



Chambre haute

Barry Moussa Barqué, président du premier Sénat

La bâtisse de la V^e République se met progressivement en place. Ce 2 avril, le Sénat a procédé à l'élection du bureau de la première législature. Figure incontournable du paysage politique, ...



PAGE 11

MODE



Yas Fimo 228

Quand la mode se mue en levier de combat contre le cancer

La 12^e édition du Festival international de la mode de Lomé (Yas Fimo 228) s'est ouverte mercredi sous une bannière singulière : celle de la lutte contre le cancer...

PAGE 8

RELIGION



Croisade de guérison et de délivrance

Le Togo accueille le Pasteur Dr Paul Enenche

Le Togo se prépare à un grand événement spirituel. Les 8 et 9 avril prochains, le Pasteur Dr Paul Enenche, figure emblématique du christianisme en Afrique, prêchera au stade omnisports de Lomé lors d'une croisade. Un rendez-vous attendu par des milliers de fidèles pour le salut des âmes.

PAGE 8



Intelligence artificielle

Faure Gnassingbé à l'avant-garde de l'IA : une vision stratégique pour l'Afrique

Le président de la République, Faure Gnassingbé, prend part aux travaux du AI Global summit on Africa qui s'est ouvert hier, jeudi 3 avril 2025, à Kigali au Rwanda autour du thème : « L'IA et le dividende démographique de l'Afrique : réimaginer (réinventer) les opportunités économiques pour la main-d'œuvre africaine ».

PAGE 3

DERNIERES HEURES

Révision des listes électorales : le Togo enclenche la vitesse supérieure

Le compte à rebours est lancé pour les élections municipales de 2025. Conformément à l'ordonnance N°2024-003/PR, le gouvernement togolais entame la révision des listes électorales du 7 au 23 avril. Dans une note datée du 2 avril, le ministre de l'Administration territoriale, le colonel Hodabalo Awaté, a donné des instructions claires aux autorités locales.

« Les opérations se dérouleront sur tout le territoire national », avec un découpage en trois zones, précise le texte officiel. L'initiative vise à garantir un fichier électoral « fiable et inclusif ». La Commission électorale nationale indépendante (Ceni) a déjà mobilisé ses opérateurs de saisie pour encadrer le processus.

L'enjeu est de taille. Gouverneurs, préfets et maires sont appelés à sensibiliser la population. Les citoyens doivent se présenter avec une pièce d'identité ou, à défaut, obtenir un témoignage des chefs traditionnels. Dans un climat politique sous tension, ce scrutin servira de baromètre à la décentralisation. Reste à savoir si toutes les parties joueront le jeu de la transparence.

RECETTES FISCALES

Système automatisé de marquage

Une innovation fiscale qui porte ses fruits au Togo

En cinq ans, le Système automatisé de marquage (Sam) a permis au Togo ...

PAGE 5

	<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">SOMMAIRE</p> <p>Système automatisé de marquage Une révolution fiscale qui porte ses fruits au Togo</p>  <p style="text-align: right;">P 5</p>	<p>Togo/Développement Les secteurs prioritaires en 2025</p>  <p style="text-align: right;">P 6&7</p>	<p>Bien-être et santé Lorsqu'il est correctement géré, le stress aigu ne cause pas de dommages durables</p>  <p style="text-align: right;">P 10</p>
---	--	--	--

Echos des bénéficiaires des produits FNFI

Fournir des pagnes à la population de Tsévié; elle l'a fait

Comme beaucoup de femmes Togolaises et africaines, Sowu Atsufe participait à des tontines pour financer ses activités génératrices de revenus. Ce système d'épargne collective tournante, où chacun cotise et reçoit à tour de rôle, permet de surmonter les difficultés d'accès au crédit ou de taux d'intérêt dissuasifs. Mais l'inconvénient de cette pratique informelle est que le fonds commun est distribué tour à tour à chacun des membres, désigné en général par tirage au sort. Fort heureusement qu'en 2014, le Togo lance le Fonds National de la Finance Inclusive FNFI avec des produits innovants et adaptés. Sowu Atsufe fait le bon choix, obtient son premier crédit et se lance dans la vente de pagnes. Retour sur l'histoire de cette commerçante hors du commun.

PARCOURS

Sowu Atsufe est une femme Togolaise qui a grandi à Tsévié dans un foyer de commerçants (père commerçant et mère vendeuse de condiments). Depuis sa petite enfance, Sowu Atsufe avait l'habitude de travailler aux côtés de sa mère. Cette dernière, malgré sa volonté, n'avait pas les ressources pour aider sa fille à lancer ses propres activités génératrices de revenus.

« Mais mon ambition a toujours été d'être à mon propre compte plus tard. Il était donc crucial de



Issaka Djouweratou

trouver de l'argent pour démarrer une activité », confie-t-elle. L'idée de Atsufe était de se lancer d'abord dans l'alimentation générale à domicile pour épargner et avoir du capital. Pour réaliser ce premier projet, elle a dû trouver un moyen de gagner de l'argent : une tontine de quartier.

Mais, le rêve de Sowu est de revendre des pagnes à Tsévié. Rêve qu'elle réalisa avec le FNFI. En effet, elle fait partie des premières bénéficiaires.

« Après le lancement du FNFI, au lieu de continuer avec les tontines, j'ai opté

pour les crédits du Fonds. Avec mon premier prêt, j'ai acheté des pagnes moins chers pour la revente. Et ça a marché. Avec les bénéficiaires et les crédits suivants, j'ai agrandi mon business». Ses revenus lui ont également permis de louer une boutique. Aujourd'hui, elle ne se contente plus de vendre ses pagnes en détail. Car entre temps elle a reçu un prêt Nkodédé qui lui a permis de devenir grossiste. Elle vend désormais aussi des bassines plastiques.

DEMARCHE STRATEGIQUE
Dès le départ, l'ambition

de Sowu Atsufe est de fournir aux populations de Tsévié des pagnes de tous les prix. Pour en arriver là, elle a dû observer les habitudes de ses proches. En effet, pour acheter des pagnes de qualité, les populations de Tsévié venaient directement à Lomé. « C'est pour cette raison que j'ai décidé de me lancer dans la revente de pagnes afin de rendre accessible à la population de Tsévié des tissus de qualité ».

SURMONTER LES DEFIS

Les principales difficultés ont été rencontrées au début. En effet, au départ, elle ne disposait pas de boutique et se contentait d'exposer ses tissus devant sa maison. Problème qu'elle a pu régler. Néanmoins Sowu Atsufe estime qu'il est encore trop tôt pour parler de réussite : « Une chose dont je suis sûre, c'est que j'ai fait beaucoup de progrès. Pour cela, il m'a fallu de la persévérance, de la conviction et l'accompagnement du FNFI.»

PERSPECTIVES

« Mon ambition à moyen terme est d'avoir des employés permanents et

plusieurs boutiques ici », espère Sowu Atsufe. Son autre ambition est de dompter le marché des bassines plastiques.

CONSEIL AUX JEUNES FEMMES

« Ne soyez pas pressées. Les débuts sont toujours difficiles. Vous ne ferez pas forcément des millions de chiffre d'affaires dans les premières années. Moi, J'ai commencé avec 10 000 francs CFA. J'ai connu des moments de stress énormes mais l'envie de réussir était plus forte », rassure Atsufe. Et elle ajoute « Allez surtout à votre rythme, et ne brûlez pas les étapes ».

Le FNFI à travers ses produits contribue à l'autonomisation des femmes Togolaises en exerçant une influence positive sur leur pouvoir de décision et en renforçant leur statut socioéconomique global. Elles sont des milliers comme Sowu Atsufe à être désormais des opératrices économiques qui contribuent à la croissance et au développement.

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)

Intelligence artificielle

Faure Gnassingbé participe à des réflexions sur ses avantages

Le président de la République, Faure Gnassingbé prend part aux travaux du AI Global summit on Africa qui s'est ouvert hier, jeudi 3 avril 2025 à Kigali au Rwanda autour du thème : « L'IA et le dividende démographique de l'Afrique : réimaginer (réinventer) les opportunités économiques pour la main-d'œuvre africaine ».



Faure Gnassingbé à l'AI Global summit à Kigali

Cette initiative internationale de haut niveau sur l'intelligence artificielle portée par le Centre pour la quatrième révolution industrielle, en collaboration avec le Forum économique mondial (WEF), se veut une plateforme pour de nouvelles approches de partenariats au service de la croissance inclusive, de l'innovation, des compétences de la main-d'œuvre en Afrique en vue d'un avenir numérique sûr

innovateurs et des universitaires mèneront à cet effet des réflexions autour de plusieurs thématiques ; notamment, l'emploi des jeunes dans l'économie mondiale de l'IA, les infrastructures, les données, les opportunités des modèles d'IA pour

L'AI Global summit on Africa offre l'occasion aux leaders africains de partager les meilleures pratiques, les projets innovants, l'impact positif de l'intelligence artificielle sur les politiques publiques, et renforcer le partenariat pour tirer un meilleur profit du potentiel de l'IA.

Reconnu pour son engagement en faveur de l'intégration africaine et du rôle de l'Afrique sur la scène internationale, le président Faure Essozimna Gnassingbé a insisté sur l'importance pour les nations africaines de s'inscrire dans la dynamique de l'intelligence artificielle et de l'innovation technologique. Ce domaine représente une opportunité stratégique pour stimuler le développement économique et répondre aux grands défis sociaux, notamment dans les

secteurs de la santé, de l'éducation, de l'agriculture et de l'inclusion sociale. Dans cette perspective, le chef de l'État a structuré son intervention autour de plusieurs axes clés : l'adoption d'une approche pragmatique dans un contexte mondial de plus en plus complexe, le choix de stratégies ciblées et adaptées aux capacités réelles du continent, la mise en place d'une souveraineté numérique efficace pour la gestion et la valorisation des données, ainsi que la promotion d'une intelligence artificielle équitable, au service de tous en Afrique.

« L'Intelligence artificielle est la prochaine grande révolution. L'équité sera une condition essentielle d'une intelligence artificielle au service de tous en Afrique. L'Intelligence artificielle doit aussi bénéficier aux travailleurs informels et aux zones rurales qui n'ont pas accès direct à la technologie. Cela suppose des formations ciblées, des investissements dans la collectivité et des solutions pensées pour les réalités locales », a précisé le chef de l'État. S'adressant à un auditoire composé d'investisseurs et d'innovateurs, le Président de la République a réaffirmé la volonté du

Togo de s'engager dans une démarche collective visant à faire de l'intelligence artificielle un moteur de développement inclusif et durable, en adéquation avec les réalités économiques, sociales et culturelles du continent.

Dans sa vision de faire du pays un hub digital, le gouvernement, dans le cadre de la Feuille de route gouvernementale, a lancé plusieurs initiatives intégrant l'intelligence artificielle, notamment le Programme de revenu universel « Novissi ».

D'autres secteurs clés tels que la santé, l'éducation, la formation et l'agriculture sont également concernés pour favoriser les opportunités économiques, l'innovation et surtout améliorer les compétences axées sur la jeunesse.

Le pays a accueilli l'année dernière une série de rencontres internationales dédiées à l'intelligence artificielle en Afrique et se prépare pour la mise en place d'une stratégie nationale d'intelligence artificielle, d'un Data Lab international et d'une Maison de l'intelligence artificielle, en vue de matérialiser cette vision.

TM

et sécurisé pour tous. Des chefs d'Etat et de gouvernement, des décideurs politiques, des investisseurs, des

un développement inclusif, l'application de l'IA centrée sur l'humain, l'entrepreneuriat et la gouvernance.

Secteur éducatif

Complaisance ou négligence de la part des chefs d'établissement ?

Le ministre des Enseignements primaire et secondaire a récemment tiré la sonnette d'alarme concernant la gestion désastreuse du patrimoine des écoles au Togo.

Selon le professeur Komla Dodzi Kokoroko, la complaisance et la négligence des directeurs et proviseurs sont à l'origine de ce problème. Il appelle à prendre certaines mesures immédiates pour remédier à la situation.

Dans une note de service du mercredi 2 avril 2025, le ministre évoque l'abattage et l'exploitation anarchique des arbres situés sur les domaines scolaires, l'accaparement illégal de parcelles appartenant aux établissements, le pâturage incontrôlé des animaux causant au passage des

dégâts aux essences reboisées. Ces pratiques ont été facilitées par une certaine complaisance ou

dans la protection et la préservation du patrimoine scolaire. Le professeur Kokoroko tient à la gestion des



Professeur Dodzi Komla Kokoroko

négligence de la part des chefs d'établissement, qui se dérobent ainsi à leur responsabilité

ressources arboricoles. A cet effet, il informe les chefs d'établissement que tout projet d'abattage

ou d'exploitation d'arbres situés sur un domaine scolaire doit impérativement être conforme au plan triennal de développement de l'établissement et obtenir l'autorisation préalable du directeur régional.

De même, il interdit formellement l'attribution sous quelque prétexte que ce soit des passerelles du domaine scolaire à des tierces personnes. Aussi, toute exploitation du patrimoine foncier doit être strictement portée à la connaissance du directeur régional de l'éducation et ne peut s'effectuer en dehors du cadre scolaire. L'objectif est de préserver le patrimoine foncier des

établissements scolaires.

« Par ailleurs, pour les établissements ne disposant pas encore de murs de clôture, j'encourage le reboisement d'essences à croissance rapide pour marquer les limites de leur domaine », a écrit le ministre.

L'autorité donne le plein pouvoir aux directeurs régionaux d'éducation et aux chefs d'inspection de faire des suivis réguliers de l'application de ces directives qui visent à « assurer la pérennité du patrimoine scolaire et à garantir un cadre d'apprentissage sain ».

TM

Afrique/AES

Les chefs de la diplomatie des pays de l'AES à Moscou le 3 avril: vers un sommet AES-Russie ?

Les ministres des Affaires étrangères du Mali, du Burkina Faso et du Niger se rendent à Moscou ce 3 avril pour une première session de consultations officielles avec la Russie. Cette rencontre marque une étape clé dans le renforcement des relations entre l'Alliance des États du Sahel (AES) et la Fédération de Russie.

Invités par leur homologue russe Sergueï Lavrov, les chefs de la diplomatie sahélienne séjourneront dans la capitale russe les 3 et 4 avril. Selon un communiqué publié par le ministère malien des Affaires étrangères, cette rencontre vise à poser les bases d'une coopération renforcée et à inscrire le dialogue politique et stratégique AES-Russie au cœur des priorités diplomatiques, de défense et de développement des

trois pays.

Depuis la création de l'AES par les juntes militaires au pouvoir à Bamako, Ouagadougou et Niamey, les relations avec la Russie se sont intensifiées, notamment dans le domaine de la sécurité. Moscou, via ses forces et sa société paramilitaire Wagner, désormais restructurée sous l'entité Africa Corps, appuie ces États dans leur lutte contre les groupes jihadistes qui sévissent dans la région.

La Russie a également signé des accords de défense avec ces pays, leur fournissant des équipements militaires pour renforcer leurs capacités opérationnelles.

Outre le volet sécuritaire, la coopération s'étend aux secteurs de l'énergie et des mines, des domaines cruciaux



De la gauche vers la droite, Assimi Goita, Abdourahamane Tiani et Ibrahim Traoré

pour le développement économique de l'AES.

Cette visite à Moscou est perçue comme une confirmation du

réalignement stratégique des régimes sahéliens, qui se distancient de leurs anciens partenaires occidentaux au profit de

fronts, un engagement qui se matérialise aujourd'hui par ces consultations officielles.

Alors que les relations internationales sont marquées par des recompositions géopolitiques majeures, le rapprochement entre l'AES et la Russie illustre la volonté des trois pays sahéliens de diversifier leurs alliances et d'affirmer leur souveraineté sur la scène internationale. Reste à voir quelles annonces concrètes découleront de cette rencontre, qui pourrait bien redessiner les équilibres diplomatiques et sécuritaires au Sahel.

T.M.

Sénégal/Parlement

Les députés révisent la loi d'amnistie adoptée sous Macky Sall

L'Assemblée nationale du Sénégal a adopté, mercredi 2 avril, une révision majeure de la loi d'amnistie votée en mars 2024 sous la présidence de Macky Sall. Ce texte, initialement conçu pour tourner la page des années de tensions préélectorales, est désormais amendé pour exclure les crimes de torture, d'assassinat et de meurtre de son champ d'application.

L'initiative a été portée par un député du parti au pouvoir, Pastef, qui dispose d'une majorité absolue au Parlement. L'objectif affiché est d'éviter toute ambiguïté sur les infractions concernées par la loi et se conformer aux obligations internationales en matière

de droits humains. « Les dispositions internationales interdisent une amnistie des atteintes aux droits fondamentaux de l'Homme. Si on ne vote pas cette loi, on aurait la censure des tribunaux internationaux », a expliqué Amadou Ba, auteur de la proposition.

Adoptée par 126 voix sur 146 votants, après onze heures de débats houleux, la nouvelle mouture du texte précise que les meurtres, assassinats et crimes de torture ne peuvent faire l'objet d'aucune clémence législative, quel que soit leur auteur ou leur

motivation.

Entre 2021 et 2024, le Sénégal a été marqué par de violentes manifestations ayant entraîné la mort de dizaines de personnes et l'arrestation de centaines d'opposants, dont l'actuel président Bassirou Diomaye Faye et son Premier ministre, Ousmane Sonko. La présence d'hommes armés en civil, présumés être des « nervis » - des milices proches du pouvoir d'alors - a été dénoncée par de nombreuses organisations de défense des droits humains.

Dans l'opposition, la révision du texte est perçue comme

une manœuvre pour protéger les militants du parti au pouvoir, accusés d'avoir répondu violemment à la répression sous Macky Sall. « Personne ne peut amnistier un crime, des tortures et des traitements inhumains. On n'acceptera plus qu'on donne un permis de tuer à qui que ce soit », a réagi le député Pastef Guy Marius Sagna. De son côté, l'opposition parlementaire estime que cette révision vise à cibler les forces de l'ordre qui, selon elle, ont joué un rôle dans la répression sanglante des manifestations. « Si la

gendarmerie, la police et l'armée n'avaient pas été là, personne n'aurait dormi normalement », a affirmé la députée d'opposition Thérèse Faye.

Malgré la révision de la loi, la société civile reste mobilisée. Vingt organisations majeures avaient demandé un report du vote pour engager une concertation approfondie sur les violences passées, la reddition des comptes et l'indemnisation des victimes. Un débat qui semble loin d'être clos au Sénégal.

T.M.

Burkina Faso/Libertés publiques

Arrêtés pour avoir critiqué la junte, 3 journalistes retrouvés en mission au front

Arrêtés pour avoir critiqué le régime militaire burkinabè, trois journalistes ont réapparu dans une vidéo, vêtus de treillis et le crâne rasé, affirmant être en mission pour "couvrir la réalité sur le terrain". Une mise en scène qui alimente les interrogations sur le climat de répression à Ouagadougou.

Le 24 mars, Guézouma Sanogo et Boukari Ouoba, respectivement président et vice-président de l'Association des journalistes du Burkina (AJB), étaient interpellés à Ouagadougou avant d'être conduits vers une destination inconnue. Quelques jours plus tard, le journaliste Luc Pagbelquem

subissait le même sort, sanctionné pour avoir relayé leurs propos sur la dégradation de la liberté de la presse dans le pays.

Leur disparition soulevait déjà de vives réactions parmi les défenseurs des droits humains et la communauté journalistique internationale. Depuis l'arrivée au pouvoir du capitaine Ibrahim Traoré en septembre 2022, la junte militaire resserre son étai sur les voix critiques, justifiant ses mesures par la lutte contre le terrorisme.

Le 2 avril, une vidéo diffusée par des comptes favorables

au régime militaire montre les trois journalistes, en tenue militaire et le crâne rasé, dans un environnement qui semble être une base militaire en zone rurale. "Nous avons l'occasion unique de rendre compte de la réalité sur le terrain", déclare Boukari Ouoba, insistant sur l'importance de "toucher du doigt la situation des populations".

Impossible de savoir si ces déclarations ont été faites sous la contrainte. Mais la mise en scène rappelle la politique d'enrôlement forcé décrétée en 2023, qui

permet aux autorités de mobiliser toute personne jugée nécessaire à l'effort de guerre.

Le capitaine Traoré assume sans détour sa politique autoritaire. "Nous ne sommes pas dans une révolution progressiste populaire", a-t-il déclaré dans un message à la Nation, affirmant que le désordre n'avait pas sa place.

Dans cette logique, plusieurs militants et opposants politiques ont été enlevés ces dernières semaines. Le régime a également publié une liste de 32 personnes recherchées pour terrorisme, incluant

journalistes en exil et figures de la société civile.

Les organisations internationales de défense des droits humains s'inquiètent. Human Rights Watch a dénoncé "une stratégie claire d'intimidation", tandis que Reporters sans Frontières appelle à "la libération immédiate" des journalistes concernés.

Face à cette dérive, le Burkina Faso semble s'éloigner chaque jour un peu plus des principes d'une presse libre et indépendante, au profit d'un régime où la critique devient un danger mortel.

T.M.

Systeme automatisé de marquage

Une innovation fiscale qui porte ses fruits au Togo

En cinq ans, le Système automatisé de marquage (Sam) a permis au Togo de récolter 35,8 milliards de FCFA. Une performance qui témoigne de l'efficacité de ce dispositif mis en place en 2020 pour lutter contre la fraude et optimiser la collecte des taxes.

Le bilan, présenté le lundi 31 mars à Lomé, met en lumière le bien-fondé du dispositif. Plus de 2 milliards de produits ont été suivis, impliquant 600 opérateurs économiques. "L'impact de cette solution sur la lutte contre la contrebande et la collecte des recettes est énorme", a déclaré Esso-Wavana Adoyi, président de la commission de marquage. Rien que dans le secteur de la bière, 5 milliards de FCFA ont été collectés entre 2022 et 2024.

Une technologie au service de la transparence

Le Sam permet d'authentifier les produits grâce à un marquage sécurisé. Eaux, bières, jus, vins, boissons alcoolisées ou non, tabac... Tous ces



Présentation du bilan Sam, ce lundi 31 mars à Lomé

produits sont concernés. L'objectif est de garantir leur traçabilité et s'assurer que les taxes dues à l'État sont bien perçues. Face aux résultats encourageants, les autorités envisagent d'étendre le dispositif à d'autres produits tels que le sucre, les huiles de cuisson, le ciment, les fertilisants, les produits cosmiques, le

carburant et les minerais. Cette extension vise à "renforcer la transparence dans les circuits de distribution" et à protéger les consommateurs des produits contrefaits ou de qualité douteuse.

Un avenir sous haute surveillance

Si le dispositif a déjà fait ses preuves, des efforts restent

à faire pour combler les lacunes. "Il faut intensifier les contrôles afin de limiter les produits échappant encore au marquage", a insisté Esso-Wavana Adoyi. Dans cette optique, l'Office togolais des recettes (OTR) a déjà lancé une application permettant aux consommateurs de vérifier l'authenticité des produits. Une initiative qui renforce

la confiance et s'inscrit dans la modernisation économique du pays.

Avec le SAM, le Togo semble avoir trouvé un levier puissant pour réduire la fraude et améliorer ses recettes fiscales. Reste à voir si les contrôles accrus permettront d'éradiquer les dernières failles.

E. A

Fortunes en plein essor

Les milliardaires africains battent des records

Malgré un contexte économique mondial incertain, les milliardaires africains affichent une prospérité insolente. Selon le classement « Forbes Billionaires : Africa's Richest People 2025 » publié le 29 mars, leur fortune cumulée atteint un sommet historique de 105 milliards de dollars, soit une hausse de 27% par rapport à janvier 2024.

L'Afrique compte désormais 22 milliardaires en dollars, contre 20 l'année précédente. Parmi eux, 18 ont vu leur richesse s'accroître, malgré « les dévaluations monétaires, la persistance des pressions inflationnistes et les incertitudes macroéconomiques et politiques ». Deux figures emblématiques signent leur retour : le Marocain Anas Sefrioui et le Sud-africain Jannie Mouton, absents du classement depuis 2017.

Dangote, l'inamovible titan

Sans surprise, Aliko Dangote demeure l'homme le plus riche d'Afrique, une position qu'il conserve pour la 14e année

consécutives. Sa fortune explose, passant de 13,9 milliards à 23,9 milliards de dollars, propulsée par l'intégration dans les calculs de sa raffinerie de

fruit de 11 ans de travaux et d'un investissement de 20 milliards de dollars, redessine le paysage industriel du Nigeria. Derrière lui, le Sud-Africain

14 milliards de dollars, soit une progression de 39%. Son compatriote Nicky Oppenheimer, ancien magnat des mines de diamants, occupe la

Un club qui s'élargit

Le retour d'Anas Sefrioui s'explique par « la hausse de la valeur de son groupe de promotion immobilière Addoha », dopée par de solides ventes au Maroc et en Afrique de l'Ouest. Jannie Mouton, lui, doit sa renaissance à l'essor de Capitec Bank Holdings, dont l'action a grimpé de 59%.

L'Afrique du Sud domine le palmarès avec 7 représentants, devant l'Égypte (5) et le Nigeria (4). Le classement exclut toujours les milliardaires africains résidant principalement hors du continent, comme Mo Ibrahim.

Dans un monde économique chahuté, ces fortunes en pleine ascension témoignent de la capacité de résilience et de la dynamique entrepreneuriale qui animent l'Afrique d'aujourd'hui.



Aliko Dangoté (à droite) et Johann Rupert (à gauche)

pétrole, mise en production il y a un an. Cette infrastructure colossale,

Johann Rupert, roi des produits de luxe, consolide sa deuxième place avec

troisième marche avec 10,4 milliards de dollars.

Edy Alley

Togo/Développement

Les secteurs prioritaires en 2025

Le budget de l'État pour l'exercice 2025 s'élève à 2 396,6 milliards de FCFA en ressources et en charges, enregistrant une augmentation notable par rapport aux années précédentes. Ce budget est le reflet des ambitions du pays pour cette nouvelle année, avec un accent particulier sur des secteurs socio-économiques porteurs et en développement.

Comparé à la loi de finances initiale de 2024, fixée à 2.179,1 milliards, le budget 2025 affiche une augmentation de 9,9%. Par rapport à la loi de finances rectificative pour 2024, qui s'élevait à 2.250,6 milliards, l'accroissement est de 6,5%. Cette progression reflète la volonté des autorités de renforcer les moyens financiers pour répondre aux défis économiques et sociaux du pays, tout en poursuivant les grands chantiers de

Selon les prévisions budgétaires, ces ressources supplémentaires devraient être orientées vers : l'amélioration des infrastructures (les routes, les écoles, et les équipements sanitaires), le soutien aux secteurs stratégiques (agriculture, énergie, et industries), la promotion du développement social (investissements dans l'éducation, la santé, la réduction des inégalités) et la modernisation de l'administration publique (renforcer l'efficacité des services de l'État).

Cette augmentation budgétaire intervient dans un contexte marqué par des défis économiques, mais aussi des opportunités liées à une reprise progressive de l'activité économique. Les autorités visent à consolider les acquis tout en anticipant les besoins croissants

La gestion rigoureuse des ressources sera essentielle pour maximiser l'impact de ce budget sur le

encore marqué par le ralentissement de l'économie mondiale. Ce dernier est exacerbé par le durcissement des

Russie et l'Ukraine».

Ces facteurs « continuent d'avoir des répercussions significatives sur



Loi des de finances 2025 Togo

bien-être des citoyens et la transformation structurelle de l'économie. D'après le ministre

conditions financières, qui pèsent sur les investissements et augmentent le poids de

l'ensemble de l'activité économique mondiale. Sur le plan national, le contexte économique reste, à l'instar des autres pays de la sous-région, impacté par le durcissement des conditions financières internationales. En outre, le pays fait face à des défis propres, notamment une baisse de l'offre d'énergie électrique et la persistance des attaques terroristes dans le nord, qui perturbent davantage son environnement économique et social », a ajouté le ministre Essowé Georges Barcola.

Uemoa-Titres, première sortie 2025 : le Togo lève plus de 40 milliards FCFA

Le Togo a effectué sa première sortie, le 10 janvier 2025, sur le marché financier régional. L'objectif est de lever 20 milliards de FCFA via des OAT et des BAT. A l'occasion de l'adjudication des Bons assimilables du Trésor (BAT) et des Obligations assimilables du Trésor (OAT), le Trésor du Togo a levé 40,17 milliards de



Le trésor Trésor du Togo

développement.

Budget 2025 : secteurs prioritaires des ressources supplémentaires

de la population. Le pays se donne les moyens d'atteindre ses objectifs de croissance économique inclusive et de progrès social.

de l'Economie et des Finances, Essowé Georges Barcola, « La loi de finances 2025 s'inscrit dans un contexte international

la dette, ainsi que par la persistance de plusieurs crises géopolitiques majeures, notamment au Moyen-Orient et dans le cadre du conflit entre la



Uemoa-Titres Togo

FCFA pour 20 milliards recherchés, soit un taux de couverture de 238, 72%, tout en ne conservant que 22 milliards de FCFA milliards.

Cette opération s'inscrit dans le cadre de l'exécution du programme d'émission de titres publics du Togo. Elle est en conformité avec la stratégie de gestion de la dette à moyen et long terme, mise en place par le gouvernement togolais pour assurer une gestion

titres émis par le Togo.

Cette forte demande pour les BAT et OAT togolais est un indicateur clé de la perception positive que le marché a des perspectives économiques du Togo. Le Togo prévoit de mobiliser 332 milliards FCFA en 2025 sur le marché financier régional. Cette prévision, inscrite dans la loi de finances de 2025, révèle une baisse de 45% par rapport à l'année écoulée, où 607 milliards FCFA de mobilisation étaient

milliards FCFA à la sécurité alimentaire et à la résilience de la population en 2025, selon les prévisions inscrites dans la loi de finances. Un montant en hausse de 46 % par rapport à l'allocation de 2024 estimée à 13 milliards FCFA.

Cette dotation représente également 34 % du budget total alloué au ministère de l'Agriculture, de l'Élevage et du Développement rural, qui s'établit à 56 milliards

alimentaire, améliorer la nutrition et promouvoir une agriculture durable. De fait, cette enveloppe va financer, notamment le plan septennal de sécurité alimentaire couvrant la période 2024-2030, adopté en juillet 2023.

Les fonds contribueront aussi à la transformation structurelle des systèmes alimentaires, en ligne avec les ambitions formulées dans la Feuille de route gouvernementale 2020-2025. Cette dynamique vise à doter le pays de mécanismes robustes et inclusifs capables de répondre aux enjeux actuels et futurs de l'agriculture nationale.

L'Agence nationale de sécurité alimentaire du Togo (Ansaf) figure parmi les principaux bénéficiaires de cette enveloppe. Elle devrait renforcer ses activités d'achat et de stockage des céréales ainsi que le préfinancement des producteurs agricoles, afin de garantir une meilleure gestion des réserves stratégiques et stabiliser les revenus des exploitants.

importations. Lors de la clôture du Forum des producteurs agricoles du Togo (FoPAT) en janvier 2023 à Tsévié, le président Faure Gnassingbé avait rappelé l'importance de cette orientation : « nous devons nous nourrir nous-mêmes, vivre de nos activités agricoles, subvenir à nos propres besoins et à ceux de nos familles pour mieux investir dans le développement économique du pays. »

Fonction publique : plus 14 000 recrues prévues en 2025

En 2025, le gouvernement togolais prévoit de renforcer les effectifs de la fonction publique avec plus de 14 000 nouvelles recrues. Selon les données du ministère de la Réforme du Service public et du Travail, le secteur de l'enseignement occupe une place prépondérante avec environ 8 000 postes à pourvoir, représentant près de 57 % des nouveaux recrutements. Ce chiffre inclut près de 4 400 postes en cours de recrutement et une prévision additionnelle d'environ 3 600 pour 2025. Le domaine de la santé, quant à lui, bénéficiera de plus de 2 400 nouveaux agents, tandis que 800 postes seront ouverts dans le secteur des finances.

Par ailleurs, l'École nationale d'administration (ENA) contribuera à renforcer les capacités administratives avec une centaine de nouveaux diplômés. À ces entrées dans la fonction publique s'ajoutera un recrutement général de 2 725 agents, actuellement en attente. Face à ces prévisions, les départs à la retraite sont estimés à 1300 en 2025, laissant un solde net d'environ 12 800 nouveaux agents dans l'administration publique. Au total, la fonction publique togolaise compte 70 984, à fin 2024.



Pour la sécurité alimentaire

prudente et durable de ses finances publiques. Le niveau de réponse indique un excédent de demande notable et met en évidence l'appétit des investisseurs pour les

initialement envisagés.

Sécurité alimentaire : 19 milliards FCFA en 2025

L'exécutif togolais projette de consacrer une enveloppe de 19

FCFA pour l'exercice 2025. Avec Antoine Gbégbéni à la manœuvre, ce ministère devrait, avec cette ressource, intensifier ses efforts pour éliminer la faim, renforcer la sécurité

Par ailleurs, le gouvernement encourage les agriculteurs à accroître leur production pour couvrir les besoins nationaux et réduire la dépendance aux

Attipoe Edem Kodjo

Croisade de guérison et de délivrance

Le Togo accueille le Pasteur Dr Paul Enenche

Le Togo se prépare à un grand événement spirituel. Les 8 et 9 avril prochains, le pasteur Dr Paul Enenche, figure emblématique du christianisme en Afrique, prêchera au stade omnisports de Lomé lors d'une croisade. Un rendez-vous attendu par des milliers de fidèles pour le salut des âmes.

"Cette croisade regroupe le corps de Christ du Togo", souligne le pasteur Jacques Lawson, président du comité d'organisation. Portée par la foi et le désir d'apporter le salut, cette rencontre vise à « aider le peuple togolais, surtout le corps du Christ, à aller à une autre dimension ». Une promesse de renouveau spirituel qui trouve un écho particulier dans le contexte actuel.

Afin de permettre au plus grand nombre d'assister à cet événement, l'organisation a mis en place un réseau de transport gratuit. "Nous avons des bus qui vont ramener des gens depuis plusieurs villes, notamment Dapaong, Sokodé, Kpalimé, Atakpamé, Tsévié et Lomé",

précise le Pasteur Lawson. Même les fidèles du Ghana pourront bénéficier d'un transport gratuit depuis plusieurs localités.

Une croisade placée sous le signe des miracles

L'attente est grande. L'enseignement du Pasteur Enenche est reconnu pour sa ferveur et sa profondeur. Miracles, guérisons et délivrances sont au cœur des espérances. "Il y aura des miracles, des guérisons, des délivrances et nous prions ensemble pour la prospérité et la paix de notre pays", assure le comité d'organisation.

La croisade débutera le mardi 8 avril à 17h00 et se poursuivra le mercredi avec une conférence destinée aux pasteurs et serviteurs de Dieu. Le soir, la prière reprendra avec la dernière session de la croisade, prévue à 17h30. Ce rendez-vous d'exception s'annonce comme un moment de ferveur intense, où la foi se



Conférence de Presse

vivra en communauté. Une invitation ouverte à tous ceux qui aspirent à une transformation spirituelle profonde.

Homme de Dieu puissamment oint, le Pasteur Dr Paul Enenche a parcouru de nombreux

continents et conduit des milliers d'âmes au salut lors de grandes croisades internationales. Médecin de formation, il a délaissé la médecine pour se consacrer pleinement au ministère divin. Il a honoré cet appel avec sa femme, également médecin et

Pasteur. Dr Paul Enenche est le fondateur de l'Église Dunamis, dont le siège est situé au Nigeria, et se distingue par son engagement fervent à répandre l'Évangile à travers le monde.

E. A

Yas Fimo 228

Quand la mode se mue en levier de combat contre le cancer

La 12^e édition du Festival international de la mode de Lomé (Yas Fimo 228) s'est ouverte mercredi sous une bannière singulière : celle de la lutte contre le cancer. Porté par le thème inspirant « la mode pour un monde sans cancer », l'événement conjugue esthétique et engagement sociétal. Une conférence inaugurale, riche en interventions et en témoignages poignants, a donné le ton de cette édition pas comme les autres.

et que l'information et la prévention doivent être renforcées pour endiguer ce fléau. Selon lui, l'alliance entre la mode et

La conférence a rassemblé experts médicaux, stylistes, journalistes et militants de la cause, offrant une plateforme d'échange où science et créativité se sont croisées. Parmi les sujets abordés : les cancers du sein, du col de l'utérus et de la prostate, qui comptent parmi les plus meurtriers en Afrique.

Un festival porteur de sensibilisation

Au-delà du simple événement mode, Yas Fimo 228 se veut un vecteur de messages forts. « Chaque année, le festival s'associe à une cause de santé publique. Cette année, notre engagement se porte sur la lutte contre le cancer, une pathologie qui fait des ravages et endeuille de nombreuses familles », a expliqué Jacques Logoh, promoteur du festival. En s'entourant de partenaires tels que Bank Of Africa - Togo, le festival montre que

l'engagement du secteur privé est indispensable. Khalid Kezirié, responsable marketing et communication de la banque, a souligné l'importance de cette implication : « Il va de soi que notre institution s'aligne avec Yas Fimo 228 pour apporter le soutien nécessaire à cette noble cause ».

Un élan d'espoir jusqu'au 5 avril

Jusqu'au 5 avril, Yas FIMO 228 multipliera les initiatives pour informer et mobiliser. La mode, souvent perçue comme un univers de strass et de paillettes, devient ici un véritable levier de changement. Entre défilés engagés, tables rondes et campagnes de sensibilisation, le festival prouve que l'art peut être un puissant moteur de lutte contre les grandes causes sanitaires.

E. Alley



Conférence de Presse Yas Fimo 228

L'initiative a été lancée par le professeur Mofou Belo, représentant du ministre de la Santé. Dans son discours,

il a rappelé que « le cancer représente aujourd'hui une menace majeure pour nos populations »

la sensibilisation est une approche audacieuse pour toucher un public plus large et engager les consciences.

Invention technologique

Ce jeune togolais fabrique des panneaux solaires qui suivent le mouvement du soleil

Imaginez des panneaux solaires intelligents qui fournissent de l'énergie tous les jours de l'année, quelle que soit la saison. Grâce à ses inventions « Solar Tracker » et « Panel Cleaner », le jeune autodidacte togolais Lallé Nadjagou offre cette possibilité à ceux qui alimentent leurs maisons et entreprises avec l'énergie solaire.

des plaques solaires afin d'éviter de subir les effets néfastes des délestages qui sont parfois.

Cependant, tous les utilisateurs de l'énergie solaire ont pu se rendre

poussé le Togolais Nadjagou Lallé, entrepreneur dans le secteur de l'énergie solaire à inventer des panneaux solaires intelligents.

« Mon invention est le Solar Tracker et Panel Cleaner. Le problème que nous essayons de résoudre est de rendre les panneaux solaires plus efficaces, peu importe la météo ou la saison... La façon dont cela fonctionne, c'est que j'ai câblé le système électronique pour qu'il se déplace dans la direction du soleil. Dès qu'un côté du panneau est à l'ombre, le capteur active le mécanisme en l'inclinant de l'autre côté. Ainsi, lorsque notre panneau suit le mouvement du soleil, nous augmentons la capacité de charge de 45% par rapport aux modèles fixes », explique le jeune autodidacte qui espère développer davantage son invention et la commercialiser.

Manque d'accompagnement

Bien qu'il ait découvert un

unité tourne autour de 170 000 francs CFA.

Pour commercialiser ses



L'Afrique représente une source intarissable d'énergies solaires. Au Togo, les autorités construisent des centrales solaires pour combler leur déficit énergétique. En outre, de plus en plus des ménages installent

compte que les plaques solaires ne résistent pas toujours aux intempéries. Elles peuvent être endommagées après une pluie torrentielle par exemple.

C'est cet état de fait qui a

moyen très efficace pour rendre disponible l'énergie solaire à toutes les couches socio-professionnelles de son pays et de l'Afrique, Nadjagou Lallé n'arrive pas à produire suffisamment de panneaux intelligents et les mettre à la disposition de tous, à très bas prix. Le coût de production d'une

panneaux, Lallé doit d'abord avoir un financement. Il doit aussi ajouter une petite marge, afin de pouvoir faire des bénéfices. Au finish, le produit reviendra plus cher à la population, alors que l'objectif de départ était de le rendre accessible à tous.

Affo-Djèlè Alarba

Mr AYI M. AGBOOLY-ATAYI
Ministère de Justice
Tél. 22 33 83 96
B.P. 8407 Lomé - TOGO

ORIGINAL

PROCES - VERBAL DE REMISE DE LETTRE

L'an deux mil vingt deux
le Vendredi 26 Avril à Lomé

A la requête de la **BANK OF AFRICA - TOGO (BOA - TOGO)**, Société Anonyme avec Conseil d'Administration au Capital de **15.500.000.000 de FRANCS**, Société de Droit Togolais enregistrée en 2009 au Registre du Commerce et du Crédit Mobilier du Togo (RCCM), sous le numéro TOGO-LOME 2009 B 0340, ayant son siège social à Lomé, Boulevard de la République, BP 229 Lomé-Togo, poursuites et diligences de son Directeur Général, demeurant et domicilié audit siège ;

Je soussigné M. AGBOOLY-ATAYI Ayi Maweko,
Ministère de Justice près le Cour d'Appel et le
Tribunal de Grande Instance de Lomé y demeurant
et domicilié à Lomé-Nava, 115, Rue TAGNICE,
non loin de la Pharmacie BA KPEHENOU

Ai remis à :

FIATEPE KODJO EDEM, Tél. 98 28 99 64 BP -, demeurant et domicilié à Lomé, où établi en ses bureaux et parlant à *la requête n'ayant pas de domicile ni autre adresse connue plus qui a été signifié copie de la lettre par affichage devant le Tribunal de Commerce de Lomé conformément à l'article 53 du C. de P. Civile*

• L'Original d'une lettre en date du 21 Avril 2022 portant mention BANK OF AFRICA BMCE GROUP, à lui destinée, lettre référencée N/Réf : 0474/0422/DRC/DPE/DGA/DG, ayant pour objet : **Dénonciation et clôture juridique du compte courant et commençant par** « Nous sommes au regret de constater que votre compte N°01600800009 ouvert dans nos livres enregistré » et se terminant par « Dans l'attente, nous vous prions » ;

De tout ce qui précède, j'ai dressé le Présent Procès - Verbal, et ai déclaré à **FIATEPE KODJO EDEM**, que ces remises sont faites à toutes fins utiles que de droit ;

SOUS TOUTES RESERVES : ET POUR QU'IL NE L'IGNORE

Et je lui ai, étant et parlant comme ci-dessus, laissé l'original de la lettre sus énoncée ainsi que copie du présent exploit dont le coût est de 30.000 FRANCS CFA.

C. Q. U. T. : 30.000 FRANCS CFA.

CHAUSSIER
M. AGBOOLY-ATAYI

Bien-être et santé

Lorsqu'il est correctement géré, le stress aigu ne cause pas de dommages durables

La plupart des adultes ressentent régulièrement des symptômes de stress, allant des maux de tête à l'anxiété. Si un certain stress peut être utile, le stress chronique fait des ravages dans l'organisme.

Les experts médicaux affirment qu'il peut contribuer directement à toute une série de troubles psychologiques et physiologiques, nuisant à la santé mentale et physique et diminuant la qualité de vie. Cependant, il est possible de prendre le contrôle et de faire du stress une source de résilience plutôt que d'épuisement.

Le stress est une réponse naturelle qui prépare le corps à réagir aux défis et aux exigences. Il déclenche la libération d'hormones qui préparent le corps à affronter une situation difficile. À court terme, cette réaction peut renforcer la concentration et améliorer les performances.

Toutefois, selon l'American Psychological Association, un stress prolongé entraîne de graves problèmes de santé, notamment l'anxiété, les maladies cardiaques et l'affaiblissement de l'immunité.

Les facteurs qui provoquent le stress, notamment le travail, les problèmes d'argent et les relations personnelles, sont souvent inévitables. Mais, la principale distinction réside dans la durée du stress : le stress aigu est de courte durée et peut être bénéfique, tandis que le stress chronique exerce une pression durable sur l'organisme.

« Le stress aigu est une réponse à court terme à une situation spécifique et, dans certains cas, il peut être utile », a déclaré Rachel Vora, psychothérapeute et membre de la British Association for Counselling and Psychotherapy (BACP). « Il déclenche la réaction de lutte ou de fuite, libérant de l'adrénaline et du cortisol, qui peuvent renforcer la concentration et stimuler temporairement le système immunitaire », affirme la spécialiste.

Lorsqu'il est correctement géré, le stress aigu ne cause pas de dommages durables et peut aider les individus à répondre efficacement aux défis immédiats. En revanche, le stress chronique exerce

une pression prolongée sur l'organisme.

Madame Vora explique que lorsque le stress persiste sur de longues périodes, les hormones de stress élevées augmentent le risque de maladie cardiaque, affaiblissent le système immunitaire et contribuent à des problèmes digestifs tels que le Syndrome du côlon irritable (SCI) et les ulcères.

Le stress chronique a également été fortement lié à l'anxiété et à la dépression, à l'altération des fonctions cognitives, à la perturbation du sommeil et à l'accélération du vieillissement corporel. Selon Rachel Vora, cette différence fondamentale de durée et de résolution conduit le stress chronique à endommager progressivement de multiples systèmes corporels.

Comment le stress affecte-t-il le corps ?

Le National Health Service (NHS) britannique explique que le stress déclenche une cascade de réactions physiques dues à la libération d'hormones de stress, principalement le cortisol et l'adrénaline. Ces réactions comprennent : l'augmentation du rythme cardiaque et de la pression artérielle, ce qui permet au sang riche en oxygène d'atteindre rapidement les muscles ; l'augmentation du taux de sucre dans le sang, ce qui procure un regain d'énergie immédiat ; la suppression de la digestion et de la fonction immunitaire, redirigeant l'énergie du corps vers les défis immédiats.

Cependant, un stress prolongé peut être nocif. L'activation chronique de la réponse au stress est liée à la prise de poids, en particulier au niveau de l'abdomen, due à des niveaux soutenus de cortisol ; des troubles de la mémoire et de la concentration, résultant d'une exposition prolongée aux hormones de stress ; des troubles du sommeil, qui perturbent la capacité de l'organisme à récupérer et à se réparer.

Le NHS avertit que le stress persistant peut également contribuer à des maladies à long terme telles que

les maladies cardiaques, les troubles digestifs et les problèmes de santé mentale tels que l'anxiété et la dépression.

Le stress peut-il être bénéfique ?

« La résilience n'est pas seulement quelque chose que l'on a ou que l'on n'a pas ; c'est une compétence qui peut être développée au fil du temps. S'engager



Cette femme a des difficultés pour gérer son stress

activement dans les défis, plutôt que de les éviter, contribue à renforcer la résilience », explique le Dr Golnaz Tabibnia, professeur de recherche adjoint à l'université de Californie, à Irvine.

Selon le Dr Tabibnia, lorsque les gens considèrent le stress comme utile plutôt que nuisible, leur réponse physiologique au stress diminue. Un simple changement d'état d'esprit peut faire des merveilles, en réduisant l'anxiété et en améliorant les performances cognitives.

« Faire face activement au stress, plutôt que de l'éviter passivement, recâble le cerveau pour qu'il puisse mieux gérer les facteurs de stress futurs. C'est comme à la salle de sport : soulever des poids est stressant, mais cela nous rend plus forts », poursuit-elle.

Quelle est la différence entre le stress et l'anxiété ? Selon Anxiety UK, une organisation caritative britannique qui soutient les personnes souffrant de troubles anxieux, le stress est une réponse à une situation extérieure, telle qu'une échéance au travail, un test de conduite ou un examen. Il est proportionnel au défi et disparaît une fois le problème résolu.

L'anxiété, en revanche, peut persister même sans cause identifiable. Si l'anxiété est une émotion normale qui permet de rester vigilant dans les situations

dangereuses, elle devient problématique lorsqu'elle est excessive ou qu'elle perturbe la vie quotidienne. Le stress et l'anxiété activent tous deux le système nerveux sympathique, qui est responsable de la réaction de lutte ou de fuite de l'organisme, augmentant la vigilance et l'énergie pour répondre aux menaces. Cela signifie qu'ils

déclenchent tous deux des symptômes tels que l'accélération du rythme cardiaque, la transpiration et les tremblements, mais les troubles anxieux ont tendance à être plus persistants et accablants. Pour gérer les épisodes aigus d'anxiété et les crises de panique, Anxiety UK recommande des exercices de respiration. Une technique simple mais efficace consiste à expirer plus longtemps qu'à inspirer, ce qui permet au corps de se détendre et de calmer rapidement le système nerveux.

Comment gérer efficacement le stress

La recherche universitaire a mis en évidence les effets bénéfiques des pratiques comportementales pour réduire l'impact néfaste du stress sur l'organisme. Il a été démontré que l'exercice physique réduit les hormones de stress et améliore l'humeur, que la pleine conscience et la méditation peuvent aider le cerveau à se réinitialiser pour retrouver le calme, et les recherches indiquent que le soutien social joue un rôle important dans le renforcement de la résilience émotionnelle.

Le Dr Tabibnia insiste sur l'importance de la pleine conscience, de la gratitude et des actes de gentillesse, ainsi que sur des stratégies scientifiquement fondées

telles que l'exercice physique, les activités de plein air et les interactions sociales avec la famille et les amis. Yuki, coach en pleine conscience et fondatrice de 7Breath à Londres, souligne l'importance d'adopter une approche holistique.

« La gestion du stress ne se limite pas à la relaxation. Il s'agit de créer un mode de vie qui favorise votre bien-être mental et physique. Lorsque vous donnez la priorité à votre santé, le stress devient plus facile à gérer », explique-t-elle. Elle a souligné que la pleine conscience, le sommeil, le mouvement et la nutrition étaient des éléments essentiels de la gestion du stress.

« Le microbiome intestinal joue un rôle important dans la gestion du stress. Donner la priorité à des choix alimentaires sains est essentiel au bien-être général », a-t-elle ajouté. Selon Yuki, la gestion du stress n'est pas une question de solutions rapides, il s'agit de créer des habitudes quotidiennes qui favorisent la résilience.

Comment transformer le stress en force

Le stress fait inévitablement partie de la vie, mais la souffrance qu'il engendre ne l'est pas, selon les experts. Des études ont montré que les personnes qui adoptent l'état d'esprit « stress-is-enhancing » (le stress est un facteur de croissance), voient leurs performances s'améliorer, leur épuisement professionnel diminuer et leur bien-être émotionnel s'améliorer. Selon une étude de la Harvard Business Review, le fait de considérer le stress comme un défi plutôt que comme une menace peut modifier de manière significative son impact sur l'organisme. « Lorsque les gens considèrent le stress comme utile plutôt que nuisible, leur réponse physiologique au stress diminue. En changeant consciemment de point de vue sur le stress, les individus peuvent transformer les défis en opportunités de développement personnel et de résilience », conclut le Dr Tabibnia.

Edem Dadzie

Chambre haute

Barry Moussa Barqué, président du premier Sénat

La bâtisse de la V^e République se met progressivement en place. Ce 2 avril, le Sénat a procédé à l'élection du bureau de la première législature. Figure incontournable du paysage politique, Barry Moussa Barqué a été porté à la présidence de cette institution, par un vote unanime des sénateurs présents.

réaffirmant la volonté du Sénat d'être « un pilier solide dans la réalisation

histoire».

S'appuyant sur la réforme constitutionnelle du 6 mai 2024, il a souligné que « la Constitution du 6 mai 2024 est le socle sur lequel nous érigerons le régime parlementaire vibrant où chaque voix compte ».

Le bureau du Sénat, composé de neuf membres, devra accompagner cette nouvelle chambre dans ses premiers pas. Il est composé notamment de Kouvahey (1^{re} vice-présidente) et de Koudjoulou Dogo (2^e vice-

parlementaire), Tchassona Traoré (2^e Secrétaire parlementaire) et Améléte Pawoumondom (3^e Secrétaire parlementaire). La première session ordinaire a commencé hier jeudi 3 avril, marquant le démarrage effectif des travaux.

Au-delà de l'événement institutionnel, l'élection du bureau marque un tournant dans la construction d'un Togo en pleine mutation politique. L'enjeu sera de



Une nomination qui s'inscrit dans la continuité du pouvoir en place.

Ancien ministre et conseiller spécial du président de la République, Barry Moussa Barqué incarne une expérience approfondie de l'État. Son

discours d'investiture a été à la hauteur de l'enjeu, rendant hommage au chef de l'État. « Je tiens aussi à saluer avec la déférence qui s'impose, le président de la République, chef de l'État, chef politique et leader éclairé, Faure Gnassingbé », a-t-il déclaré. Tout en

des nobles aspirations du Président de la République, Barry Moussa Barqué a salué les mérites du chef de l'État. « Sa vision n'est pas simplement une direction politique. Elle est l'étoile du Nord qui nous oriente dans les nuits parfois tumultueuses de notre

Photo de famille

président), Olympio Robert (3^e Vice-président), Mally Komlan (1^{er} Questeur), anybah Afiwa Vicentia (2^e Questeur), Molga Abougnima (1^{ère} Secrétaire

donner une réelle impulsion à cette chambre haute et d'affirmer son rôle dans la nouvelle architecture institutionnelle du pays.

Edy Alley

Cabinet d'avocats Maître KATAKITI Afoh Gado,
Avocat au Barreau du Togo

VENTE SUR SAISIE IMMOBILIERE

Il est porté à la connaissance du public qu'il sera procédé à la vente aux enchères publiques le 22 avril 2025 à 10 heures 30 minutes,

Par-devant le Tribunal de Grande Instance de Lomé siégeant au palais de justice de ladite ville, de l'immeuble objet du titre foncier n°38 360 RT Vol 220 F°39 appartenant au sieur EKLOU Comlan;

A LA REQUETE DE

La société UNION TOGOLAISE DE BANQUE (UTB) Société Anonyme avec conseil d'administration au capital de Dix Milliards (10.000.000.000) de FCFA, ayant son siège social à Lomé, quartier Nyékouakpè, Tél : (00228) 22 23 43 00/01 / 22 23 44 00, Fax : 22 21 22 06, BP : 359 Lomé-Togo, immatriculée au RCCM sous le numéro 1964 B 157, représentée par son Directeur Général, demeurant et domicilié audit siège ;

Ayant pour conseil Maître KATAKITI Afoh Gado, Avocat au Barreau du Togo, quartier Atikoumé (FUCEC-ATIKOUME), en allant vers le campus, Rue BADJENOPE (3^{ème} Rue à droite, à 200m), 05 BP : 840 Lomé-TOGO, Tél. : 22 22 13 73, E-mail : cabinetkatakiti@gmail.com, ayant tout pouvoir à l'effet des présentes ;

AGISSANT EN VERTU :

- 1- De la grosse dûment en forme exécutoire de la convention d'ouverture de crédit avec compte courant en date du 21 février 2008 établie en l'Etude de Maître POUWI K. E. Kossi Émile, notaire à Lomé ;
- 2- D'un commandement aux fins de saisie immobilière établi par acte de Maître Prince K. Paring ALOI, Huissier de justice à Lomé, en date du 30 septembre 2024, et servi respectivement à la société FOLEKA SARL, société à responsabilité limitée au capital de dix millions (10.000.000) francs CFA, dont le siège est à Lomé, 313, boulevard du 13 janvier à côté de City Hôtel, 05 BP : 2278 Lomé, Tél : 22 21 79 28, immatriculée au RCCM sous le numéro TOGO-LOME 2007 B 1324, prise en la personne de son gérant, demeurant et domicilié audit siège, et au sieur EKLOU Comlan, Directeur de société, demeurant et domicilié à Abidjan (Côte d'Ivoire) de passage régulier à Lomé (Togo), caution hypothécaire ; puis publié pour valoir saisie par le Conservateur de la propriété foncière le 04 décembre 2024 ;

DESIGNATION :

Un immeuble urbain bâti, consistant en un terrain ayant la forme d'un quadrilatère irrégulier d'une contenance de 05a 65ca sis à Lomé Akodessewa Antamé, limité au Nord par le lot n°384, au Sud par le lot n°386, à l'Est par le lot n°391 et une rue non dénommée de 16 mètres et à l'Ouest par une rue non dénommée de 12 mètres, objet du Titre foncier n°38 360 de la République Togolaise Volume 220 Folio 39 appartenant au sieur EKLOU Comlan ;

Sont également comprises, toutes les aïances, dépendances et appartements dudit immeuble sans aucune réserve ni exception et notamment les immeubles par destination et toutes les nouvelles constructions et améliorations qui pourraient y être faites postérieurement ;

MISE A PRIX

Les enchères seront reçues sur la mise à prix de soixante-dix-neuf millions cent vingt-huit mille cent quatre-vingt (79.128.180) francs CFA.

Et ce, sous réserve de toutes autres charges, clauses et conditions insérées au cahier des charges dressé par Maître KATAKITI Afoh Gado, Avocat à la Cour, en date du 06 janvier 2025, lequel peut être consulté au greffe du Tribunal de Grande Instance de Lomé.

Fait à Lomé, le 02 avril 2025

Par Maître KATAKITI Afoh Gado,
Avocat poursuivant

AGK
Me Afoh Gado KATAKITI
Avocat au Barreau du Togo
N° 02 21 22 06

**10 ANS ET ÇE N'EST
QUE LE DÉBUT**

Merci pour la confiance !



La Banque Africaine

Multiproduct Bank

