de 3 000 personnes sont mortes dans les combats entre pro-Gbagbo et pro-Ouattara. L'économie ivoirienne était sortie laminée d'une décennie de crise politico-militaire.

Source: Le Monde Afrique

## L'Afrique face au spectre d'une nouvelle crise de dette

Selon le FMI, huit pays sont en situation de surendettement et autant présentent un « risque élevé » d'y basculer. Le Mozambique est loin d'en avoir terminé avec le scandale de sa dette cachée.

Se disant incapable d'honorer ses obligations avant au moins une décennie, le pays voudrait convaincre ses créanciers d'accepter une restructuration. La partie n'est pas gagnée : le plan présenté, fin mars, à Londres, par les autorités a reçu un accueil glacial des détenteurs de bons mozambicains. La confiance des investisseurs est affectée depuis la découverte, en 2016, d'une montagne de dettes dissimulées par l'exécutif.

Des emprunts contractés en toute opacité pour acheter du matériel militaire ont contribué à faire flamber la dette du Mozambique, passée de moins de 50 % du produit intérieur brut (PIB), en 2013, à près de 130 %, en 2017. Des déboires propres à ce pays un temps choyé par les bailleurs de fonds internationaux et aujourd'hui en défaut. Mais aussi un cas d'école pour ceux qui redoutent le retour d'une partie de l'Afrique aux heures sombres des années 1980 et 1990.

« Le fardeau de la dette et les vulnérabilités ont augmenté significativement depuis 2013 dans de

nombreux pays à faibles revenus », notamment en Afrique subsaharienne, pointait le Fonds monétaire international (FMI), dans un rapport publié le 22 mars. Pour l'institution, huit pays sont en situation de surendettement et huit autres présentent un « risque élevé » d'y basculer.

« Le phénomène est préoccupant »

Cette situation est en partie l'héritage des années de forte croissance. Au milieu des années 2000, de nombreux Etats

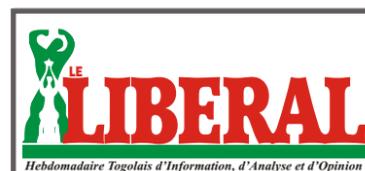
africains ont vu leurs dettes annulées dans le cadre de l'initiative pays pauvres très endettés, pilotée par le FMI et la Banque mondiale. En plein supercycle des matières premières, les capitaux étrangers sont mobilisés pour financer l'investissement public. De plus en plus, les pays cherchent à se refinancer en contractant des prêts en dollars sur les marchés. Ils bénéficient de l'appétit d'investisseurs en quête de rendements. Depuis 2007, 16...

Source: Le Monde Afrique

### L'Union européenne appuie l'amélioration des conditions de vie et de détention dans les prisons du Togo

Le ministre de la justice a procédé le 19 avril en présence de l'Ambassadeur, Cheffe de Délégation de l'Union européenne au Togo, au lancement des projets visant à l'amélioration des conditions de vie des détenus dans les treize prisons du Togo. La cérémonie s'est tenue à la prison civile de Lomé en présence des magistrats, des responsables de l'administration pénitentiaire et des différents partenaires.

Comme dans de nombreux pays dans le monde, le milieu carcéral au Togo n'échappe pas au problème de surpeuplement qui impacte négativement les conditions de vie des détenus. A titre illustratif, en début de 2018 plus de 5000 détenus sont répartis dans les 13 prisons du pays qui ont été conçues pour une capacité totale d'accueil d'environ 2440. Les projets lancés visent donc à améliorer l'environnement des prisons du Togo. Ceci par l'assainissement des prisons ; l'amélioration de la situation médicale et alimentaire des détenus ; et la réinsertion sociale et économique des détenus. Pour Cristina Martins Barreira, Cheffe de la Délégation de l'Union européenne au Togo, il n'y a pas de recette magique pour améliorer la situation des détenus. " C'est la combinaison des mesures à prendre, des actions à engager qui vont au-delà des établissements pénitenciers qui peuvent améliorer les conditions de détention", a-t-elle indiqué...



Hebdomadaire Togolais d'Information, d'Analyse et d'Opinion  
Récépissé N°0416/23/12/10/HAAC du 23 décembre 2010

**Directeur de la Publication**

PETCHEZI P. D. Fabrice

**Comité de Rédaction**

PETCHEZI Fabrice

Alain TCHEDRE

Prosper AWIH

Dick MESSAN (Stagiaire)

**Correcteur**

S. Didier

**Infographie**

JPB

**Adresse**

Route du Contournement CEDEAO,

Agoè Démakpoè, non loin des rails

Tél: +228 90 15 87 53

+228 22 42 83 46

13 BP 152 Lomé-TOGO

**Imprimerie**

Direct Sprint

**Tirage**

1000 exemplaires



## INTERNET TRÈS HAUT DÉBIT JUSQU'À 100 Mbps DÉJÀ DISPONIBLE AU TOGO

**LA FIBRE OPTIQUE CHEZ VOUS DISPONIBLE DANS  
LES ZONES SUIVANTES :**

- ✓ **AGOÈ,**
- ✓ **BAGUIDA,**
- ✓ **BOULEVARD CIRCULAIRE,**
- ✓ **FOREVER,**
- ✓ **ZONE PORTUAIRE,**
- ✓ **ABLOGAMÉ,**
- ✓ **KODJOVIAKOPÉ,**
- ✓ **NYÉKONAKPOÈ,**
- ✓ **RÉSIDENCE DU BÉNIN,**

**& DANS LES AUTRES CITÉS.**

**LES EXTENSIONS SE POURSUIVENT DANS LES AUTRES QUARTIERS DE LOMÉ.**

**RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT VOTRE OFFRE FIBRE DANS  
TOUTES LES AGENCES DU GROUPE TOGO TELECOM  
& BÉNÉFICIEZ DES AVANTAGES EXCEPTIONNELS !!!**

*Adopter La Fibre du Groupe TOGO TELECOM, c'est participer au développement du Togo.*