



### Entrepreneuriat

## La Fondation Tony Elumelu offre une opportunité inédite aux jeunes

Le programme d'entrepreneuriat de la Fondation Tony Elumelu (TEF) continue de s'imposer comme un levier incontournable pour l'autonomisation des jeunes entrepreneurs africains. En 2025, la Fondation, en collaboration avec le ministère du Développement à la base, de l'Inclusion financière, de la Jeunesse et de l'Emploi ...



PAGE 5

### COOPERATION



#### Aide au développement

## Le Togo et ses voisins face au désengagement diplomatique américain

Si son premier mandat annonçait la couleur de sa réserve vis-à-vis de l'aide publique américaine, son second mandat vient y mettre fin. Le 24 janvier dernier, l'administration Trump par la voix du secrétaire d'État américain, Marco Rubio, a annoncé la suspension ...

PAGE 5

### REPORTAGE



#### Social

## Mixx by Yas Togo au chevet des enfants vivant avec le VIH

Mixx by Yas Togo, du groupe de télécommunications Yas, a fait parler son cœur envers les enfants vivant avec le VIH. Ce service de transfert d'argent leur a apporté un soutien matériel et financier, le mercredi 5 février 2025, lors d'une cérémonie organisée au siège de l'ONG « Le JADE pour la Vie » ...

PAGE 11

### CULTURE

#### Les Afropéennes 2025

## Lomé devient le carrefour des cultures du 20 au 23 février

La capitale togolaise accueillera la 3ème édition du festival Les Afropéennes du 20 au 23 février. Un événement qui, année après année, s'impose comme un rendez-vous ...

PAGE 4



### Eyadema/20 ans après

## Présence d'anciens dirigeants, des souvenirs charrient

Plusieurs anciens chefs d'Etat et de gouvernement africains ont marqué de leur présence la commémoration du 20ème anniversaire de la disparition du père de la nation, le général Gnassingbé Eyadema.

PAGE 3

### DERNIERES HEURES

## L'ANPE recrute 4 710 agents pour la Céni dans le cadre des prochains scrutins.

L'Agence nationale pour l'emploi (ANPE) lance une vaste campagne de recrutement pour renforcer la Commission électorale nationale indépendante (Céni). Au total 4 710 nouveaux agents seront recrutés. Parmi eux, 210 formateurs et agents techniques, ainsi que 4 500 opérateurs de saisie (OPS).

Les candidats doivent remplir des critères stricts : un BAC+2 en informatique.

L'offre peut être consultée sur le site de l'ANPE et le dépôt des candidatures se fait en ligne. La date butoir est le 14 février 2025.



	<p><b>SOMMAIRE</b></p> <p>FSRP-Togo La dynamique de la résilience alimentaire avec un financement de 50 milliards de FCFA</p>  <p>P 5</p>	<p>Économie togolaise Rapport de programmation budgétaire et économique pluriannuelle</p>  <p>P-27</p>	<p>Régimes détoxifiant L'organisme est équipé pour réaliser naturellement sa purification</p>  <p>P 10</p>
---	--	--	---

## Echos des bénéficiaires des produits FNFI

# Tchalla Yawavi Zita, Bénéficiaire des 4 cycles du Produit "Accès des Pauvres aux Services Financiers"(APSEF)

Dans ce nouveau numéro de votre rubrique quotidienne "Echos des bénéficiaires des Produits FNFI", votre quotidien Togo Matin s'intéresse encore une fois au Produit APSEF du FNFI pour mettre sous les feux de la rampe les témoignages de Madame Tchalla Yawavi Zita, heureuse bénéficiaire des 4 cycles dudit produit.

Lomé, quartier Kodomé, en empruntant cette piste bordée d'herbes géantes, la délégation du FNFI qui allait à la rencontre d'une bénéficiaire de ses produits et services ne se doutait pas de l'originalité de l'activité qui est menée par notre interlocutrice, la quarantaine, mais déjà qui peut se frotter les mains d'avoir en deux ans bénéficier des 4 cycles du tout premier produit lancé par le FNFI en Avril 2014, le produit Accès des Pauvres aux Services Financiers (APSEF).

" Comme vous savez dans notre pays, nous devons tous nous battre pour pouvoir se prendre en charge. A l'origine, j'étais cuisinière dans une

caféteriat ici devant ma maison. Mais comme vous pouvez vous l'imaginer, vu que la caféteriat n'était pas à moi, les ressources que j'obtenais mensuellement me permettaient à peine de payer le loyer de



TCHALLA Yawavi Zita

notre maisonnée et d'aider mon époux à prendre en charge les besoins de nos six enfants. Très vite, j'ai senti le besoin de pouvoir me mettre à

mon propre compte en réalisant une activité que je maîtrisais bien. J'avais déjà de sérieuses connaissances dans la fabrication de jus, car j'avais déjà fait cette activité auparavant. Une

fois mon idée de création d'entreprise en place et bien fiscalisée, il me fallait trouver le nerf de la guerre. Des ressources pour pouvoir financer

mon activité."

Et justement les microcrédits du FNFI sont destinés à ce genre de personnes dans l'optique de pouvoir les aider à démarrer l'exercice de leurs petites activités génératrices de revenus. " J'ai alors commencé à me renseigner sur les possibilités que j'avais de pouvoir contracter un microcrédit auprès d'une Institution de Microfinance. Une fois la bête, les conditionnalités étaient très rigides et je suis reparti plus déçu que jamais. Ce n'est que deux jours plus tard que j'ai pris au vol une émission sur Nana Fm où on parlait justement du bilan des opérations du FNFI. Alors je me suis dit que c'était l'occasion pour moi de me rapprocher du Fonds pour voir dans quelle conditions je pouvais obtenir un microcrédit.

Je me suis rendue alors au siège de la direction générale du FNFI et je me suis renseigné sur les différents produits qu'il met à la disposition des

ménages pauvres ou à revenus intermédiaires. A l'issue de nos discussions et échanges, je me suis rendu compte que le crédit qui était le plus approprié à moi était le crédit APSEF. J'ai franchi avec succès toutes les étapes nécessaires avant le déblocage du crédit.

Et progressivement, j'ai obtenu la première tranche crédit de 30.000 FCFA, le second de 40.000 FCFA et les deux derniers cycles de crédit d'un montant de 50.000 FCFA chacun. Cette somme m'a permis de pouvoir acheter un congélateur d'occasion et de pouvoir acheter de la matière première, notamment les citrons, les oranges, les feuilles de bissape, les colorants pour pouvoir exercer mon activité dans la seule optique de gagner le pari de mon devenir. Je suis parvenu à rembourser avec succès toutes les tranches de crédit que j'ai obtenu et je suis plus autonome financièrement."

Ceci est un programme du ministère chargé de l'inclusion financière et de l'organisation du secteur informel



Récépissé N° 0522/31/03/15/HAAC  
Edité par DIRECT MEDIA RCCM  
N° TG\_LOM 2015 B 1045  
BP : 30117 Lomé - Togo  
Tél : (+228) 97 87 12 42  
Facebook: togomatin  
E-mail : atogomatin@gmail.com  
Site web: www.togomatin.tg  
Tw: @togomatin1  
Cacavéli: 04, Rue Satelit, 3e Mson avant Groupe Cafper

Directeur de publication :  
Motchosso Kodolakina  
Secrétaire de rédaction :  
Edy Alley  
Responsable web :  
Carlos Amevor  
Comité de rédaction :  
Françoise Dasilva

Alexandre Wémima  
Edem Dadzie  
Luc Biova  
Rachid Zakari  
Responsable administrative, financière  
et commerciale:  
AMAH Essognim

Graphiste:  
Eros Dagoudi  
Imprimerie: Direct Print  
Distribution : TogoMatin  
Tirage : (2000 exemplaires)

## Loyauté et dévouement

## La nation rend hommage à certaines personnalités

Le mardi 4 février 2025, le chef de l'Etat Faure Gnassingbé a présidé, une cérémonie de décoration au Palais des congrès de Kara.

Ces récompenses interviennent dans la ferveur de la commémoration du 20ème anniversaire de la disparition du président, le général Eyadéma Gnassingbé, celui qui a consacré sa vie pour la nation togolaise. Huit personnalités ont été honorées pour service rendu à la nation togolaise dans divers secteurs.

Barry Moussa Barqué, Grand chancelier de l'Ordre du Mono a été élevé à la Dignité de Grand-Croix de l'Ordre du Mono. En effet,

l'ancien ministre d'Etat a servi avec loyauté et dévouement aux côtés du père de la nation, durant



La séance de décoration de quelques figures reconnues au Togo pour leurs engagements (Le chef de l'Etat en train de décorer Barry Moussa Barqué)

toute sa carrière politique et professionnelle. Plusieurs fois ministre, il a

fait preuve d'attachement aux valeurs républicaines, et est disponible en toutes circonstances. Tous ces

efforts ont concouru aujourd'hui à sa décoration à la dignité de Grand-Croix

de l'ordre du Mono par le président de la République. Dans la même dynamique de reconnaissance nationale des mérites des citoyens, Cina Lawson, ministre de l'Economie numérique et de la Transformation digitale, le général de brigade Dimini Allaharé, chef d'état-major général (CEMG) des Forces armées togolaises (FAT) et le général de brigade Kolemagah Kassawa ont été faits Commandeurs de l'Ordre du Mono.

En raison de leur contribution à la préservation des us et coutumes, au maintien de la cohésion sociale, au développement communautaire et à la

promotion des valeurs républicaines, quatre chefs traditionnels ont été également honorés. Les chefs traditionnels Togbui Komlan Aziagbede Hossou IV, Togbui Dodji Dabida III, Yempabou Gourma et Adom Assima ont été faits Chevaliers de l'Ordre du Mono.

La cérémonie s'est déroulée en présence des présidents des institutions de la République, des membres du gouvernement, des députés à l'Assemblée nationale et plusieurs autres autorités politiques, administratives, militaires, religieuses et traditionnelles.

La rédaction

## Eyadema/20 ans après

## Présence d'anciens dirigeants, des souvenirs charrient

Plusieurs anciens chefs d'Etat et de gouvernement africains ont marqué de leur présence la commémoration du 20ème anniversaire de la disparition du père de la nation, le général Gnassingbé Eyadema.

Les anciens présidents Goukouni Oueddei du Tchad, Nicéphore Soglo et Boni Yayi du Bénin, Issoufou Mahamadou du Niger et Alpha Oumar Konaré du Mali ont exprimé leur soutien et compassion au peuple togolais et à la grande famille éplorée. Ces hautes personnalités africaines ont à cet effet déposé chacune une gerbe au caveau familial à Pya, pour honorer la mémoire de l'illustre défunt. Elles ont aussi signé le livre de

personnelle empreinte de cordialité, de courtoisie et de générosité avec le président Eyadema qui s'est beaucoup impliqué dans la promotion de la paix, l'intégration régionale et l'unité africaine.

Toujours dans le cadre du 20ème anniversaire du décès du président Eyadema Gnassingbé le 5 février 2025 à Kara, le président Faure Gnassingbé a décerné des distinctions honorifiques à deux anciens présidents de la République.

En effet les anciens présidents du Bénin Nicéphore Soglo et du Tchad Goukouni Oueddei ont été élevés à la dignité de Grand-Croix de l'Ordre du

dans son discours de circonstance, a salué la présence de ces hautes personnalités du continent qui traduit la chaleur de la fraternité et la solidarité africaine.

reposait sur la conviction que l'unité politique et économique de l'Afrique était essentielle pour contrer la marginalisation du continent sur la scène internationale », a-t-il

remercié le chef de l'Etat pour cette marque d'attention. Ils ont saisi l'occasion pour saluer tour à tour le charisme du président Eyadema, son sens du devoir et son



Séance de décoration des anciens dirigeants amis du général Eyadema (Le chef de l'Etat en train de décorer Nicéphore Soglo, ex-président du Bénin)

condoléances, témoignant de l'aura du président Eyadema au-delà des frontières togolaises. Pour rappel, tous ces chefs d'Etat ont assisté aux cérémonies prévues dans le cadre de la célébration de ce 20ème anniversaire. Ils ont à travers des témoignages poignants relaté leur relation

mérite. Ce geste symbolique traduit la reconnaissance de leur engagement et leur confiance inébranlable aux initiatives unificatrices du président Eyadema, comme un bon père de famille.

Le ministre de l'Administration territoriale, de la Décentralisation et de la Chefferie coutumière, le colonel Hodabalo Awate



Séance de dépôt de gerbes de l'ex-président tchadien, Goukouni Oueddei

Il a rappelé l'héritage laissé par le père de la nation et son engagement pour la consolidation de la paix et l'intégration économique et des peuples, que cela soit à travers la création de la Communauté économique des Etats d'Afrique de l'Ouest (Cédéao) ou la transformation de l'Organisation de l'unité africaine (OUA) en Union africaine (UA).

« Le président Eyadema était un défenseur infatigable de l'unité et de la solidarité africaine, nourries à la sève des valeurs et des traditions de sa terre natale. Sa vision stratégique

précisé. Grâce à son entregent, le général Eyadema a réussi plusieurs médiations dans les crises au Libéria, en Côte d'Ivoire, au Sierra Léone, au Tchad etc...

« Les talents de médiateur du président Eyadema ne sont un secret pour personne. Qui ne se souvient pas du président Eyadema en 1979 traversant le fleuve Chari à bord d'une pirogue alors que la situation sur le terrain n'était guère enviable ? L'homme politique qu'il était, chérissait la paix », a déclaré le colonel Hodabalo Awate.

Les récipiendaires ont

attachement indéfectible aux valeurs de paix et de solidarité et son implication dans les efforts de paix sur le continent.

Ces hommages s'inscrivent dans la continuité des actions visant à préserver la mémoire du père de la nation et à renforcer l'unité nationale et africaine autour des valeurs qu'il a incarnées. Ils témoignent également de la volonté des autorités togolaises de perpétuer les liens d'amitié et de coopération avec ceux qui ont marqué l'histoire du pays et du continent aux côtés du président Eyadema.

Edem Dadzie

## COMMUNIQUÉ

En vertu de l'ordonnance N° 018/2025 du 24 janvier 2025.

Madame **WALACO Délali épouse VEDELAGO** informe la société **GKV AGRO GROUP SARL**, représentée par sa gérante **Mme MALAHIEUDE Virginie** que l'ordonnance d'injonction de payer N°301/2024 rendue le **24/12/2024**, par le Président du tribunal de commerce de Lomé lui a été signifié par affichage devant le dit tribunal le 15 Janvier 2025.

Qu'elle dispose d'un **délai de dix(10)** jours à compter de la date de la publication du présent communiqué pour faire opposition.

**NB:** pour tout renseignements, voir **Me Edem Julien Kokou**, Avocat au bureau du Togo.

## Les Afropéennes 2025

## Lomé devient le carrefour des cultures du 20 au 23 février

*La capitale togolaise accueillera la 3ème édition du festival Les Afropéennes du 20 au 23 février. Un événement qui, année après année, s'impose comme un rendez-vous incontournable de la scène musicale afro-européenne. L'Institut français de Lomé a levé le voile, ce jeudi 06 février, sur la programmation de cette édition, promettant des moments forts et des découvertes musicales inoubliables.*



Selon Florent de la Tullaye, programmeur du festival, « la programmation de cette année est immense ». Une diversité qui se traduit par la présence d'artistes aux influences variées, fusionnant les traditions africaines et les sonorités européennes contemporaines.

Des instruments emblématiques comme le balafon vont côtoyer des sonorités électro, offrant un métissage musical

audacieux. L'édition 2025 accueillera des artistes de renom tels qu'Innocent Kimpe & Praktika, Aron & The Jeri Jeri Band, Siân Pottock, Kin'Gongolo Kiniata, Vovoelectro et Paki Chenzü. Ce dernier promet une performance inédite le samedi 22 février : « personne n'a encore vu ça », assure Florent de la Tullaye. Entouré de 8 musiciens et de chœurs, Paki Chenzü livrera un spectacle qui s'annonce spectaculaire.

Mais au-delà de la musique, Les Afropéennes portent un message fort. Comme le souligne Stéphane Dévaux, chef d'équipe Économie et Gouvernance à la Délégation de l'UE au Togo, ce festival est une manière de « travailler

qui célèbre les valeurs de partage et d'échange, tout en offrant une scène aux jeunes talents togolais et internationaux.

Les festivaliers pourront vibrer dans deux lieux emblématiques de la

à sa vocation inclusive, l'événement reste entièrement gratuit, rendant la musique accessible à tous.

Rendez-vous à Lomé pour quatre jours de célébration musicale, où l'Afrique et



Lancement de la 3ème édition des Afropéennes, ce 06 février à Lomé.

ensemble, produire ensemble, construire ensemble, diffuser ensemble ». Un projet

capitale : l'Institut français du Togo (20 et 21 février) et le Marché de Cacavéli (22 et 23 février). Fidèle

l'Europe fusionnent en un même tempo.

**Edy Alley**

## Aide au développement

## Le Togo et ses voisins face au désengagement diplomatique américain

Si son premier mandat annonçait la couleur de sa réserve vis-à-vis de l'aide publique américaine, son second mandat vient y mettre fin. Le 24 janvier dernier, l'administration Trump par la voix du secrétaire d'État américain, Marco Rubio, a annoncé la suspension de l'aide étrangère des États-Unis. Cette mesure qui va durer 90 jours frappe une large majorité des partenaires des États-Unis, dont le Togo.



Dans une note circulaire officielle, il a été précisé qu'« aucun fonds ne sera engagé ni renouvelé sans un examen approfondi et une validation conforme aux priorités stratégiques fixées par le président Donald Trump ». Si Israël et l'Égypte, alliés stratégiques des États-Unis, sont exemptés de cette suspension, les autres pays doivent désormais faire face à un changement drastique de politique. Ce choc est d'autant plus ressenti en Afrique, où l'aide américaine constitue souvent un levier crucial pour les secteurs vitaux comme la santé, l'éducation ou les infrastructures. Le Togo, où les États-Unis sont l'un des principaux bailleurs de fonds, se retrouve en première ligne de cette annonce. Plusieurs projets en cours, financés par les États-Unis, sont désormais suspendus en attendant des clarifications sur la suite. L'un des premiers secteurs menacés par cette mesure est celui de la santé. Depuis deux décennies, les États-

Unis sont un acteur clé dans la lutte contre le VIH/SIDA en Afrique via le programme President's emergency plan for AIDS Relief (PEPFAR). En 2023, le programme a décaissé 9,2 millions de dollars pour le Togo, permettant d'assurer l'accès aux antirétroviraux pour plus de 300 000 patients. La suspension des fonds risque de remettre en cause des progrès acquis de longue haleine. "En clair, une coupure durable de ces financements pourrait remettre en cause 20 ans de progrès dans la lutte contre le VIH/SIDA au Togo", soulignent des experts. L'incertitude pèse désormais sur le maintien de ces traitements et les conséquences sur la population malade.

#### L'éducation en jeu : des milliers d'enfants à risque

Le programme McGovern-Dole, qui finance l'alimentation scolaire pour les enfants issus de milieux défavorisés, est un autre domaine particulièrement affecté. Ce programme, qui avait prévu

d'apporter 33 millions de dollars au Togo en 2023, devait permettre à plus de 154 000 écoliers de bénéficier d'un repas quotidien, essentiel pour leur maintien à l'école. Mais, avec la suspension des fonds, ces enfants risquent de se retrouver privés de ce soutien vital. "L'interruption de ces financements pourrait exacerber les inégalités et compromettre les efforts de scolarisation dans les zones rurales", avertit un analyste.

La situation devient d'autant plus complexe quand on regarde les programmes agricoles. Le Togo, comme beaucoup de pays en développement, comptait sur l'aide américaine pour renforcer ses capacités agricoles. Le programme « Nourriture pour le progrès » devait offrir des produits agricoles américains pour soutenir l'introduction de la libre entreprise dans les économies agricoles en développement. Ce projet est désormais suspendu, laissant

de nombreuses initiatives locales sans financement. Les ONG locales, telles que Catholic relief services (CRS), qui gère l'alimentation scolaire, sont également confrontées à l'arrêt de leurs programmes. Des structures comme la Fédération togolaise des personnes handicapées (FETAPH) et Ti-Mondo, engagées dans l'insertion des personnes vulnérables et la lutte contre l'extrémisme violent, risquent également de voir leurs actions mises à mal. La coopération militaire, bien que modeste, n'échappe pas à ce coup de frein. Les États-Unis ont toujours été sélectifs dans leurs engagements militaires, préférant soutenir des pays jugés stratégiques comme l'Égypte ou le Nigeria. Toutefois, la réduction des financements pourrait nuire aux efforts de formation des forces de sécurité togolaises, essentielles pour lutter contre les menaces djihadistes dans le nord du pays. La suspension des fonds met également en péril les initiatives liées à la lutte contre le terrorisme, secteur crucial pour un pays en proie à une instabilité toujours présente.

#### Un avenir incertain

Alors que le Togo se retrouve pris dans ce tourbillon diplomatique, la question demeure. Cette suspension est-elle un simple ajustement temporaire ou annonce-t-elle

un désengagement durable des États-Unis en Afrique ? Les experts s'interrogent, car cette décision marque un virage protectionniste qui pourrait redéfinir les relations internationales et bouleverser l'aide au développement dans la Région. Bien que l'aide américaine représente une part non négligeable du soutien aux initiatives sociales, sa suspension symbolise un tournant dans la politique internationale des États-Unis. Si le Togo, avec environ 41 dollars d'aide par habitant, reste moins dépendant que certains autres pays africains, cette décision pourrait cependant avoir des conséquences durables. Désormais la question est de savoir qui prendra le relais. Si certains espèrent une intervention des bailleurs européens, d'autres redoutent un abandon pur et simple de programmes vitaux.

Dans l'attente de la réactivation ou non de ces financements, les secteurs de la santé, de l'éducation et de la gouvernance sont suspendus, et l'État togolais devra redoubler d'efforts pour trouver des alternatives. Si la situation semble précaire, elle illustre, à n'en pas douter, l'évolution d'une politique américaine qui pourrait avoir des répercussions bien au-delà des frontières togolaises.

E. A

## Entrepreneuriat

## La Fondation Tony Elumelu offre une opportunité inédite aux jeunes

Le programme d'entrepreneuriat de la Fondation Tony Elumelu (TEF) continue de s'imposer comme un levier incontournable pour l'autonomisation des jeunes entrepreneurs africains. En 2025, la Fondation, en collaboration avec le ministère du Développement à la base, de l'Inclusion financière, de la Jeunesse et de l'Emploi des jeunes du Togo, déploie son programme. Une initiative ambitieuse qui vise à sensibiliser les jeunes togolais aux vastes opportunités offertes par cette fondation pionnière.



La Fondation Tony Elumelu, l'acteur majeur du développement économique en Afrique, ne cesse de redéfinir les contours de l'entrepreneuriat sur le continent. Chaque année, elle forme des milliers de jeunes porteurs de projets à travers toute l'Afrique. La Fondation a formé avec succès plus de 200 000 entrepreneurs aux compétences de base en gestion d'entreprise dans le cadre de son programme d'entrepreneuriat. Un chiffre

impressionnant qui témoigne de l'impact concret du programme, dont le Togo bénéficie également. Pour les jeunes entrepreneurs intéressés, les conditions sont simples mais exigeantes. Il faut être âgé de 18 ans ou plus, avoir une entreprise de moins de 5 ans ou un projet à concrétiser. L'appel est particulièrement dirigé vers les projets dans les secteurs de l'emploi vert et de l'intelligence artificielle, deux domaines considérés comme stratégiques pour l'avenir de

l'Afrique.

Cette initiative va au-delà de la simple formation. Les participants bénéficient d'un suivi constant, d'une formation pratique sur des sujets comme la gestion d'entreprise, la croissance et le leadership, mais également d'un mentorat personnalisé.

Les entrepreneurs les plus prometteurs se verront offrir un capital d'amorçage de 5000 dollars pour développer leurs projets. Le

Togo, comme de nombreux autres pays africains, voit en ce programme une réelle opportunité pour ses jeunes. Il faut dire que l'engagement de la Fondation Tony Elumelu est plus qu'une promesse : « Nous restons déterminés à donner aux entrepreneurs africains les ressources et le soutien nécessaires pour garantir que leurs entreprises puissent évoluer et conduire un changement durable », déclare Ifeyinwa Ugochukwu,

la PDG de la fondation.

L'avenir de l'entrepreneuriat au Togo semble donc tout tracé, grâce à cette collaboration inédite qui pourrait bien façonner la prochaine génération d'entrepreneurs innovants. Pour en savoir plus sur ces opportunités, le public est invité à prendre part gratuitement, ce vendredi 7 février à une rencontre à l'hôtel 2 Février à Lomé.

Edy Alley

## FSRP-Togo

## La dynamique de la résilience alimentaire avec un financement de 50 milliards de FCFA

Le Programme de Résilience du système alimentaire en Afrique de l'Ouest (FSRP-Togo) prend de l'ampleur. Deux ans après son lancement, cette initiative ambitieuse, soutenue par la Banque mondiale, se rapproche de son objectif de toucher 600.000 bénéficiaires. Loin d'être une simple promesse, le projet livre déjà des résultats concrets qui témoignent de son potentiel pour transformer durablement le paysage agricole togolais et ouest-africain.

Le bilan à mi-parcours, présenté lors d'une ...

Suite à la page 7

## Économie togolaise

# Rapport de programmation budgétaire et économique pluriannuelle

**Le Document de programmation budgétaire et économique pluriannuelle (DPBEP) 2024-2026 fait une rétrospection financière du Togo sur les trois dernières années et met en relief le devenir économique du Togo sur les trois prochaines années.**

Le Document de programmation budgétaire et économique pluriannuelle 2024-2026 permet d'assurer une meilleure allocation des ressources mobilisables en cohérence avec les orientations stratégiques des politiques publiques sur la période 2024-2026, les engagements internationaux auxquels le Togo a souscrit conformément aux priorités du gouvernement définies dans la feuille de route gouvernementale Togo 2025 (FDR).

Aussi constitue-t-il, le socle pour l'élaboration du budget 2024 en s'appuyant sur des hypothèses économiques précises et justifiées. Le DPBEP 2024-2026 présente la trajectoire d'une consolidation de la croissance économique après les chocs enregistrés ces trois dernières années. Il fixe à moyen terme, les objectifs d'équilibre budgétaire et financier, en termes de prévision du déficit résultant de l'évaluation des recettes et des dépenses et aborde les points d'ancrage de la politique économique en 2024, 2025 et 2026.

### Évolution des finances publiques entre 2020 et 2022

Les recettes budgétaires réalisées pour les années 2020, 2021 et 2022 se sont chiffrées respectivement à 830,5 milliards, 921,6 milliards et 1.051,4 milliards, soit un accroissement moyen de 12,5% sur la période. Les dépenses ordinaires sont constituées des charges financières de la dette, des dépenses de personnel, des dépenses d'acquisitions de biens et services, des dépenses de transferts courants et des dépenses en atténuation de recettes. Elles représentent en moyenne 66,1% des dépenses budgétaires. Ces dépenses se

sont établies à 976,2 milliards en 2022 contre 757,4 milliards en 2021 et 736,2 milliards en 2020. Sur la période sous revue, elles ont connu une progression moyenne de 15,9% due essentiellement à l'augmentation des dépenses de transferts courants, des dépenses en atténuation de recettes et des dépenses d'acquisition des biens et services.

Composées des titres publics, emprunts, droits de tirages spéciaux et recettes des privatisations, les ressources de trésorerie ont connu une évolution contrastée sur la période 2020-2022. Elles sont passées de 820,3 milliards en 2020 à 622,1 milliards en 2021 et à 902,9 milliards en 2022. Les charges de trésorerie comprenant le remboursement des produits des emprunts à court, moyen et long terme, les retraits sur les comptes des correspondants et les prêts et les avances, ont connu une augmentation moyenne de 14,1% sur la période 2020-2022. En 2022, elles se sont établies à 519 milliards contre 406,4 milliards en 2021 et 404,2 milliards en 2020. Les opérations de trésorerie ont dégagé un solde excédentaire de 416,1 milliards; 215,7 milliards et 383,9 milliards respectivement en 2020, 2021 et 2022, soit une progression de 14,9% par rapport à 2021. Dans l'ensemble, le solde global ressorti sur la période sous revue est excédentaire de 116,3 milliards en 2020 et déficitaire de 34,6 milliards.

### Estimation 2023 et perspectives 2024-2026

L'estimation des ressources des Etablissements publics administratifs (EPA) en 2023 est de 118,5 milliards. Sur la période 2024-2026, elles seraient respectivement de 118,5 milliards, 121,8 milliards et 136,3 milliards. Les projections présentent une tendance haussière moyenne de 4,9% sur la période 2024-2026. Les dépenses des EPA à fin 2023 estimées à 112,6 milliards, sont composées de 98,1 milliards de dépenses de fonctionnement et 14,5 milliards de dépenses d'investissement. Le niveau des dépenses projeté sur la

période 2024-2026 s'élèverait respectivement à 105,4 milliards, 111,5 milliards et 129,6 milliards.

Les dépenses d'investissement sont

s'expliquerait par la hausse exceptionnelle des appuis des PTF portés à 93% par le district autonome du Grand Lomé.

Les dépenses des collectivités

présenteraient une tendance haussière par rapport à l'estimation de 2023. L'estimation des dépenses de la CRT à fin 2023 s'élève à 53 milliards. Le niveau des dépenses projeté sur la



projetées à 17,4 milliards en 2024; 17,1 milliards en 2025 et 18,2 milliards en 2026 et représenteraient respectivement 16,5%, 15,3% et 14% du total des dépenses sur la période. L'estimation des ressources des collectivités territoriales en 2023 est de 46,9 milliards. Sur la période 2024-2026, elles seraient respectivement de 46,5 milliards, 49,8 milliards et 55,9 milliards. Les projections

territoriales à fin 2023 sont estimées à 45,8 milliards réparties en 24,9 milliards de dépenses de fonctionnement et 20,9 milliards de dépenses d'investissement. Le niveau des dépenses projeté sur la période 2024-2026 s'élèverait respectivement à 45,9 milliards, 48,3 milliards et 53,4 milliards. Les projections de 2024 à 2026, présentent une tendance haussière par rapport à l'estimation de 2023.

période 2024-2026 s'élèverait respectivement à 55,9 milliards, 58,3 milliards et 60,8 milliards. Ces projections enregistrent une hausse en moyenne de 4,7% sur la période.

Les ressources de l'INAM sont estimées à 40 milliards en 2023 en augmentation de 158,6% par rapport à leur niveau de réalisation de 2022. Cette augmentation



de 2024 sont en baisse par rapport à l'estimation de 2023 tandis que les projections de 2025 à 2026, présenteraient une tendance haussière par rapport à 2023. Le niveau élevé des ressources en 2023

L'estimation des ressources de la CRT en 2023 est de 52,8 milliards. Sur la période 2024-2026, elles seraient respectivement de 56 milliards, 58,3 milliards et 60,6 milliards. Ces projections

remarquée des ressources s'expliquerait par une importante hausse de l'effectif des assurés sur la période sous revue en lien avec l'élargissement du champ de couverture de l'INAM à tous

les agents du secteur public et parapublic. Sur la période 2024-2026, les ressources seraient respectivement de 47,7 milliards, 59,9 milliards et 73,8 milliards.

Les projections de la période sous revue seraient en hausse moyenne de 22,7%. L'estimation des dépenses à fin 2023 s'élève à 36,7 milliards, soit une augmentation de 146,6% par rapport à leur niveau de réalisation de 2022. Cette augmentation remarquable des dépenses en 2023 serait due à une importante hausse de l'ensemble des dépenses relativement à l'évolution

2024-2026.

#### Evolution de la dette publique de 2020 à 2026

L'encours de la dette publique est passé de 2.564,4 milliards en 2020 pour s'établir à 3.337,4 milliards en 2022, soit une hausse de 30,6% sur la période sous revue. L'encours de la dette publique rapporté au PIB est passé de 60,3% du PIB en 2020 à 65,9% du PIB en 2022. Cette hausse est en corrélation avec l'aggravation du déficit budgétaire lié aux conséquences de la pandémie de la Covid-19, la crise sécuritaire et la crise alimentaire. Le stock de la dette intérieure est passé de 1.420,6 milliards en 2020

financement des projets de développement.

Le portefeuille de la dette extérieure du Togo en 2022 est majoritairement composé des créances multilatérales (58,6%). Les créances bilatérales sont minoritaires dans le portefeuille de la dette publique du fait que la dette bilatérale envers les membres du Club de Paris a été considérablement réduite, suite à l'atteinte du point d'achèvement de l'initiative PPTe le 14 décembre 2010. Le taux d'endettement extérieur s'est établi à 25,6% en 2022. En termes de perspective, le taux d'endettement public se situerait à 61% en 2026, soit

de ramener le risque de surendettement global élevé à un risque de surendettement modéré à l'horizon de 2025 avec une marge suffisante pour absorber les chocs et maintenir le risque de surendettement extérieur à modéré sur les moyen et long termes.

#### Environnement économique international régional

La situation économique internationale a été marquée ces dernières années par une série de chocs concomitants qui se sont renforcés en 2022 dont l'une des conséquences a été, selon les pays et les régions, le fléchissement ou le ralentissement de l'activité économique. En résultante, le taux de croissance du PIB mondial est ressorti à 3,4% en 2022 après 6,3% en 2021 et une contraction de 2,8% en 2020. Le rythme de croissance dans les pays avancés s'est décéléré en 2022, ressortant à 2,7% après 5,4% en 2021 et -4,2% en 2020. Ce ralentissement fait suite à la persistance des tensions inflationnistes et la réduction de la production dans le secteur manufacturier.

Dans la zone Euro, en lien avec la crise énergétique et la poussée inflationniste, la croissance du PIB a ralenti à 3,5%, après 5,4% en 2021. Dans les pays émergents et en développement, l'activité a pâti du ralentissement de la demande dans les pays avancés et du durcissement des conditions financières internationales. Le raffermissement du dollar

a constitué une difficulté supplémentaire. Le taux de croissance réel dans cette zone est estimé à 4% en 2022 contre 6,7% en 2021. En Chine, la croissance économique s'est ralentie pour s'établir à 3% en 2022 contre 8,4% en 2021. Quant à l'économie indienne, elle a poursuivi sa forte expansion, grâce à une demande intérieure résiliente malgré les chocs extérieurs négatifs. Le PIB de l'Inde a progressé de 6,8% en 2022 après 9,1% en 2021.

En Afrique subsaharienne, touchée par le ralentissement économique au plan mondial, la croissance économique est ressortie à 3,9% contre 4,8% en 2021. Dans la Cedeao, le taux de croissance est passé de 4,4% en 2021 à 3,9% en 2022. Le Nigeria affiche une hausse de l'activité économique de 3,3% en 2022 contre 3,6% en 2021. Dans l'Uemoa, la dynamique de croissance s'est poursuivie dans les Etats membres en lien avec le regain d'activité dans l'ensemble des secteurs, en dépit du contexte de hausse générale des prix exacerbée par les tensions géopolitiques internationales, la persistance de la crise sécuritaire et de la crise sanitaire. La croissance économique de l'Union est estimée à 5,7% en 2022 contre 5,9% en 2021.

Luc Biova

**Source : Rapport d'étude faisant partie du document de programmation budgétaire et économique pluriannuelle 2024-2026**



#### Conclusion d'un partenariat

de l'effectif des assurés. Le niveau des dépenses projeté sur la période 2024-2026 s'élèverait respectivement à 42,4 milliards, 52,1 milliards et 62,7 milliards. Elles connaîtraient une hausse moyenne de 19,6% entre

à 2.041,2 en 2022, soit une progression de 29,7%. Il représente 40,3% du PIB à fin 2022. Ce stock est composé des fonds levés au titre des emprunts obligataires par l'Etat sur le marché financier régional pour le

une baisse de 4,8 points de pourcentage par rapport à 2022 grâce à la consolidation budgétaire ramenant le déficit budgétaire à 3% du PIB à partir de 2025.

Cette tendance permettra

## FSRP-Togo

Suite de la page 5

# La dynamique de la résilience alimentaire avec un financement de 50 milliards de FCFA

...rencontre qui s'est tenue à Lomé du 20 au 24 janvier, est sans appel. Le programme a touché plus de 500.000 personnes à ce jour. « Au 31 décembre 2024, cette initiative financée par la Banque mondiale a permis de toucher 509.438 personnes, dont 34% de femmes », rapporte le document de revue. Ces chiffres sont encourageants, mais loin d'être un aboutissement. Bien que l'objectif de 600.000 bénéficiaires soit à portée de main, plusieurs défis demeurent, exigeant des ajustements et des efforts constants.

Au cœur de ces discussions figure la question de l'extension du programme. Avec l'ambition d'ajouter 130.000 nouveaux bénéficiaires d'ici fin 2025, il est évident que les attentes

sont élevées. Mais derrière ces chiffres se cachent des enjeux beaucoup plus vastes. Ce programme ne se limite pas à une simple aide ponctuelle. Il s'agit de bâtir une agriculture durable et résiliente.

Le FSRP-Togo repose sur un financement de 50 milliards de FCFA, alloués pour renforcer trois axes stratégiques fondamentaux. Le premier d'entre eux est l'investissement dans l'agriculture climato-intelligente, un levier essentiel pour permettre aux exploitations agricoles de faire face aux effets du changement climatique. Ensuite, il y a la promotion de la chaîne de valeur et du commerce intrarégional, un aspect clé pour donner aux agriculteurs un accès plus large aux marchés et aux opportunités économiques. Enfin, le

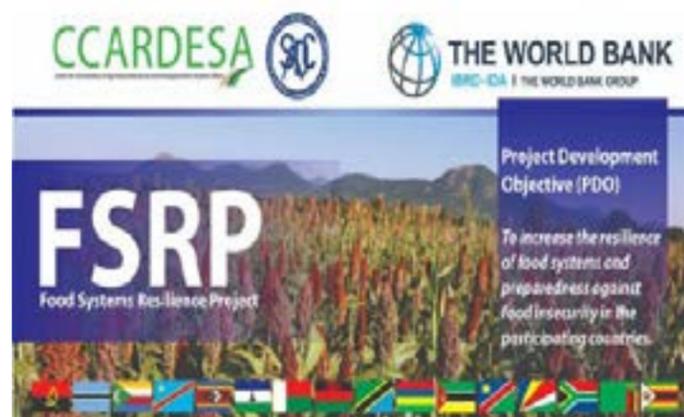
programme vise à renforcer la capacité régionale à gérer les risques agricoles, en offrant aux producteurs des outils pour mieux anticiper les crises.

les agriculteurs puissent se relever face aux intempéries et aux crises économiques qui frappent leur secteur. Il est essentiel de penser à la

sera désormais de maintenir la dynamique et d'ajuster les stratégies pour un impact encore plus large. Avec un plan clair, des résultats solides et des ajustements en cours, l'initiative semble prête à franchir une nouvelle étape vers un système alimentaire plus robuste, plus résilient et plus inclusif.

En somme, le FSRP-Togo ne se contente pas de répondre aux urgences de l'heure ; il prépare l'avenir, en posant les bases d'une agriculture pérenne, qui saura répondre aux défis du climat, de la croissance démographique et de l'intégration régionale. L'avenir du système alimentaire ouest-africain pourrait bien se dessiner ici, dans les champs et les exploitations agricoles du Togo.

Edy Alley



Cette approche globale et structurante s'attaque aux racines des problèmes du secteur agricole. Il ne s'agit pas uniquement d'augmenter la production alimentaire, mais aussi de garantir que

la résilience à long terme.

L'année 2025 s'annonce déterminante pour le FSRP-Togo. Si le programme a déjà montré sa capacité à transformer des vies, l'enjeu

**COPIE**

**COMMANDEMENT AUX FINS DE SAISIE IMMOBILIERE**  
\*\*\*\*\*

L'An Deux Mil Vingt-Cinq (2025)  
Et le Vendredi 31 Janvier à 15 heures 39 minutes

A la requête de la **SOCIETE INTERAFRICAIN DE BANQUE (SIAB)**, Société Anonyme avec Conseil d'Administration, au Capital Social de SIX MILLIARDS SIX CENT TRENTE CINQ MILLIONS DE FRANCS (CFA 6.635.000.000), Société de Droit Togolais, enregistrée en 1976 au Registre du Commerce et du Crédit Mobilier du TOGO (RCCM) sous le numéro TOGO LOME-1976 B 738, ayant son siège social à Lomé, 14 Avenue Sylvanus OLYMPIO, Tél : (+228) 22-21-13-14 / Fax : (+228) 22-21-58-29, BP. 4874 Lomé-Togo, agissant, poursuites et diligences de son Administrateur Provisoire, demeurant et domicilié audit siège ;

Assistée de :

- **Maitre Jean Foli DOSSEY**, Avocat à la Cour, 14 Rue des Sabliers 01 B.P. 472- Tél: (00228) 22-20-60-01/ Fax: (00228) 22-20-60-02, Lomé-Togo; E-mail: fdossey@hotmail.com;

Et de :

- **Maitre Ayayi François ALOGNON**, Avocat à la Cour, 735 Bd Houphouët Boigny, BP: 61361, Tél: (00228) 22-21-87-72 / 90-01-75-89, Lomé-Togo, E-mail: franc\_alo@yahoo.fr.

En leurs Etudes respectives où domicile est élu pour les présentes et leurs suites :

Nous, **Doris Améyo KPONYO**, Huissier de Justice près la Cour d'Appel et le Tribunal de 1ère Instance de Lomé demeurant et domicilié en cette ville quartier Didié en face de l'Institut Africain de Développement Bancaire et Social IADBS B.P. 81322 Tél: 22 25 18 83 LOME - TOGO Soussigné

Agissant en vertu de :

1-) Copie de la Grosse de la convention de compte courant en date du 14 Juin 2017 ;

2) Copie de la lettre d'arrêt de compte en date du 16 Août 2023, signifiée le 19 septembre 2023 ;

3-) copie de la lettre de clôture juridique en date du 13 Août 2024 signifiée le 21 Août 2024 ;

Ensemble avec les pièces suivantes :

4-) Copie du Certificat d'Inscription Hypothécaire en date du 06 Novembre 2017 ;

5-) Copie du Pouvoir aux fins de saisie immobilière en date du 17 Septembre 2024 donné à Maitre KPONYO Améyo Doris, Huissier de justice près la Cour d'Appel de Lomé et le Tribunal de Grande Instance de Lomé et à Maitre DOBOU Koffi Likem Huissier de justice près la Cour d'Appel de Kara et le Tribunal de Grande Instance de Kara pour procéder à la saisie réelle d'immeuble urbain bâti, sis à Kara quartier Tomdè, d'une contenance de 13a 79 ca, consistant en un terrain ayant la forme d'un quadrilatère irrégulier, limité au Nord par les lots N°1039, 1041 et 1044b au Sud par les lots n°1041, 1043b et 1045b à l'Est par les lots N°s 1044b, 1045b et à l'Ouest par une rue non dénommée de 14 mètres, lequel immeuble fait objet du titre foncier N°43.211 RT Vol. 253 F°15, appartenant à Monsieur AWIKODO Tomdjao, demeurant et domicilié à Lomé, Caution Hypothécaire de la Société NANYABA HOUSE SARL ;

Ai fait commandement à :

1-) **La Société NANYABA HOUSE SARL**, dont le siège social est à Lomé, quartier Adéwi, Rue Boulevard de la Kara ; 13BP :261, Tel :90 08 71 50, immatriculée au Registre du Commerce et du Crédit Mobilier du TOGO (RCCM) sous le numéro TG-LOM 2015 B 928; prise en la personne de son Représentant légal demeurant et domicilié audit siège, où étant et parlant à : les bureaux étant fermés, nous avons procédé à l'affichage à la porte principale de l'auditoire du Tribunal de Grande Instance de Lomé et à l'insertion dans le journal Togolais Matin conformément à l'article 58 du Code de Procédure Civile et à l'ordonnance N°165/2025 du 22 Janvier 2025 signée par le Président du Tribunal de Grande Instance de Lomé.

2-) **Monsieur AWIKODO Tomdjao**, inspecteur des douanes, Caution hypothécaire de la Société NANYABA HOUSE SARL demeurant et domicilié à Lomé, où étant et parlant à :

D'avoir à payer à moi, Huissier mandaté à cet effet par la requérante ou à ses Conseils, Maitre Jean Foli DOSSEY, et Maitre ALOGNON Ayayi François, Avocats à la Cour, la somme de CINQ CENT QUATORZE MILLIONS QUATRE CENT QUARANTE CINQ MILLE DEUX CENT DEUX CENT SOIXANTE DIX HUIT FRANCS (CFA-514.445.278) représentant le montant total de sa dette en principal, intérêts et les frais, sans préjudices de tous autres droits, dus et actions et décomposée comme suit :

1°)-Principal de la dette .....437.005.334 FCFA  
2°)-Frais de recouvrement (15%) ... 65.550.800 FCFA  
3°)- TVA (18%)..... 11.799.144 CFA

4°) Coût du présent exploit ..... 90.000 FCFA  
Soit au total la somme de..... 514.445.278 FCFA

Sous réserves de tous autres droits, dus et actions :

Les avertissant que faute par eux de payer ladite somme dans les VINGT (20) JOURS de la signification du présent exploit, le présent commandement pourra être transcrit à la Conservation de la Propriété Foncière du Togo et vaudra saisie à partir de sa publication.

Cette saisie portera sur l'immeuble ci-après indiqué.

**Désignation de l'immeuble**

Il s'agit d'un immeuble urbain bâti, sis à Kara quartier Tomdè, d'une contenance de 13a 79 ca, consistant en un terrain ayant la forme d'un quadrilatère irrégulier, limité au Nord par les lots N°1039, 1041 et 1044b au Sud par les lots n°1041, 1043b et 1045b à l'Est par les lots N°s 1044b, 1045b et à l'Ouest par une rue non dénommée de 14 mètres, lequel immeuble fait objet du titre foncier N°43.211 RT Vol. 253 F°15, appartenant à Monsieur AWIKODO Tomdjao, Telle au surplus que ledit immeuble existe, s'étend, se poursuit et se comporte sans aucune exception ni réserve

Leur déclarant en outre que l'expropriation de l'immeuble ci-dessus désigné sera poursuivie par devant le Tribunal de Grande Instance de Kara, sur les poursuites et diligences des Maîtres Jean Foli DOSSEY et Ayayi François ALOGNON, tous Avocats à la Cour, constitués ;

3-) Ai notifié à **Monsieur le Conservateur de la Propriété Foncière au Togo** demeurant et domicilié à Lomé, au Service des Domaines, où étant et parlant à :

Copie du présent commandement et lui ai rappelé de s'abstenir de toute mutation de l'immeuble dont s'agit, ou d'y inscrire tout droit réel tant que mainlevée ne sera pas donnée audit commandement, mais, dès réception du présent exploit, est mandaté d'inscrire tous droits de ma requérante sur le Titre Foncier sus-spécifié ;

**SOUS TOUTES RESERVES  
ET POUR QU'ILS NE L'IGNORENT**

Je leur ai, étant et parlant comme ci-dessus remis copies à chacune tant des pièces susvisées dont ils ont visé le bordereau, que du présent exploit dont le coût est de \_\_\_\_\_ F CFA.

PJ  
Bordereau de pièces





## AVIS AUX OPERATEURS ECONOMIQUES RELATIVE A LA PROROGATION DE DELAI DE DEPOT DES DECLARATIONS ANNUELLES DES SALAIRES SUR LA PATEFORME DIMANA AU TITRE DE L'EXERCICE 2024

**N° 002/2025/OTR/CG/CI**

Dans le cadre de l'optimisation de l'application de déclaration en ligne DIMANA, l'Office Togolais des Recettes (OTR) a déployé un nouveau module de Déclaration Annuelle des Salaires (DAS).

Alors que le délai butoir pour la soumission de la DAS au titre de l'exercice 2024 est fixé au 31 janvier 2025, conformément aux dispositions de l'article 28 du Livre des Procédures Fiscales (LPF), force est de constater que certains contribuables éprouvent encore des difficultés pour s'y conformer.

Afin de permettre aux contribuables de procéder à la Déclaration Annuelle des Salaires (DAS) au titre de l'exercice 2024 dans de meilleures conditions, le Commissaire Général porte à la connaissance des contribuables soumis à l'obligation de dépôt des DAS dans l'application DIMANA, qu'une prorogation exceptionnelle d'un délai de quinze (15) jours leur est accordée pour effectuer ladite déclaration.

Cette mesure exceptionnelle a pour effet la suspension des pénalités liées aux dépôts tardifs. Les pénalités seront appliquées à partir du lundi 17 février 2025.

Le commissaire Général compte sur le civisme de tous pour le respect de cette mesure exceptionnelle qui prend effet à partir de sa date de signature.

Fait à Lomé le 31 janvier 2025  
Pour Le Commissaire Général et p.o  
Le Commissaire des Douanes et Droits Indirects

*Signé*

**Kwawo A. K. ESSIEN**

## Régimes détoxifiant

## L'organisme est équipé pour réaliser naturellement sa purification

**Pour se sentir mieux en cas d'excès alimentaire ou de fatigues répétées, de nombreuses personnes consomment certains aliments, certaines tisanes ou certains jus comme le jus de citron, ou encore pratiquent des régimes spécifiques dont le but est de nettoyer l'intestin, le foie, les reins ou encore plus largement de purifier l'organisme dans son ensemble. Mais, est-ce nécessaire ?**

Cette notion est née de la croyance que pour être en bonne santé le corps doit se débarrasser des toxines qu'il produit et qu'il a besoin d'aide pour réaliser ce nettoyage. Depuis quelques années, elle a été reprise massivement par l'industrie agroalimentaire qui a participé à créer une véritable mode des produits ou régimes détoxifiant.

Malheureusement, l'on sait aujourd'hui qu'aucun aliment seul n'a le pouvoir de nettoyer le corps des toxines et qu'il n'y a aucune preuve scientifique du fonctionnement et du bénéfice de ces régimes « detox » pour la santé. Cette mode n'aide pas à promouvoir un mode de vie sain tout au long de l'année et participe à faire oublier que l'organisme est équipé pour réaliser naturellement cette « detox ». Il y a un organe qui est en première ligne dans ce

système : c'est le foie. Il a un rôle central pour l'ensemble du métabolisme comme celui des sucres et des lipides (les graisses). Il synthétise aussi un grand nombre de protéines indispensables comme les protéines de la coagulation, et il produit la bile qui permet la digestion des graisses. Enfin, il a un rôle antitoxique en détruisant certaines toxines, les médicaments et en transformant l'ammoniac en urée.

Contrairement à beaucoup d'idées reçues, cet organe, s'il est en bonne santé, ne stocke pas de toxines ou de déchets. Il les transforme puis les envoie dans le sang, et les reins évacuent ces déchets et ces toxines. En effet, les reins évacuent par les urines, les minéraux en excès comme le sodium, le potassium et le phosphore mais aussi les déchets comme l'urée ou encore les acides.

Certains régimes détoxifiants restrictifs peuvent avoir des conséquences négatives sur la santé alors que si l'on prend soin de son foie et de ses reins avec un mode de vie sain, ils vont réaliser naturellement ce travail de détoxification de l'organisme.

Tout d'abord, si l'on réalise une cure de detox intensive, l'on va avoir tendance à supprimer des familles entières d'aliments, comme les protéines ou les acides gras essentiels, et adopter, pendant une période assez longue, une alimentation



basée sur un seul type d'aliments ou alors sur une consommation unique de soupes ou de jus de légumes. En faisant cela, l'on va obliger le corps à puiser dans ses réserves afin de combler ces manques. Le risque est de perdre de la masse musculaire, d'instaurer des carences et après la sensation de bien-être des premiers jours, de rentrer dans une période de fatigue importante.

L'autre risque est de penser qu'en consommant tous les

jours un produit détoxifiant, une tisane ou des jus de légumes l'on peut effacer les effets négatifs d'une alimentation déséquilibrée trop riche en graisses, en sucres ou encore en sel. Cela peut retarder la nécessité d'un changement profond de

mode de vie.

#### Quelles sont les recommandations pour éviter les risques ?

Sur le long terme, il faut absolument adopter une alimentation équilibrée qui va permettre au foie de bien faire son travail. Ainsi il faut : diversifier et intensifier la consommation de fruits et légumes en essayant de respecter au maximum la recommandation d'une consommation de 5 fruits et légumes par jour ; assurer

un apport adéquat en micronutriments (vitamines et minéraux) et en protéines.

Il faut par ailleurs avoir un apport mesuré en limitant la consommation de graisse, de sel et de sucre ; limiter au maximum la consommation d'alcool qui endommage le foie ; s'hydrater correctement avec de l'eau qui est la seule boisson nécessaire à l'organisme en essayant d'avoir un apport moyen de 1,5 litres d'eau par jour. Cette hydratation va permettre aux reins de fonctionner parfaitement.

Mais il y a aussi des périodes, comme pendant les fêtes, où l'on réalise des excès plus inhabituels. Après ces périodes, il faut reprendre très rapidement une activité physique, bien s'hydrater, éviter les aliments trop gras, trop sucrés et trop salés tout en renforçant fortement la consommation de fruits et de légumes. Cela va aider l'organisme et permettre de rapidement se sentir mieux.

**Edem Dadzie**

Expert : Stéphane Besançon, nutritionniste et directeur de l'ONG Santé Diabète à Bamako au Mali

## Kinésithérapeute et ostéopathe

## Que font ces deux spécialistes dans le processus de guérison ?

**Que savez-vous du travail d'un kinésithérapeute ou d'un ostéopathe. Beaucoup, peu ou rien du tout ? Cet article vous sera utile**

Même si à travers des techniques manuelles collectées depuis des siècles, ces deux disciplines peuvent sembler similaires, elles restent différentes et

aux mouvements quotidiens afin de prévenir des troubles pathologiques.

Si l'on prend comme exemple une voiture qui présente un défaut d'éclairage, le kinésithérapeute serait alors le professionnel qui manipulerait directement les ampoules, en vérifiant le type

rediriger le véhicule vers le professionnel adapté afin d'en changer les composants. Il pourrait identifier des pneus arrières sous gonflés ou un système de suspension défaillant comme source de déséquilibre impactant l'éclairage final.

#### Concrètement, quand consulter l'un ou l'autre ?

Étant donné que l'ostéopathie et la kinésithérapie sont complémentaires, l'on peut solliciter les deux professions et recueillir leurs avis concernant une situation. L'ostéopathe aura généralement une intervention plus ponctuelle et espacée que le kinésithérapeute que l'on peut consulter 10, 15 ou 30 fois pour un même motif.

Pour consulter un ostéopathe, l'on n'a pas besoin de prescription médicale. Le spécialiste en thérapie manuelle établit lui-même un diagnostic qu'il sera en mesure de vous exposer. Son rôle est de rechercher les zones de restrictions de mobilités et de dysfonctionnements

qui seraient la source des douleurs. Il n'a pas de rôle à jouer dans la rééducation.

Le kinésithérapeute quant à lui, concentre son travail sur la rééducation d'une zone anatomique. Et en général, cette consultation vient après une prescription de votre médecin généraliste.

En ostéopathie, le patient est généralement passif. Il existe certains mouvements, positions et exercices pour lesquels il est nécessaire que ce dernier soit actif, mais cela reste marginal. Le patient reçoit un traitement adapté à son motif et laisse le professionnel lui indiquer les positions à adopter, sa façon de respirer et de se relâcher afin d'agir efficacement et dans le bon sens sur son corps.

L'ostéopathe travaille sur la posturologie, la physiologie, le biomécanisme et la mobilité. Il applique des mouvements grâce à des manipulations sur les structures articulaires, viscérales ou musculaires. Le spécialiste en ostéopathie travaille donc sur les interfaces des mouvements en les déformant afin

d'obtenir une restauration des mobilités accompagnée d'un effet antalgique, voire neuro-vasculaire.

Le kinésithérapeute se concentre surtout sur le système musculo-tendineux. Dans ce cas, le patient peut être actif ou passif. Le traitement actif : le ou la patiente réalise des mouvements afin de rééduquer ou de renforcer son muscle. Le traitement passif : le patient laisse le spécialiste agir sur lui grâce à des étirements, des massages ou des ponçages de tendons.

Les compétences de ces deux métiers sont complémentaires. Il n'y a donc aucun intérêt à les confronter. Seul le patient doit connaître ses besoins. Si les ostéopathes et kinésithérapeutes travaillent sur la récupération du mouvement, ce qui les distingue, c'est les méthodes et les outils thérapeutiques utilisés.

**E. Dadzie**

Expert : Jean-Marc Sène, médecin du sport



**Kinésithérapeute et ostéopathe sont complémentaires**

complémentaires : chacune d'elles a sa spécificité et son intérêt.

Expert en rééducation, le kinésithérapeute accompagne la cicatrisation tissulaire, physique, ainsi que la récupération et la réappropriation du mouvement. Avec son approche holiste du corps, l'ostéopathie contribue à rétablir la mobilité nécessaire

d'ampoule, son alimentation, en veillant à bien visser le culot de l'ampoule dans sa douille (son support) afin d'éclairer avec la bonne inclinaison dans la bonne direction.

L'ostéopathe aurait lui une approche plus globale du déficit de l'éclairage du véhicule. Il saura expliquer les sources d'usures prématurées des pièces, et

## Social

## Mixx by Yas Togo au chevet des enfants vivant avec le VIH

Mixx by Yas Togo, du groupe de télécommunications Yas, a fait parler son cœur envers les enfants vivant avec le VIH. Ce service de transfert d'argent leur a apporté un soutien matériel et financier, le mercredi 5 février 2025, lors d'une cérémonie organisée au siège de l'ONG « Le JADE pour la Vie » à Nyékonakpoè.

Cet événement s'inscrit dans une démarche de Responsabilité sociale des entreprises (RSE), mettant en avant l'impact positif de l'inclusion financière et des solutions technologiques proposées par Mixx by Yas.

À cette occasion, un important lot de dons, composé de vivres et de non-vivres, notamment des pâtes alimentaires, des boîtes de lait concentré, de l'huile, des vêtements et des fournitures scolaires, ainsi qu'une aide financière, a été remis aux premiers responsables du centre afin de répondre aux besoins des pensionnaires. « Tous ces produits de première nécessité permettront aux enfants et à leurs familles de mieux vivre au quotidien,



de se nourrir, de se vêtir et d'envisager l'avenir avec plus de sérénité », a expliqué Savery Catherine, directrice générale de Mixx by Yas Togo.

Srovikpo Margueritte, l'une des bénéficiaires, a exprimé sa reconnaissance. « Je

suis très heureuse des dons offerts par Mixx by Yas Togo pour l'avenir de nos enfants », a-t-elle témoigné. « Ce partenariat avec Mixx by Yas Togo est un immense soulagement dans notre combat pour redonner espoir et dignité aux enfants », a déclaré

Laboe Pakéyendou, directeur exécutif de l'ONG « Le JADE pour la Vie ».

Depuis plusieurs années, « Le JADE pour la Vie » œuvre dans la prévention, la prise en charge médicale et psychosociale ainsi que l'accompagnement

des personnes vivant avec le VIH et de leurs familles. Grâce à ses initiatives, l'ONG contribue à une meilleure intégration sociale des enfants concernés, leur ouvrant ainsi des perspectives plus prometteuses.

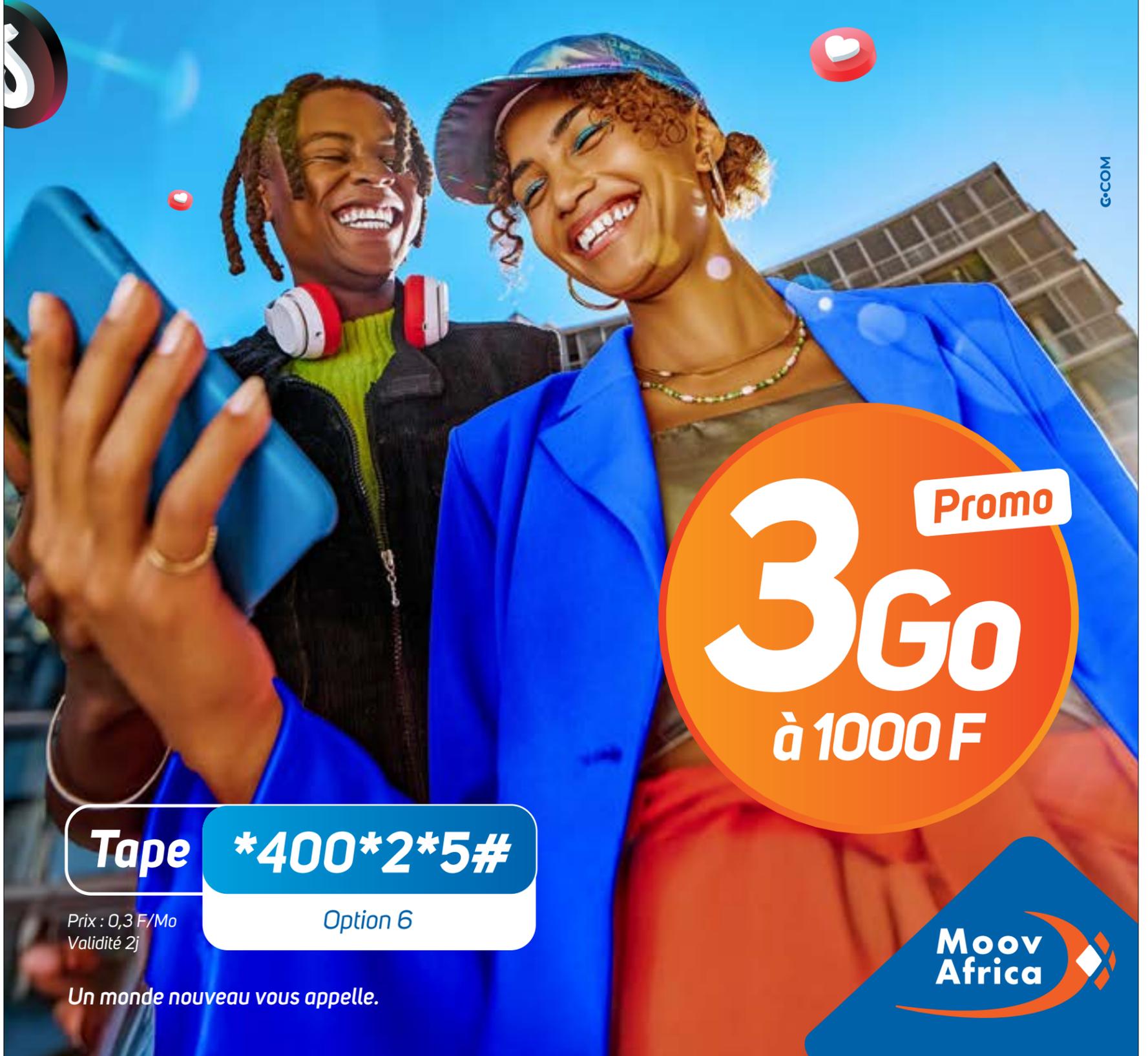
**Luc Biova**





# Miabé 3 Giga Tao yéééé!

Avec iZiFlex2, un max de  
giga pour plus de kiff.



G-COM

**Promo**  
**3Go**  
à 1000 F

**Tape \*400\*2\*5#**

Prix : 0,3 F/Mo  
Validité 2j

Option 6

Un monde nouveau vous appelle.

