

Agriculture au Togo :
15 motoculteurs
remis aux
bénéficiaires
du MIFA P.2

COMMISSION ELECTORALE NATIONALE INDEPENDANTE

CENI-TOGO
ELECTIONS
2018
LEGISLATIVES

CAMPAGNE ELECTORALE
DU **04 AU 18**
DECEMBRE
2018

#ElectionsTg2018 *Togolais, viens, bâtissons la cité !*



74% des togolais favorables au scrutin
du 20 décembre selon le sondage IPSE P.6



LIBERAL

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

N° 0407 du Lundi 10 Décembre 2018 - 250 F CFA / Etranger 1€

Chronique politique :

Législatives du 20 décembre : Quelles chances pour les adversaires du géant UNIR ?

A quelques jours de la date fatidique du 20 décembre 2018, le processus électoral poursuit son cours normal. Après la phase du recensement électoral et celle du dépôt des dossiers de candidatures, le ton est donné depuis la semaine dernière pour le début des campagnes électorales. En dépit des appels au boycott prôné par la coalition des 14 partis de l'opposition, certaines formations souvent considérées comme de « petits partis » ne se sont pas faites prier pour faire acte de candidature. Quelles chances disposent alors ces micros partis face au géant UNIR ? Décryptage !

La campagne électorale a démarré la semaine dernière sur l'ensemble du territoire national pour le compte des législatives du 20 décembre prochain. Comme nous le renseigne la sociologie électorale togolaise, les débuts de campagne sont toujours empreints de timidité. Même si le contexte actuel est aussi particulier et peut l'expliquer en partie, la journée du mardi, premier jour de campagne a été assez calme dans la capitale comme dans certaines villes de l'intérieur du pays.

Au total, 856 candidats venus de divers partis politiques et des listes indépendantes sont en lice pour 91 sièges. Ils auront à succéder à l'actuelle législature, en place depuis juillet 2013. Entre autres partis représentés pour ces législatives, l'Union des Forces pour le Changement (UFC), le Nouvel Engagement Togolais (NET), le Mouvement

Suite à la page 3

Manifestations contre les élections

La C14 VIOLE l'interdiction



02 morts dont un par balle, le gouvernement promet une enquête

P.4

Législatives du 20 décembre : Interview de Fiacre Ayao ATSOU tête de liste de la liste indépendante « Bâtir » :



Fiacre Ayao ATSOU

« A « Bâtir », nous ne voulons pas voir les jeunes dans la rue, dans la peur et la rage, mais nous voulons les voir à la table de négociation et de décision... » P.9



2 Actualité

Agriculture au Togo : 15 motoculteurs remis aux bénéficiaires du MIFA

Le Mécanisme incitatif de financement agricole fondé sur le partage de risques, MIFA, continue de renforcer ses actions sur le terrain. Le 7 décembre 2018, les coopératives de Kovié ont bénéficié de 15 motoculteurs. Des matériels longtemps attendus pour améliorer leurs capacités de production.



Une capacité qui, pour le moment, s'établit à 3 tonnes pour les 800 hectares de la superficie actuellement exploitée. "Nous sommes contents pour la création du MIFA. Grâce à cette initiative, nous avons bénéficié pour la première fois d'un crédit de 335.994.000 de francs CFA. C'est inédit", s'est exalté le

représentant des coopératives de producteurs.

Bilan de la phase pilote du MIFA à Kovié

En remettant aux bénéficiaires les motoculteurs, Faure Gnassingbé a expliqué les constats ayant conduit à la création du MIFA et les espérances en cette initiative.

"Nous avons de bonnes terres, Nous avons une population travailleuse, nous avons la pluie. Mais nous importons des produits qui nous reviennent chers. Ce n'est pas normal", a-t-il signifié. Et l'une des réponses trouvées à cette situation, c'est le MIFA. Avec cette initiative, le financement des activités agricoles est facilité. Et toute la chaîne de valeurs est mise en harmonie.

Selon le Chef de l'Etat, l'initiative répond à un besoin



d'autosuffisance alimentaire, d'emploi des jeunes. Des ambitions qui sont atteintes, du moins pour la phase pilote.

Périmètre rizicole de Kovié

En cinq mois, le MIFA a impacté plus de 4000 producteurs répartis sur les 7 sites pilotes à travers le pays. Le MIFA, c'est aussi plus de 650 millions FCFA de crédits déjà mis en place et plus 2 milliards FCFA en instance de décaissement. Rien que pour la phase pilote. C'est Noël Bataka, coordonnateur du MIFA qui a présenté ce tableau rassurant au public sur le terrain du lycée de Kovié.

Rassuré est aussi le représentant des institutions financières et des compagnies d'assurance. Michel Dorkenoo s'est réjoui de ce mécanisme qui permet réellement aux banques de financer le secteur agricole sans crainte.

Deuxième forum sur la responsabilité Sociétale des Entreprises en Afrique de l'Ouest : Concilier durabilité et croissance économique en Afrique

Valora Solutions et services environnement Togo a tenu le pari du deuxième forum sur la responsabilité Sociétale des Entreprises en Afrique de l'Ouest (FRSEAO). Placée sous le thème : « Concilier durabilité et croissance économique en Afrique », ce grand rendez vous a été ouvert le jeudi dernier par le ministre de la Planification du Développement, Kossi Assimaïdou en présence de l'Ambassadeur de France au Togo, Marc Vizy.

Elle a rassemblé des responsables d'entreprises nationales, sous régionales et internationales, des représentants des institutions gouvernementales et des organisations de la société civile, qui durant deux jours ont échangé sur plusieurs thématiques liées à la mise en œuvre de la RSE.

Pour le ministre de la planification du développement, la mise en œuvre de la RSE doit prendre désormais en compte l'intégration du secteur privé dans les stratégies de développement des pays. Elle doit intégrer les notions de gouvernance et de droits humains également.



« Le succès de la mise en œuvre des plans d'action nationaux et continentaux pour le développement exige un rôle prépondérant à jouer par les entreprises, véritables moteurs de la croissance de l'économie des pays. La RSE appelle à la mobilisation de tous les acteurs tant publics que privés dans le but d'offrir une opportunité pour le développement durable du continent », a-t-il confié dans son allocution.

Il s'agit de faire en sorte que la RSE ne soit plus considérée comme une action de philanthropie, mais un investissement bien pensé afin d'être le véritable levier de performance pour les entreprises qu'il doit être.

« Notre vision particulière, c'est d'inciter les organisations africaines à œuvrer davantage

pour la promotion de la RSE dans le contexte actuel et amener les entreprises à travers les informations que nous allons diffuser au cours de ce forum, à s'engager réellement dans une RSE qui ne soit pas périphérique et éloignée de leurs activités, mais qui prenne en compte les attentes de toutes les parties prenantes aussi bien externes, qu'internes », a déclaré Placide Douhah, Directeur Général de Valora.

L'objectif visé par cette édition sur un premier plan est donc de former, communiquer et apporter l'information sur ce qu'est la responsabilité sociétale pour les entreprises, mais aussi de ses enjeux pour les acteurs institutionnels, gouvernementaux et des organisations de la société civile.

Democrate

Pharmacies de garde à Lomé Semaine du 03/12/2018 au 10/12/2018

- 3e ARRONDISSEMENT* Bd. du 13 Janvier, près de l'Immeuble FIATA *22 21 52 27
 - CENTRE* 46, Rue de la Gare (face SGGG) *22 21 83 30
 - OCEANE* Rue OCAM *22 22 62 77
 - CRISTAL* Boulevard Houphet Boigny *22 20 90 91
 - ECLAIR* Bè Ahligo, près du Marché *22 22 75 11
 - EMMANUEL* Face MIVIP Av. Duisburg Kodjoviakopé *22 21 30 98
 - Ste MARIE* Face Super Marché Tokoin-RAMCO *22 21 85 58
 - St KISITO* Bd. de la Kara près du Bar TAMTAM *22 21 99 63
 - SOURCE DE VIE* Face Collège Protestant *22 22 45 71
 - ISIS* Avenue Jean Paul II près des rail NUKAFU Gapkpoto *70 44 83 87
 - PAIX* Résidence du Bénin *22 26 40 91
 - FRATERNITE* Hedzranawé près de la Clinique St Joseph *22 26 81 55
 - APOTHEKA* Face siège Fédération Togolaise de Football, route de Kegué *22 61 57 57
 - KLOKPE* Derrière la Foire Togo 2000 *22 52 20 78
 - FIDELIA* Bè-Kpota, Route d'Attigou, près de l'hôtel « LE REFERENTIEL » *22 71 95 95
 - SARAH* Près du centre de santé d'Adakpamé *22 27 09 25
 - ADIDOGOME* Face au camp 2ème RI d'Adidogomé *22 50 54 85
 - SILOE* Carrefour Aflao Apédokoe Atigangomé *90 80 26 39
 - MAGNIFICAT* Aflao Sagbado Yokoe, Rue de la Pampa à 100 m du Palais Royal de Yokoe *70 44 51 59
 - ACTUELLE* Route de Ségbé; Quartier Sagbado - Adidogomé *22 51 11 72
 - JAHNAP* A côté de l'EPP Gakli, Djidjolé-Gakli, immeuble Favo *22 51 22 86
 - SOLIDARITE* Rue Avédji vakposito - Près de la Station Total Totsi *22 50 37 07
 - Notre Dame de LOURDES* Quartier Agoè-Anome, à côté de l'église des Assemblées de Dieu (non loin du lycée d'Agoè) *22 44 01 01
 - ENOULI* Station d'Agbalepedogan *22 25 90 68
 - ORCHIDEE* LLEO 2000 *22 51 30 40
 - APOLLON* Face complexe scolaire Makafui - Non loin du carrefour des hirondelles - Avédji *70 41 01 07
 - SATIS* Agoè-Logopé sur la voie de 50m, côté Est du C.E.G. Agoè-nyivé Ouest (CEG Agoè-Koshigan) *70 44 85 17
 - St ESPRIT* Sur la bretelle Agoè-Nyivé Kégué, Face au CEG Agoè-Est *70 40 29 06
 - St MICHEL* Située à Agoenyivé entre la Brasserie BB et l'espace Télécom *22 51 70 22
 - EXCELLENCE* Agoe Demakpoe Voie CEDEAO *22 51 77 87
 - VITAS* Située à Agoè Assiyéy du côté ouest *22 25 63 43
 - La FLAMME D'AMOUR* Sise à Agodeke route d'Aného *70 45 70 14
 - LE DESTIN* A côté de l'Agence ECOBANK de Baguida
- Prompt Rétablissement**

**LE LIBÉRAL, c'est tous les
lundis et mercredis chez
votre marchand de journaux**



Chronique politique : Législatives du 20 décembre : Quelles chances pour les adversaires du géant UNIR ?

Suite de la UNE

Patriotique pour la Démocratie et le Développement (MPDD), Cercle des Leaders Emergeants (CLE), le Mouvement des Républicains Centristes (MRC), le Parti Démocratique Panafricain (PDP), la Convergence Patriotique Panafricaine (CPP) et bien entendu, le parti au pouvoir, Union pour la République (UNIR). Tous partent à l'assaut des 30 circonscriptions électorales que compte le pays à travers une opération de charme de deux semaines.

Cependant, faut-il le souligner, tous les partis n'ont pas la même audience et ne suscitent pas le même engouement auprès de la population électorale togolaise. Ce qui amène l'opinion et les observateurs à se demander quelle chance dispose chaque parti à l'occasion des consultations électorales de cette fin d'année. L'UFC par exemple, avec sa présence controversée au sein de la CENI (avant sa mise à la porte

défendre au cours de la prochaine législature. Suffisant pour séduire les électeurs ? L'on ne saurait le dire. Néanmoins, le parti aux couleurs jaunes peut compter sur l'aura de son leader



charismatique pour remporter quelques sièges au cours de ces élections. Présenté dans 21 circonscriptions électorales, « Déti » dit viser la majorité parlementaire dans l'hémicycle pour les cinq prochaines années.

Concernant le NET, disons que les candidats représentant la formation de Gerry Taama conservent toutes leurs chances pour ces législatives. Même si le parti ne draine pas assez de militants lors de ses activités, les candidats issus de sa bannière peuvent remporter quelques sièges dans les diverses circonscriptions. Pour avoir participé à la dernière élection présidentielle et surtout grâce à la présence régulière de son leader dans les débats publics, le NET est bien présent dans la tête de l'opinion nationale, surtout à travers son activisme sur les réseaux sociaux. Reste qu'à séduire les électeurs à travers ces campagnes électorales pour espérer gagner quelques sièges dans la prochaine législature.

par la CEDEAO), a perdu un peu plus de crédibilité vis-à-vis de l'opinion pour avoir perdu du temps à la classe politique au moment où les représentants de la C14 devraient rallier la CENI conformément aux recommandations contenues dans la feuille de route. Le parti de Gilchrist Olympio a ainsi écorché un peu son image à travers cette bataille stérile menée autour d'un siège à la Commission électorale.

Lundi, à la veille de l'ouverture de la campagne électorale, le parti a présenté son programme qu'il entend

Que dire de la CPP de Francis Ekon ? Un parti qui a quasiment disparu de la scène politique depuis plusieurs années déjà. Une situation qui semble réduire les chances de ses candidats au cours de ces législatives. Membre du groupe des centristes avec le NET et le PDP, la dernière activité lisible de la CPP reste la conférence de presse tenue le 5 novembre dernier sous la

bannière du groupe des centristes pour interpeler le Chef de l'Etat à intervenir pour calmer la situation de violence qui prévalait dans la ville de Sokodé depuis le début de la crise qui secoue le pays.

Reçu dimanche passé sur une radio de la place, le leader du parti, Francis Ekon justifiait sa participation aux législatives en ces termes : « Nous ne sommes pas des opportunistes. Nous ne pratiquons pas la politique de la chaise vide, ni le boycott ».

Toutefois, sa participation à ces élections, ne devrait vraiment pas faire trembler ses adversaires qui sont convaincus que la CPP ne pèse pas grand-chose sur l'échiquier politique national. Pour ce qui concerne le Parti Démocratique Panafricain (PDP), il faut avouer que la formation politique de Bassabi Kagbara souffre de la même léthargie que la CPP avec qui elle forme d'ailleurs le groupe des centristes. Son leader se fait aussi rare sur la scène politique depuis un certain temps. Se contentant d'accorder quelques interviews aux médias. Comme la CPP, le PDP ne tient plus d'activité politique qui puisse retenir l'attention de l'opinion nationale. Les candidats présentés pour le compte de ces élections doivent donc se battre énormément durant ces deux semaines de campagnes pour faire adhérer les électeurs à leur offre politique.

Pour sa part, le Cercle des Leaders Emergeants (CLE) ne veut pas assister en spectateur aux législatives du 20 décembre prochain. Le parti veut aussi tenter sa chance pour la prochaine législature. Sa faiblesse majeure, le parti n'est toujours pas véritablement sorti de l'anonymat. Bien évidemment, ces campagnes auront le mérite de révéler le parti et ses attributs aux togolais. Même si à la proclamation des résultats, le parti ne remporte pas de sièges au parlement, le parti



aura gagné en visibilité.

Le Mouvement des Républicains Centristes (MRC) part aussi de son côté à l'assaut des 91 sièges de l'hémicycle. Mais avec quelle chance ? Quel poids électoral dispose aujourd'hui le parti ?



A ces interrogations, l'on peut affirmer sans langue de bois que le parti d'Abass Kaboua n'a pas suffisamment la cote pour espérer remporter des sièges au cours de ces élections. Le parti qui ne doit sa visibilité que grâce à la présence de son leader sur les plateaux des émissions-débats, ne doit pas s'attendre à grand-chose pour le rendez-vous du 20 décembre.

En face de ces micros partis qui ne pèsent pas suffisamment dans la balance, le parti au pouvoir, Union pour la République (UNIR) ne peut que se frotter les mains. Le parti de Faure Gnassingbé fonce droit vers une victoire écrasante au soir du 20 décembre prochain.

Face aux adversaires en lice, le parti a plus que jamais confiance en lui. A l'atelier de formation des 28 et 29 novembre derniers, les responsables du parti ont procédé dans l'optique de cette compétition électorale, à la formation de leurs candidats devant représenter le parti à l'assemblée nationale pour la

prise des grandes décisions. Il leur a été appris aussi les astuces pour bien animer une campagne électorale. Au total, 182 candidats dont une trentaine de femmes devront représenter le parti aux échéances du 20 décembre prochain. Avec tous les moyens financiers, matériels, logistiques et humains dont dispose le parti, et surtout avec l'expérience des victoires électorales dont il jouit, l'on peut estimer que le parti UNIR risque de rafler la quasi-totalité des sièges mis en jeu. « Nous nous engageons pour une victoire écrasante aux législatives de 2018 » a prévenu Ibrahim Tchédre, porte-parole des candidats UNIR.

Toutefois, la donne n'aurait pas été la même si la coalition des 14 partis de l'opposition avait accepté de participer au rendez-vous du 20 décembre. En clair, UNIR ne partirait pas avec les mêmes chances si la C14 prenait part aux consultations. Une partie de l'électorat voterait évidemment en faveur des partis comme l'ANC ou le PNP. Mais avec les forces en présence, la formation du Chef de l'Etat part avec les chances de remporter les 4/5



des sièges nécessaires à l'opérationnalisation des réformes constitutionnelles et institutionnelles qui cristallisent tant les attentions de l'opinion au plan national et international.

Roger GBESSIA



4 Actualité



Manifestations contre les élections /La C14 viole l'interdiction :

2 morts dont un par balle, le gouvernement promet une enquête

Le weekend écoulé a été particulièrement difficile pour certaines villes du pays notamment Agoè, Sokodé, Bafilo et Mango. Et pour cause, la journée de samedi a été marquée dans ces localités par des affrontements violents entre les manifestants se réclamant de l'opposition et les forces de l'ordre. Bilan officiel : 2 morts, 4 blessés et 28 manifestants interpellés.



Les partis membres de la coalition de l'opposition ont prévu une série de manifestations étalées sur dix jours dans plusieurs villes sur l'ensemble du territoire national pour disant-ils, « protester contre la tenue des élections législatives du 20 décembre prochain ».

Ces manifestations sont interdites par les autorités en charge de l'administration du territoire et de la sécurité qui évoquent un « risque très élevé de troubles graves à l'ordre public », surtout que la campagne électorale a déjà démarré en début de semaine.

En dépit de cette interdiction, les militants et sympathisants de ce regroupement politique ont tenu à manifester dans les villes ciblées. En vue d'éviter les débordements, le ministère de la sécurité a déployé un dispositif assez impressionnant dans certains coins de la capitale comme à l'intérieur du pays. Ce qui malheureusement n'a pas empêché les affrontements entre manifestants et forces de l'ordre.

Dans certains quartiers de

la capitale, notamment à Agoè, des jeunes manifestants ont dressé des barricades et brûlé des pneus. Les forces de l'ordre ont répondu par des gaz lacrymogènes avec des courses poursuites dans la zone. Une situation qui a engendré deux morts et plusieurs blessés dont quatre policiers. Des décès dont la responsabilité selon les autorités de la sécurité, est à attribuer à « des individus à bord d'un véhicule 4x4 » qui ont fait usage de tirs à balle réelle. Même son de cloche à l'intérieur du pays particulièrement à Sokodé, Bafilo, Tchamba et Mango où des jeunes ont tenté également de se rassembler avant d'être dispersés à coups de gaz lacrymogènes.

Pour le cas de Sokodé, les autorités indiquent que les domiciles du guide spirituel, un certain Ouro et de Adoyi Ezzo Wavana, ont été saccagés avec d'importants dégâts matériels. Dans ces localités, on note également plusieurs arrestations.

En fin de soirée, le gouvernement, par le truchement du ministère de la sécurité et de la

protection civile a renseigné l'opinion sur la situation à travers un communiqué. « Ce samedi 08 décembre 2018, alors que la campagne électorale en vue des élections législatives du 20 décembre prochain suit son cours sur l'ensemble du territoire national, il a été signalé que quelques individus ont érigé ou tenté d'ériger des barricades sur la route nationale N°1 et d'autres artères dans certains quartiers au nord de Lomé tout comme dans six (6) villes de l'intérieur du pays. Aux environs de 13heures, une équipe des forces de sécurité a découvert 2 corps sans vie. Selon les constatations du médecin commis à cet effet, il ressort que le premier corps est celui d'un jeune homme d'environ 17 ans.



Il porte à l'œil gauche une plaie ouverte s'apparentant au point d'entrée d'une balle sans sortie. Le second corps, âgé d'environ 30 ans, ne présente aucune trace de blessure par balle. Les investigations sont en cours pour élucider les circonstances de ces faits graves. Aussi, le véhicule en cause ainsi que ses occupants font-ils en ce



moment l'objet de recherches actives par les services de police et de gendarmerie » lit-on dans la note du gouvernement qui a profité de l'occasion pour présenter ses condoléances aux familles éploées et souhaité prompt rétablissement aux victimes.

Du côté de la coalition de l'opposition, on justifie la tenue de ces manifestations par l'article 67 du code électoral, estimant que la série d'activités programmées n'est pas en violation avec les dispositions du code électoral. « L'article 67 du code électoral nous autorise en tant que partis

Johnson à la veille du début des manifestations suite à l'interdiction des manifestations qui leur a été notifiée par le gouvernement à travers un courrier signé du ministre en charge de l'administration territoriale.

Une sortie à laquelle le ministre Payadowa BoukpeSSI apporte une précision plutôt musclée en ces termes : « tant que l'objectif c'est d'empêcher les élections, c'est contraire à la loi, et en tant que gouvernement, nous ne pouvons pas l'autoriser. La C14 a dit publiquement qu'elle va empêcher la tenue des élections, mais l'article 129 du code électoral punit ceux qui s'opposent à la liberté de vote. Donc, tant que l'objectif c'est d'empêcher la tenue des élections du 20 décembre, nous disons que c'est contraire à la loi, et nous ne faisons qu'appliquer la loi ».

Comme l'on peut le constater, c'est le bras de fer qui continue entre le gouvernement et la C14 qui ne compte pas baisser les bras pour faire arrêter le processus électoral en cours. Réussira-t-elle le coup ? Difficile de le prédire. Néanmoins, une chose est prévisible : les prochains jours risquent d'être un peu plus compliqués tant pour la classe politique que pour les populations.

Roger GBESSIA



Office Togolais des Recettes : Le Paiement En Ligne Des Impôts désormais opérationnel

L'Office Togolais des Recettes (OTR) a officiellement lancé le paiement en ligne des impôts par les grandes entreprises, le mercredi dernier à son siège. Pour Adoyi Essowavana, Commissaire des impôts et des droits indirects, il s'agit de rendre un service de qualité aux opérateurs en leur déchargeant le coût du paiement des impôts.



A travers ce service les opérateurs économiques déclarés à l'OTR peuvent désormais se connecter immédiatement à leur compte bancaire sur la plateforme de l'OTR pour effectuer le règlement à partir de leur bureau,

gagnant également ainsi en temps.

« Depuis 2016, nous avons lancé la déclaration en ligne. La déclaration en ligne sans le paiement en ligne, c'est comme si nous n'avons rien fait. Nous avons voulu lancer le

paiement en ligne pour permettre aux opérateurs économiques de ne plus se déplacer ou perdre du temps pour procéder au paiement des impôts. Nous avons commencé avec les grandes entreprises et après ce

sera avec les moyennes entreprises », a-t-il déclaré.

Exhortant vivement les opérateurs économiques et les grandes entreprises à se mettre dans la logique de paiement en ligne, le Commissaire des impôts de l'OTR estime que les entreprises fiscales doivent passer à la vitesse supérieure grâce au développement des TICs.

L'initiative a été louée par les opérateurs et responsables des grandes entreprises présents au lancement. C'est le cas par exemple de Defly Philippe, Responsable

financier de la Société des Produits Alimentaires (SOPAL) pour qui: « Nous en tant que grandes entreprises, nous pensons que c'est une très bonne initiative parce que des fois, pour faire le paiement, c'est avec une très grande somme d'argent et si nous n'avons pas des chèques, nous sommes obligés de nous déplacer avec ça. Le télépaiement que l'OTR vient de lancer, apporte de l'eau à notre moulin pour faciliter le paiement des impôts ».

L'opérationnalisation de ce service bénéficie de l'expertise, faut-il le rappeler, d'Ecobank qui a conçu une plateforme servant à faciliter le démarrage du paiement en ligne.

NOHA : Un dîner spectacle de levée de fonds a clos la quatrième mission chirurgicale humanitaire

Un dîner spectacle de levée de fonds a clos la quatrième mission chirurgicale humanitaire de l'association NOHA au Togo, le vendredi dernier. Ces fonds viennent appuyer les efforts des bénévoles de cette association qui deux fois par an donnent du sourire aux enfants souffrants de malformations et ayant des difficultés motrices.

Ces opérations humanitaires se font en collaboration avec le CHU de Besançon en France. Elles sont dirigées cette année par le Prof Benoît de Billy, venu exprès de Besançon pour la cause et entendent prendre en charge une soixantaine d'enfants.

Pour le Dr Gnassingbé K. Jean-Pierre, un des responsables de l'association NOHA, ces actions sont nées du jumelage entre le service de pédiatrie du CHU Sylvanus Olympio et celui de Besançon et prennent forme grâce aux dons et financements de bonnes volontés et de bénévoles afin d'assurer les missions chirurgicales des médecins

chirurgiens bénévoles, l'aide et l'assistance aux familles.

« Nous rencontrons généralement dans nos travaux des cas d'enfants malformés dont les parents sont démunis et nous nous sommes dit qu'en créant cette association on va apporter notre pierre à leur prise en charge. Il faut dire que les patients qui seront pris en charge au cours de cette mission, viennent de tout le pays même si la grande partie vient de la capitale Lomé. », a-t-il confié

Démarrée en début de semaine, cette quatrième mission a, durant cinq (5) jours, pris en charge des maladies congénitales les plus connues comme le

syndrome d'alcoolisation fœtale, le syndrome de Down, l'anencéphalie, la mucoviscidose, l'ictère néonatal, le schizencéphalie, la syphilis congénitale, le situs inversus, la fente labiale et la fente palatine, le pied bot, la réduction de membre, hernie diaphragmatique ont été traitées.

Une session de formation à l'intention des médecins togolais a également été effectuée avec succès.

Des parents en détresse venus consulter leurs enfants ont fait part de leur réjouissance à la perspective d'une guérison de ces derniers et de la normalisation de leur quotidien.



« C'est un sentiment de joie pour moi que mon enfant sera pris en charge dans le cadre de cette mission parce que ce fut une longue marche », a confié une maman dont l'enfant souffre d'une malformation depuis la naissance et qui malgré le suivi régulier du service de pédiatrie du CHU-SO peine à trouver contentement.

La prise en charge d'un enfant malformé dans le cadre de cette mission est évaluée à au moins 200 000 francs. Afin d'assurer ces

frais, NOHA a fait appel aux partenaires et aux personnes de bonne volonté de lui venir en aide.

De généreux donateurs ont encore fait parler leur cœur à ce dîner notamment le sélectionneur de l'équipe nationale togolaise Claude Leroy qui a fait un don de 5 millions de FCFA à l'association.

Notons pour finir que l'association NOHA a été créée en 2016.

Democrate



6 Actualité

74% des togolais favorables au scrutin du 20 décembre selon le sondage IPSE

C'est un sondage exclusif rendu public en fin de semaine dernière. Réalisé par l'Institut de prospective et de sécurité en Europe piloté par (IPSE), ce sondage révèle par exemple que 81 % des Togolais se sont faits recenser en vue des prochaines échéances et ceci malgré l'appel au boycott de la Coalition des 14 partis de l'opposition. Réalisé du 20 octobre au 18 Novembre 2018 Le sondage montre que 74 % des togolais ont l'intention d'aller voter, qu'ils privilégient le dialogue plutôt que les marches.

Nombre de Togolais, 81 %, sont favorables à la limitation à deux mandats présidentiels et estiment que les élections seront particulièrement ouvertes. Le sondage, prend aussi en compte les conditions de vie des Togolais. Si la majorité d'entre eux considère qu'ils partagent globalement (60 %) les mêmes conditions de vie que leurs voisins immédiats, ils sont néanmoins 40 % à considérer qu'ils vivent personnellement mieux au Togo qu'au Ghana, au Burkina Faso ou au Bénin.

Avec plus de 100 partis politiques enregistrés pour une population de 6 millions d'habitants, seuls 4 partis et 4 leaders occupent la tête de peloton, selon les appréciations des enquêtés: « UNIR, PNP, ANC et UFC pour les partis et Jean-Pierre Fabre, Tchikpi ATCHADAM, Kodjo ADEDZE et Yaovi AGBOYIBOR pour les leaders ».

On notera que ce sondage a été réalisé auprès d'un échantillon représentatif de la population togolaise de plus de 5 000 personnes en âge de voter, sélectionnées selon des critères d'âge, sexe, statut professionnel et d'ethnies, réparties proportionnellement dans les 6 régions administratives à savoir : Lomé / Golfe ; Maritime ; Plateaux ; Centrale ; Kara et Savanes. L'Institut Prospective et Sécurité en Europe (IPSE), laboratoire d'idées spécialisé sur les questions stratégiques et internationales eurafricaines. Voici l'intégralité des résultats du sondage.

d'entre eux ont l'intention d'aller voter, qu'ils privilégient le dialogue plutôt que les marches, que 81 % sont favorables à la limitation à deux mandats présidentiels et que les élections seront particulièrement ouvertes, puisque d'une part, à peu près la même proportion d'électeurs souhaite la victoire de la majorité et de l'opposition (31 % contre 32 %) tandis que 37 % d'entre eux ne se prononcent pas et constituent sans doute le marais hésitant qui fera la différence souhaitée.

Question 6

Avez-vous l'intention d'aller voter aux prochaines élections législatives ?

OUI: 74%

NON: 18%

Ne sait pas: 8%

* l'enquête a eu lieu avant l'annonce d'une partie de l'opposition appelant à boycotter les élections.

TOGOSCOPIE

OCTOBRE / NOVEMBRE 2018

Enquête réalisée du 20 octobre au 18 novembre 2018 auprès d'un échantillon représentatif de la population togolaise de plus de 5 000 personnes en âge de voter, sélectionnées selon des critères d'âge, sexe, statut professionnel et d'ethnies, réparties proportionnellement dans les 6 régions administratives du TOGO comme suit:

Lomé/Golf : 1 100 personnes interviewées

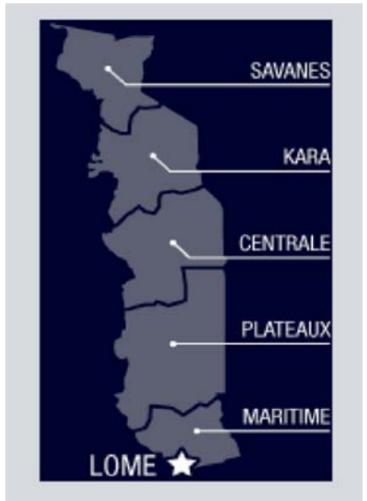
Maritime : 1 000 personnes interviewées

Plateaux : 1 050 personnes interviewées

Centrale : 950 personnes interviewées

Kara : 600 personnes interviewées

Savanes : 700 personnes interviewées



Le questionnaire a été administré en face à face par une équipe de 26 enquêteurs Togolais sous la conduite de 3 superviseurs. Les

enquêteurs parlaient le français et au moins une des langues usuelles aux principales ethnies.

Le questionnaire soumis aux personnes sondées comprenait trois parties:

A/ Les Togolais et leurs conditions de vie

B/ Les Togolais et le processus électoral

C/ L'image des grands partis politiques et des leaders actuels

On vaudra bien trouver ci-après les principaux résultats aux questions afférentes à ces trois grands thèmes.

Les enquêtes ont été réalisées entre le 20 octobre et le 18 novembre, avant la convocation du corps électoral pour le 20 décembre et avant la décision formelle d'une partie de l'opposition de boycotter le scrutin.

Sondage réalisé par



A . LES TOGOLAIS ET LEURS CONDITIONS DE VIE

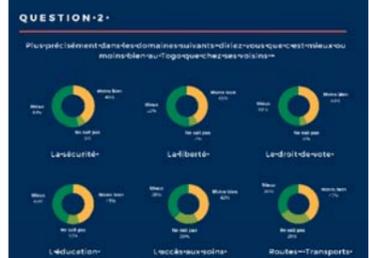
D'une manière générale, les Togolais sont lucides quant à la qualité et au niveau de vie en Afrique aujourd'hui, et en particulier dans la sous-région, comparés aux leurs. Si la majorité d'entre eux considère qu'ils partagent globalement (60 %) les mêmes conditions de vie que leurs voisins immédiats, ils sont néanmoins 40 % à considérer qu'ils vivent personnellement mieux au Togo qu'au Ghana, au Burkina-Faso ou au Bénin.

A titre de comparaison, trois domaines leur paraissent mieux assurés au Togo que chez les voisins : la sécurité, la liberté et le droit de vote.

Un domaine leur paraît être comparable: l'éducation.

Deux domaines leur paraissent mieux assurés chez les voisins que chez eux : l'accès aux soins et les routes et transports.

Exprimant en résumé leur opinion sur l'évolution de leur pays depuis cinq ans, les Togolais se divisent en trois tiers quasiment égaux : un tiers d'entre eux (35 %) considère que la situation s'est plutôt améliorée, un tiers (34 %) qu'elle s'est détériorée et un tiers (30 %)



qu'elle n'a pas changé.

Au cours des 5 dernières années, diriez-vous que la situation générale du pays s'est : plutôt améliorée, restée pareille ou détériorée ?

Améliorée : 35%

Restée pareille : 31%

Détériorée : 34%

B . LES TOGOLAIS ET LE PROCESSUS ELECTORAL

Afin de mesurer l'état d'esprit des Togolais face au processus électoral en général, et plus précisément par rapport à l'expression démocratique et aux échéances à venir, nous leur avons d'abord demandé s'ils s'étaient inscrits sur la nouvelle liste électorale, quel était leur sentiment vis-à-vis de l'expression politique en général, leur opinion à propos d'une éventuelle modification de la Constitution instaurant la limitation des mandats, s'ils avaient l'intention d'aller voter aux prochaines législatives et quels étaient leurs souhaits quant aux résultats de celles-ci.

De l'analyse des résultats, il ressort que 81 % des Togolais se sont faits recenser en vue des prochaines échéances, que 74 %

C. L'IMAGE DES GRANDS PARTIS POLITIQUES ET DES LEADERS ACTUELS

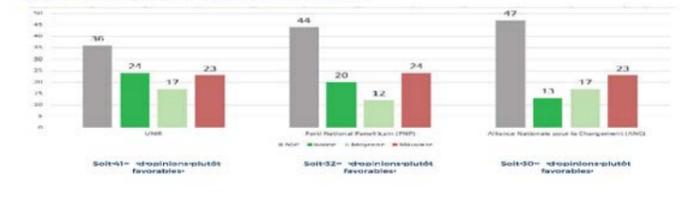
Avec plus de 100 partis politiques enregistrés pour une population de 6 millions d'habitants, le Togo pourrait aisément recevoir la palme d'or de la catégorie, si on décernait un trophée dans ce domaine.

Dans ces conditions, il n'est pas étonnant que lorsqu'on demande aux Togolais d'émettre une opinion sur tel parti ou tel leader, seuls les plus connus d'entre-eux reçoivent une appréciation de la part des citoyens.

A la lecture des résultats, on constatera que 4 partis et 4 leaders font la course en tête des appréciations : UNIR, PNP, ANC et UFC pour les partis et Jean-Pierre Fabre, Tchikpi ATCHADAM, Kodjo ADEDZE et Yaovi AGBOYIBOR pour les leaders.

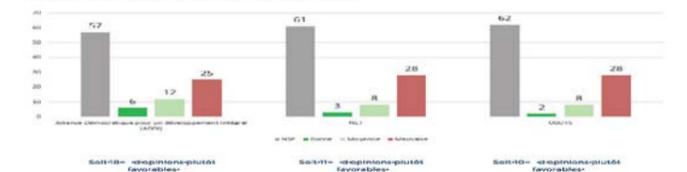
QUESTION-9

Pour chacun des partis politiques suivants pouvez-vous me dire si vous en avez une bonne-moyenne-ou-mauvaise appréciation**



QUESTION-9

Pour chacun des partis politiques suivants pouvez-vous me dire si vous en avez une bonne-moyenne-ou-mauvaise appréciation**



23 Nov. - 10 Déc. 2018

15^{ème} Foire Internationale de LOME

Foire de toutes les opportunités





+ DE 1000 EXPOSANTS

300 000 VISITEURS






THÈME: CHAÎNE DE VALEUR, VECTEUR DE PROGRÈS ÉCONOMIQUE



CENTRE TOGOLAIS DES EXPOSITIONS ET FOIRES DE LOME BP: 10056 Lomé - Togo Tél: (00228) 99 64 40 01 / 90 31 76 37

 facebook.com/cetef.tg
  twitter.com/ceteflome
  instagram.com/ceteflome
 www.cetef.tg

#TGFIL15





À PARTIR DU 3 SEPTEMBRE 2018

APPELEZ SANS LIMITE LES NUMÉROS FIXES

4720 F/MOIS

POUR BOOSTER VOS AFFAIRES

LE MEILLEUR RÉSEAU DATA ET LES APPELS LES MOINS CHERS AU TOGO !



LE LIBERAL
 Hebdomadaire Togolais d'Information, d'Analyse et d'Opinion

Récépissé N°0416/23/12/10/HAAC du 23 décembre 2010

Directeur de la Publication
 PETCHEZI P. D. Fabrice

Comité de Rédaction
 PETCHEZI Fabrice
 Alain TCHEDRE
 Prosper AWIH
 Dick MESSAN (Stagiaire)
 Cyrille SABLASSOU

Correcteur
 S. Didier

Infographie
 JPB

Adresse
 Route du Contournement CEDEAO,
 Agoè Démakpoè, non loin des rails
 Tél: +228 90 15 87 53
 +228 22 42 83 46
 13 BP 152 Lomé-TOGO

Imprimerie
 Direct Sprint
Tirage
 1000 exemplaires





Spéciale
*fin d'année 2018**

JUSQU'À
-45%
sur le
DÉDOUANEMENT

- ✓ des marchandises*
- ✓ des véhicules

* Offre valable jusqu'au 31 décembre 2018
* Marchandises sous douane en souffrance

FEDERER POUR BATIR
www.otr.tg



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

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

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

& DANS LES AUTRES CITÉS.

LES EXTENSIONS SE POURSUIVENT DANS LES AUTRES QUARTIERS DE LOMÉ.

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

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



Législatives du 20 décembre : Interview de Fiacre Ayao ATSOU tête de liste de la liste indépendante « Bâtir »:

« A « Bâtir », nous ne voulons pas voir les jeunes dans la rue, dans la peur et la rage, mais nous voulons les voir à la table de négociation et de décision... »

Lancé depuis quelques mois, le processus de mise en place d'un mécanisme électoral consensuel, en vue de la tenue du scrutin législatif se poursuit, pendant que des voix s'élèvent pour demander son report. La campagne électorale, une étape décisive de toute élection, a démarré timidement depuis le 04 décembre. Et de toute la panoplie de mouvements indépendants qui participent à ce scrutin, un groupe semble sortir du lot. Contrairement aux autres qui semblent crouler dans la monotonie, « Bâtir », puisque c'est de lui qu'il s'agit, tient un discours rassurant et crédible qui prend en compte les aspirations profondes du peuple. Nous avons rencontré sa tête d'affiche Fiacre Ayao ATSOU qui, conscient du rôle d'innovation et de conciliation que doit désormais jouer la jeunesse togolaise, revient ici sur leurs réelles motivations et leurs attentes à l'issue de ces élections.

Présentez-vous mieux à la population togolaise, celle qui ne vous connaît pas encore ?

Je voudrais, au nom des initiateurs et ami(e)s de « Bâtir », dire que nous sommes une bonne frange de la jeunesse togolaise des deux sexes, du Nord au Sud, et de l'Est et de l'Ouest, soucieux d'amener les parents à recentrer le débat sur la nécessité de privilégier le développement de notre nation. Nous pensons qu'enfin quelqu'un doit dire la vérité à la population togolaise, combattre le bon combat, celui de sortir de la confusion et d'œuvrer pour la vraie solution, qui selon nous, est de bâtir physiquement et spirituellement la nation togolaise et son cadre de vie.

Pourquoi participez-vous à une élection législative qui est boycottée par une partie de l'opposition, notamment la C 14 dont fait partie le chef de file de l'opposition togolaise ?

D'abord permettez-moi de vous dire que nous ne sommes pas tout à fait à l'aise avec le modèle de l'opposition togolaise. Nous comprenons l'importance d'une opposition dans un régime démocratique. Mais ayant remarqué que les mêmes causes produisent les mêmes effets, depuis plus d'une vingtaine d'années dans notre pays, nous n'avons eu d'autres choix que de monter au podium pour montrer l'approche que nous proposons dans le but d'aboutir aux résultats d'alternance souhaités par tous, en procédant autrement.

Si le type de régime et de textes en vigueur au Togo donnent au pouvoir en place de retenir une date, et que nous ne réussissons pas à faire changer cette date, alors il y a élections. Nous ne sommes ni pour la violence, ni pour la politique de la chaise vide, car dit-on, les absents ont tort. Nous ne pensons pas sage de continuer ainsi. Normalement, si on tente une approche plus d'une fois sans succès, il faut innover, il faut procéder autrement.

Nous comprenons la vision de la C 14, et leur choix de ne pas aller aux



élections sans les réformes demandées par une bonne partie du peuple togolais. Personne ne peut les empêcher de jouir de leur droit de choisir. Nous, nous sommes aussi pour la réforme, mais dans le respect des règles démocratiques et de la légalité. Si faire l'opposition c'est affamer les jeunes, les jeter au péril, sans se soucier de leur devenir, alors mettez-nous au centre. Nous sommes plus que jamais convaincus que le peuple a besoin d'une opposition constructive.

Alors, qu'est-ce qui motive votre participation à une telle élection finalement ?

C'est une décision qui émane du souci d'innover, tout en apportant notre pierre, aussi minime soit-elle, à la construction de ce pays. La C 14 à opter pour le boycott et fait du report de ces élections son principal objectif aujourd'hui. Mais si le pouvoir ne recule pas, faudra-t-il continuer à les laisser avancer seuls et faire de ce pays ce qu'ils veulent.

Allons-nous continuer à laisser l'Assemblée Nationale aux mains des mêmes personnes, sans chercher à apporter la contradiction pour un développement sur une base compétitive, beaucoup plus avantageux pour le peuple ? Je crois que non. C'est donc pour cette raison que nous avons jugé bon de participer à ces élections. Nous nous présentons à ces élections pour qu'une fois à l'Assemblée Nationale, nous

puissions jouer un rôle de veille, de sentinelle qui alertera systématiquement la base et l'opinion sur les complots éventuels contre le peuple.

Que répondez-vous à ceux qui estiment que vous participez à cette élection pour servir de béquille au pouvoir ?

Je comprends leur méfiance et leur présomption. Et je pense qu'il peut y avoir des listes indépendantes qui jouent à ce jeu. Mais je crois aussi qu'il est important de faire la part des choses et ne pas se laisser entraîner par ces déductions hâtives propagées sans doute par des gens proches aussi bien du pouvoir que de l'opposition pour discréditer notre engagement.

C'est la fin qui justifie les moyens et je crois que nous serons tous comptables devant le peuple, un jour. Je comprends que notre engagement puisse déranger car il est citoyen et noble. Et cet engagement nous a même valu la prison, rappelez-vous, dans l'affaire du Mouvement Nubueké.

Sans calcul, nous allons avec foi et confiance, appeler le peuple togolais, femmes, hommes et jeunes, à voter « Bâtir », qui veut un meilleur devenir pour ces jeunes.

A « Bâtir », nous ne voulons pas voir les jeunes dans la rue, dans la peur et la rage, mais nous voulons les voir à la table de négociation et de décision, en toute quiétude. Nous voulons profiter de leurs idées à l'Assemblée pour innover

et faire la politique autrement. Osons confronter dignement nos idées pour faire jaillir la lumière et « bâtissons la cité », notre hymne national nous le recommande.

Le contexte est critique, certes, mais rester les bras croisés et observer n'est certainement pas la solution. Il est important d'être présent pour empêcher le pillage et la destruction de ce pays, qui nous appartient à tous. Ce pays est dans un état comateux et de délabrement avancé et nous appelle à venir, ensemble, le bâtir. Il suffit de faire un tour dans les hôpitaux, dans des écoles et même dans nos administrations pour voir dans quelles conditions les gens travaillent. Face à ce petit tableau sombre, vous convenez avec moi que nous ne pouvons donc pas continuer avec la politique de la chaise vide.

Quelle sera donc votre mission une fois élu face à la majorité ?

Nous serons la voix des sans voix, comme nous l'avons toujours été, en privilégiant le dialogue et les débats d'idées au lieu de la violence sous toutes ces formes. Les jeunes femmes qui militent dans « Bâtir », dans un esprit d'égalité et de respect des droits humains, de la légalité et du respect des biens publics, ne le permettront d'ailleurs pas, car elles sont les premières victimes de l'Etat de non droit. Nous comptons utiliser notre place à l'Assemblée pour être la caisse à résonance de toute l'injustice qui se manigance au Parlement. Ce n'est que de cette manière que nous pourrions réduire progressivement la mauvaise gouvernance qui est en train d'être érigé en règle d'or au sommet de ce pays cher à nous tous.

En un mot, nous voulons, tout en contribuant au vote des textes favorables au bien être de la femme et du jeune togolais, à la construction et au développement de notre cher Togo, être les yeux du peuple dans cette Assemblée, pour l'informer de tout ce qui s'y passe. Appelez-

nous, les rapporteurs du peuple, nous répondrons ! Nous sommes les jeunes togolaises et togolais, issus du bas peuple. Nous sommes de Dapaong, de Mango, de Kara, de Sokodé, de Kpalimé, de Niamtougou, d'Agoé, de Lomé, d'Aneho...etc. Nous sommes bien imprégnés des réalités de la base.

En nous envoyant à l'Assemblée, vous nous donnez le devoir de défendre ce peuple comme nous l'avons toujours fait au sein du mouvement citoyen Nubuéké dont nous avons été membres. Notre combat au mouvement « Bâtir » vise à donner les mêmes chances à tous les togolais dans leur diversité, du nord au sud, de l'est à l'ouest.

Que chacun obtienne ce qu'il veut par mérite, quel que soit son appartenance ethnique ou religieuse. Une fois à l'Assemblée, nous voulons encourager, par nos votes, les grands travaux de construction sur toute l'étendue du territoire nationale, pour donner du travail aux plus grand nombre, en particulier les jeunes, afin que sur le visage de nos populations, renaisse ce sourire innocent et rassurant.

Notre engagement au mouvement « Bâtir » est de jouer le rôle de sentinelle de la république aux côtés de tous les élus, surtout parvenir à faire changer les mentalités et les comportements, à faire naître le civisme et l'amour du prochain, à faire adopter la possibilité de faire la politique autrement, à travers un cadre approprié de partage et d'échange entre les membres, comme les filles et fils d'une même nation.

Un mot de fin ?

Nous invitons la population à dire non à l'injustice, à l'arbitraire en votant le mouvement « Bâtir » le 20 décembre prochain, pour un pays apaisé, véritablement démocratique et de prospérité partagée. OUI ! Nous pouvons y arriver en faisant autrement, en bâtissant ensemble comme les fils d'une même nation. Si les élections tiennent le 20 décembre, alors il faut sortir massivement voter « Bâtir », pour arrêter la violence verbale comme physique et se mettre au travail, à « Bâtir ».

Les jeunes veulent innover, montrer qu'il est possible de faire autrement.

Ne pas sortir, c'est voter pour le statu quo. Voter « Bâtir », c'est donner un carton rouge aussi bien au pouvoir qu'à l'opposition.

Sortons donc tous le 20 décembre pour voter « Bâtir ». Je vous remercie.

La Rédaction



OPTION SANTE

Le miel comporte de nombreuses vertus, mais aussi des dangers

Le miel, un super aliment regorgeant de bienfaits et vertus santé. «Le miel compte une foule de bienfaits et propriétés curatives», explique d'emblée la nutritionniste Kim Edmundson. Découvrez sans plus tarder les 16 vertus et risques du miel.

1. Un édulcorant naturel

Le miel est l'édulcorant le plus naturel que vous puissiez trouver. Vous avez certainement entendu parler de gens qui mettent du miel dans leur thé au lieu du sucre raffiné ou qui le substituent au sucre en cuisson. «Toutefois, cet aliment demeure un sucret et doit ainsi être consommé avec modération», précise la nutritionniste Kim Edmundson.

2. Combattez l'insomnie

Le miel contribue à la libération d'insuline qui à son tour stimule le tryptophane. Rappelons que le tryptophane est un composé qui nous rend somnolents. Si vous avez de la difficulté à dormir, prenez un verre de lait chaud avec du miel avant de vous coucher. La chaleur dégagée par le lait chaud augmentera l'effet du tryptophane.

3. Apaisez le mal de gorge avec le miel

En raison de ses propriétés antibactériennes, le miel peut aider à apaiser votre mal de gorge. Mélangez une demi-tasse d'eau avec une cuillère à thé de gingembre moulu. Ajoutez à ce mélange le jus d'un demi-citron et une cuillère à thé de miel. Gargarisez-vous avec ce remède maison pour calmer votre mal de gorge.

4. Un antitussif efficace

Le miel pourrait être aussi efficace que certains sirops et produits distribués en vente libre pour calmer la toux. Le miel crée une fine couche protectrice et tapisse la gorge, permettant ainsi de mieux prévenir l'irritation qui engendre la toux. Prenez deux cuillères à thé avant le coucher pour apaiser votre toux.

Lire également : Toux chronique : 10 symptômes dangereux à ne jamais ignorer

5. Améliorez vos performances athlétiques

Des études suggèrent que le miel pourrait être l'un des hydrates de carbone les plus efficaces avant une séance d'entraînement. Contrairement à d'autres types d'agents sucrants, le miel est facilement digéré, puis libéré dans le métabolisme à un rythme plus lent et régulier.

6. Le miel pour mieux guérir coupures et brûlures

Les propriétés antibactériennes et antifongiques du miel inhibent la croissance bactérienne. La prochaine fois que vous aurez une coupure, une éraflure ou une brûlure légère, lavez bien cette blessure avec de l'eau et du savon. Essayez également de mettre un peu de miel sur la région blessée pour prévenir l'infection avant de la recouvrir d'un pansement.

7. Hydratez la peau et les cheveux

Autre bienfait santé: le miel est un excellent revitalisant pour la peau et les cheveux. Il est notamment utilisé dans les masques, car il contribue à absorber et à retenir l'eau. Mélangez du miel avec de l'huile d'olive pour obtenir un shampoing naturel.

8. Attention: une importante mise en garde contre le miel

Les enfants de moins d'un an ne doivent pas consommer de miel. Plusieurs études scientifiques ont en effet démontré qu'il peut causer le botulisme infantile.

9. Le miel contre le mauvais cholestérol

Selon une étude menée à Dubaï, le miel serait bon pour

le cholestérol.

Dans le cadre de cette recherche scientifique, les sujets ayant consommé 250 ml d'eau accompagné de 75 ml de miel naturel durant 15 jours ont vu leur taux de «mauvais» cholestérol baisser et leur taux de «bon» cholestérol augmenter. Si vous avez des problèmes de cholestérol, assurez-vous de consulter un professionnel de la santé qui saura vous aider à mieux gérer cette condition.

10. Le miel pour mieux combattre l'acné

Les propriétés antibactériennes pourraient aider à mieux contrer l'inflammation liée à l'acné, selon Joey Green, auteur de l'ouvrage Joey Green's Magic Health Remedies. Mélangez une part de miel et une part de muscade et laissez reposer le mélange sur le bouton pendant 20 minutes avant de rincer.

11. Le miel pour aider à contrôler un taux de sucre sanguin trop bas

La poudre de miel permettrait d'augmenter et de maintenir un taux de sucre sanguin de façon plus efficace que le sucrose et la maltodextrine, selon une étude publiée dans le Journal of the International Society of Sports Nutrition. Une importante consommation de glucides et de protéines après l'exercice peut engendrer de l'hypoglycémie chez certaines personnes. La consommation de miel pourrait ainsi aider à mieux contrer l'hypoglycémie en rééquilibrant un taux de sucre sanguin trop bas.

12. Le miel pour mieux contrer les pellicules

Des chercheurs ont observé d'autres vertus du miel, et cette fois chez des patients



souffrant de dermatites et aux prises avec un problème de pellicules. En raison de ses propriétés antifongiques et hydratantes, le miel aurait aidé ces sujets à mieux prévenir les problèmes de pellicules. Diluez du miel dans un peu d'eau chaude (évitiez l'eau trop chaude qui pourrait irriter la peau) et massez délicatement le cuir cheveu pendant 2 à 3 minutes avant de rincer.

13. Le miel dans le bain et sous la douche

Grâce au miel, vous pourrez hydrater votre peau tout en vous attaquant aux bactéries causant l'acné et les odeurs corporelles. Mélangez deux cuillères à table de miel avec une cuillère à table d'huile d'olive et utilisez cette solution sous la douche ou dans le bain. Vous pouvez également y ajouter des huiles essentielles, comme de l'huile de lavande. Pour en faire un exfoliant maison, ajoutez à ce mélange une demi-tasse de sucre brun.

Rappelons que le miel se conserve très longtemps. Assurez-vous toutefois de ne pas ajouter de l'eau au miel ou à ce mélange: cela pourrait accélérer la croissance de bactéries si vous ne l'utilisez pas sur le champ.

14. Renforcez votre système immunitaire

Dans le cadre d'une recherche publiée dans le Journal of the Science of Food and Agriculture, le miel aurait empêché la croissance

de tumeurs chez des souris. Les antioxydants de ce superaliment pourraient aussi aider votre système immunitaire à mieux lutter contre le rhume et la grippe. De plus amples études scientifiques doivent toutefois être menées afin de mieux comprendre les mécanismes et effets du miel contribuant à mieux prévenir le cancer et renforcer le système immunitaire chez l'être humain.

15. Attention à la carie dentaire!

Au même titre que les autres aliments contenant des glucides comme le jus, les boissons gazeuses, les friandises et autres aliments riches en sucres, le miel peut entraîner la carie dentaire. De plus, le miel peut favoriser l'érosion de l'émail, augmentant par le fait même le risque de caries et la sensibilité dentaire. En ce sens, il est essentiel d'avoir une bonne hygiène dentaire, que vous consommiez du miel ou non.

16. Le miel et ses nutriments

Le miel fournit des antioxydants, de la vitamine E et de la vitamine C. Les miels plus foncés seraient plus riches en antioxydants que les miels plus pâles, selon le site WebMD. S'il faut limiter sa consommation quotidienne de sucre et ainsi consommer le miel en quantités raisonnables, essayez de sucrer légèrement vos yogourts et desserts maison avec du miel plutôt qu'avec du sucre!

Source :
www.Plaisirsanté.com



« Gilets jaunes » :

Paris demande à Trump de ne pas se mêler de la politique intérieure française

Donald Trump a une nouvelle fois donné son opinion, samedi, sur le mouvement des « gilets jaunes » en France. A la troisième intervention de Donald Trump sur le mouvement des « gilets jaunes », le ministre des affaires étrangères français, Jean-Yves Le Drian, a réagi. Il a invité, dimanche 9 décembre, le président américain Donald Trump à ne pas se mêler de politique intérieure française.



« Je dis à Donald Trump, et le président de la République (Emmanuel Macron) lui a dit aussi : nous ne prenons pas parti dans les débats américains, laissez-nous vivre notre vie de nation »,

a-t-il déclaré dans l'émission « Le Grand Jury RTL/Le Figaro/LCI ». « Nous ne tenons pas pour notre part de considérations sur la politique intérieure américaine et nous

souhaitons que ce soit réciproque », a-t-il ajouté.

Donald Trump et l'accord de Paris

Donald Trump avait une nouvelle fois donné son opinion, samedi, sur le

mouvement des « gilets jaunes » en France. « Un jour et une nuit très triste à Paris. Peut-être qu'il est temps de mettre fin à l'accord de Paris, ridicule et extrêmement cher, et rendre l'argent aux gens en réduisant les impôts », a écrit sur Twitter le président américain au moment où des heurts avaient lieu dans la capitale française.

« L'accord de Paris ne marche pas si bien que ça pour Paris. Manifestations et émeutes partout en France », a-t-il encore écrit à propos de cette quatrième journée de

manifestations. Les manifestants « scandent "Nous voulons Trump". J'adore la France », a également écrit le président américain, sans qu'aucun observateur n'ait pourtant rapporté de tels slogans.

Le chef de la diplomatie française a contesté que de tels propos en faveur de Donald Trump aient été tenus lors des manifestations : « Les gilets jaunes n'ont pas manifesté en anglais à ma connaissance et pour tout vous dire, les images qui sont parues aux Etats-Unis et où on entendait "WewantTrump" ("Nous voulons Trump") étaient des images prises à Londres lors d'un déplacement du président Trump il y a plusieurs mois. »

Donald Trump avait décidé en juin 2017 du retrait des Etats-Unis de cet accord multilatéral scellé fin 2015 pour réduire les émissions de gaz à effet de serre.

Relation dégradée

Ce n'est pas la première fois que le locataire de la Maison Blanche donne son avis sur ces convulsions qui agitent la France. Il avait déjà ironisé mardi sur les concessions faites par Emmanuel Macron aux « gilets jaunes », estimant que l'accord de Paris était voué à l'échec. Ses attaques réitérées interviennent au moment même où près de deux cents pays sont réunis à Katowice, en Pologne, pour la 24e conférence mondiale sur le climat.

Rugby : Le Père Noël descend à Lomé en fin d'année pour les amoureux du ballon oval

De bonnes surprises attendent les adeptes du rugby au Togo en cette fin d'année. Pour cause, quelques semaines seulement après l'apothéose de la campagne rugby solidaire, l'association Togo en mêlées s'apprête de nouveau à offrir une semaine de folies aux adeptes du rugby togolais.



Au menu, l'arrivée de deux joueuses de l'équipe de France à 7, qui viendront partager leurs expériences et savoir-faire avec la jeunesse togolaise autour d'un tournoi dénommé « Père Noël au

rugby », qui aura lieu le 27 décembre.

Le 29 décembre, les filles seront à l'honneur au cours d'un Tournoi Rugby Beach féminin.

Cerise sur le gâteau, la

Grande Soirée de projection du film à l'institut français du Togo (la jeune fille et le ballon ovale réalisé à Madagascar) en collaboration avec Terre en mêlées l'ambassade de

Français, l'Institut français du Togo, la Société générale Togo et Eiffage infrastructure le 02 janvier prochain. Un appel à la mobilisation est d'ores et déjà lancé.

Démocrate

Source : AFP



COMMISSION ELECTORALE
NATIONALE INDEPENDANTE



CENI-TOGO



ELECTIONS
2018
LEGISLATIVES



**CAMPAGNE
ELECTORALE**

**DU 04 AU 18
DECEMBRE
2018**

#ElectionsTg2018

Togolais, viens, bâtissons la cité !

