

INCLUSION FINANCIÈRE



Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI

AZIAVOR Ama Patience, bénéficiaire des deux cycles du Produit AJSEF

Dans ce nouveau numéro de votre rubrique " Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI", nous vous conduisons à Lomé, notamment ...

PAGE 2

ETRANGER



Coopération France-Afrique

Le Béninois Wilfrid Lauriano do Rego, nouveau coordonnateur du Conseil présidentiel pour l'Afrique

Pour remplacer le béninois Jules-Armand Aniambossou à la tête du Conseil présidentiel pour l'Afrique, Emmanue ...

PAGE 4

Guinée Équatoriale

Une section Unir installée

Le parti Unir a désormais sa branche en Guinée équatoriale. Le bureau de cette branche a été installé il y a quelques jours.

PAGE 11

Diplomatie et intégration sous régionale /sommet de l'Uemoa

Le chef de l'Etat Faure attendu à Abidjan ce vendredi

Le président de la République, Faure Essozimna Gnassingbé prendra part ce vendredi 12 juillet à Abidjan en Côte d'Ivoire, à la 21ème session ordinaire de la Conférence des chefs d'Etat et de gouvernement de l'Union économique ...



PAGE 11



Après les locales

L'opposition se tourne vers 2020 avec appréhensions

Suite à la proclamation des résultats provisoires des élections locales du 30 juin dernier, les réactions se succèdent au sein de l'opposition togolaise. Outre les griefs relevés par les principaux leaders de partis et de regroupement ayant pris part à ce scrutin, l'on semble tirer des leçons. L'élection présidentielle de 2020 est dans tous les esprits et les résultats actuels ne rassurent pas l'opposition.

PAGE 3

DERNIERES HEURES

Terrorisme en Afrique de l'ouest : Antonio Guterres n'est pas rassuré et ne rassure pas

Le secrétaire général des Nations unies, Antonio Guterres dans une récente déclaration concernant la lutte contre le terrorisme en Afrique de l'ouest, ne rassure pas. Le chef de l'ONU n'est pas du tout rassuré par la faible mobilisation de la communauté internationale, même si des efforts sont faits ici et là pour juguler le phénomène.

Pour le secrétaire général de l'ONU, « le terrorisme progresse en Afrique de l'ouest ». « Cela a commencé au Mali, puis c'est allé au Burkina Faso, au Niger et maintenant, quand on parle avec les présidents du Ghana, du Bénin, du Togo et de la Côte d'Ivoire, ils vous ...

PAGE 3

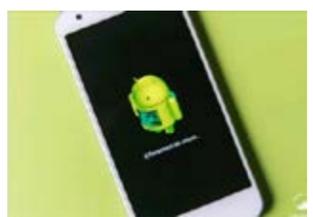
Fixation sur Faure Gnassingbé

Gilbert Bawara y voit une forme d'indigence de la part des opposants

Le ministre Gilbert Bawara qui a été l'une des personnalités les plus en vue, côté pouvoir dans la recherche de solutions à la crise politique du 19 août 2017, était entre-temps ...

PAGE 3



	<p>SOMMAIRE</p> <p>Tchad / Processus électoral Idriss Deby rencontre les partis politiques</p>  <p>P4</p>	<p>Gestion de données Voici quand effectuer un formatage</p>  <p>P5</p>	<p>Transpiration des aisselles Des solutions naturelles pour éviter les odeurs</p>  <p>P10</p>	<p>Banditisme Où trouvent-ils les armes, ces braqueurs ?</p>  <p>P11</p>
---	--	--	--	--

Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI

AZIAVOR Ama Patience, bénéficiaire des deux cycles du Produit AJSEF

Dans ce nouveau numéro de votre rubrique "Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI", nous vous conduisons à Lomé, notamment à Sagboville pour partager avec vous les témoignages d'une quarantenaire, AZIAVOR Ama Patience, bénéficiaire des deux cycles du Produit Accès des Jeunes aux Services Financiers (AJSEF). Reportage.



AZIAVOR Ama Patience

Lomé, Région Maritime, à la faveur d'une belle journée de vendredi, nous avons rendez-vous à Sagboville, un des quartiers populaires de la ville, avec une dame, bientôt la quarantaine, qui est un membre actif de ECHOPPE Togo, une des nombreuses institutions de Microfinance partenaire du Fonds National de la Finance Inclusive (FNFI) depuis 2014. Notre interlocutrice fait partie des milliers de personnes qui ont bénéficié du crédit "Accès des Jeunes aux Services Financiers" (AJSEF) du

FNFI. L'objectif du produit est tout simple, permettre aux jeunes de notre pays, aux artisans, aux jeunes diplômés sans emplois de pouvoir s'auto employer à travers l'entrepreneuriat. " Je suis titulaire d'un diplôme de coiffeuse professionnelle que j'ai obtenu à l'issue de trois années de formation. Diplôme obtenu, je me suis confronté à quelques difficultés pour pouvoir louer un local, m'équiper en quelques kits d'outillage et pouvoir exercer mon activité. Dans mes tentatives multiples

de contracter un crédit auprès des Institutions de Microfinance, j'ai été informée du Produit AJSEF du FNFI qui ambitionnait justement de soutenir les jeunes artisans à pouvoir se prendre en charge. Avec quelques collègues qui éprouvaient les mêmes difficultés que moi, nous avons monté un groupement solidaire et nous avons suivi avec rigueur toutes les étapes pré déblocage du crédit auprès de ECHOPPE Togo. Quelques jours plus tard, nous avons chacune obtenu un crédit. Personnellement,

j'ai obtenu un premier crédit de 300.000 F CFA et j'ai pu louer un petit local et acheter les premiers kits d'outillage. J'ai alors monté mon atelier de coiffure et tresse SOURCE DE VIE PATIENCE. Ici, je fais la coiffure et tresse, je vends des mèches, je fais des tissages, et je vends des savons et pommades pour cheveux."

L'atelier de coiffure et de tresse de Patience désormais monté et opérationnel, elle s'est au fil des mois construit une réputation forte grâce à son talent et à son savoir-faire, ses clients de plus en plus nombreux chaque jour ne cachent pas leur appréciation à l'issue de chaque prestation.

" Je me sens vraiment plus belle à chaque passage dans le salon de coiffure de Patience. Elle exerce son métier avec abnégation et professionnalisme, et elle est surtout bien appliquée dans son travail. Elle nous propose des gammes variées de modèles de coiffure, en fonction de la forme de notre tête et du type d'occasion pour laquelle la coiffure est dédiée", nous confie visiblement très heureuse Vitoria, une cliente fidèle du salon de coiffure.

Patience s'emploiera vigoureusement en mettant toutes les chances de réussir, avec pour finalité de rembourser dans les délais son premier cycle de crédit. Car le message de remboursement harmonieux des crédits, elle affirme l'avoir bien assimilé au cours de la

formation pré-déblocage de crédit.

" J'ai remboursé dans les délais mon premier cycle de crédit. Mon groupement solidaire et moi-même avons été tous dans les délais. J'ai aussitôt formulé la demande pour avoir une seconde tranche de crédit. J'ai ainsi obtenu une somme de 300.000 FCA qui m'a permis de renforcer mes équipements avec l'achat d'un séchoir et la diversification des pommades pour cheveux. Comme vous le voyez, je suis désormais mieux équipée et je suis capable de fournir plusieurs prestations de qualité à mes différentes clientes. Et pour pouvoir avoir chaque jour davantage de clientes, j'offre de temps en temps des bonus de fidélité. Pour quatre passages dans le mois, vous avez droit à une séance de soins de cheveux gratuitement. Et comme vous l'imaginez, cette petite technique commerciale permet, non seulement de fidéliser les clientes habituelles, mais aussi de boucher à oreilles d'avoir de nouvelles clientes. Et je peux aujourd'hui vous dire très fièrement que mon portefeuille de clientes a décuplé grâce au produit AJSEF du FNFI. Aujourd'hui je suis plus épanoui et je contribue aux côtés de mon époux à assurer nos besoins fondamentaux et à prendre en charge les frais de scolarité de notre enfant. Le FNFI a permis mon autonomie financière et garantit mon mieux-être."

KD



Récépissé N° 0522/31/03/15/HAAC
Edité par DIRECT MEDIA RCCM
N° TG_LOM 2015 B 1045
BP : 30117 Lomé - Togo
Tél : (+228) 22 25 02 23 /
90 15 39 77 / 97 87 12 42
Facebook: togomatin
E-mail : atogomatin@gmail.com
Site web: www.togomatin.tg
Tw: @togomatin1
Mson de la Presse: Casier N° 53
Siège

Cacavéli: 04, Rue Satelit, 3e Mson avant Groupe Cafper

Directeur de publication :
Motchosso Kodolalkina

Secrétaire de rédaction :
Rachidou Zakari

Responsable web:
Carlos Amevor

Comité de rédaction:
Françoise Dasilva
Alexandre Wémima
Edem Dadzie

Edodji Nadia

Attipoe Edem Kodjo

Responsable administrative:
Gloria Léma Yagla

Service commercial:
DIRECT AGENCE
Tél:(+228) 70 00 47 73 / 97 73 00 00

Graphiste:
Eros Dagoudi

Imprimerie: Direct Print

Distribution : Togo Express

Tirage : (2000 exemplaires)

DERNIERES HEURES

... disent que le terrorisme arrive à leurs frontières », dit-il. Face à cette situation, le sentiment d'urgence doit être au cœur des actions entreprises. « Il est essentiel que les forces africaines en charge du contre-terrorisme aient le mandat et le financement adéquats », a expliqué monsieur Guterres. Toutefois,

cela ne semble pas être actuellement le cas.

« J'avoue que j'ai de la peine à comprendre les attermoissements de la communauté internationale en ce qui concerne les financements africains de sécurité. C'est une situation incompréhensible, le phénomène s'approfondit », a reconnu impuissant Moussa Faki Mahamat, le président de la

Commission de l'Union africaine. Le terrorisme ne cesse en effet de prendre de l'ampleur, menace sérieusement la stabilité des pays, leur développement, donc inquiète. D'ailleurs la réunion de Nairobi pendant laquelle monsieur Guterres tire la sonnette d'alarme, est une déclinaison régionale de la première conférence mondiale jamais organisée par

l'ONU sur le terrorisme, en 2018 à New York.

Antonio Guterres compare ce qui se passe actuellement en Afrique de l'ouest aux cas syrien et irakien. Pour lui, le phénomène revêt les mêmes caractéristiques et « il faut mobiliser l'ensemble de la communauté internationale pour y faire face ». Pour l'instant, la force du G5 Sahel qui a été mise en place en

Afrique de l'ouest ne dispose pas vraiment des moyens dont elle a besoin.

La communauté internationale est donc interpellée au plus haut point. Les déclarations d'Antonio Guterres ne rassurent pas et n'augurent pas d'un lendemain meilleur pour la lutte contre le terrorisme en Afrique de l'ouest.

Edem Dadzie

Après les locales

L'opposition se tourne vers 2020 avec appréhensions

Suite à la proclamation des résultats provisoires des élections locales du 30 juin dernier, les réactions se succèdent au sein de l'opposition togolaise. Outre les griefs relevés par les principaux leaders de partis et de regroupement ayant pris part à ce scrutin, l'on semble tirer des leçons. L'élection présidentielle de 2020 est dans tous les esprits et les résultats actuels ne rassurent pas l'opposition.

Au départ, les partis de l'opposition semblaient être mis devant le fait accompli et n'avaient rien à dire en ce qui concerne l'issue du processus électoral. Mais très vite, les réactions se sont succédées. Ce fut d'abord à la Coalition de l'opposition lors d'une conférence de presse de relever ce qu'elle considère comme des anomalies et des fraudes.

Alors que l'on pensait que l'Alliance nationale pour le changement (ANC) se satisfaisait de son score qui il faut le rappeler, dépasse le

reste de la Coalition réunie, le parti de Jean-Pierre Fabre dans une déclaration s'aligne pratiquement sur le bilan dressé par la C14. Le parti parle aussi de fraudes, de violation des droits de ses militants et représentants au niveau des centres de votes etc. mais contrairement aux autres partis membres de la Coalition, le président des Forces démocratiques pour la République (FDR), maître Paul Dodji Apevon, tout en accusant aussi le pouvoir de fraude reconnaît la responsabilité de l'opposition dans l'obtention de ce résultat.

« Nous avons lourdement contribué à la déception de la population. Il faut en être conscient et prendre nos responsabilités ». Mais comment prendre ses responsabilités ? Le président du Nouvel engagement togolais (Net), Gerry Taama répond. Selon lui, l'adoption du projet de réformes constitutionnelles ouvre la voie à une nouvelle forme d'approche politique, plus axée sur l'occupation territoriale de chaque parti, grâce à la disposition des élections à deux tours. L'on se rend compte que les résultats des élections locales ne rassurent pas



Quelques leaders de l'opposition togolaise

les partis de l'opposition qui appréhendent sérieusement la présidentielle de 2020. Comme le disait un analyste mercredi dans l'émission « club de la presse » sur Kanal Fm, le parti Union pour la République (Unir) au pouvoir qui vient d'obtenir une écrasante victoire lors des élections locales prend une longueur d'avance sur

ses adversaires. Beaucoup de bouleversements peuvent intervenir et peut-être changer la donne d'ici la présidentielle de 2020. Mais logiquement, à la lumière des élections locales et même des législatives de 2018, le parti Unir est bien parti pour remporter ce scrutin. L'opposition a donc du travail.

Edem D.

Fixation sur Faure Gnassingbé

Gilbert Bawara y voit une forme d'indigence de la part des opposants

Le ministre Gilbert Bawara qui a été l'une des personnalités les plus en vue, côté pouvoir dans la recherche de solutions à la crise politique du 19 août 2017, était entre-temps rentré dans un long silence, surtout après les élections du 20 décembre 2018. Mais à la faveur d'une interview accordée au site www.54etats.com, il se prononce largement sur plusieurs sujets d'ordre sociaux, mais aussi liés à l'alternance politique au Togo.

En tant que ministre de la Fonction publique, du Travail, de la Réforme administrative et de la Protection sociale, Gilbert Bawara se prononce naturellement sur les efforts qu'il fournit dans son département pour améliorer la situation des Togolais. Dans une comparaison avec les autres pays de la sous-région ouest africaine, il met en lumière les avantages dont jouit notre pays. Pour lui, la priorité aujourd'hui pour le chef de l'Etat Faure Gnassingbé et son gouvernement, « c'est voir le Togo obtenir de meilleurs résultats en matière

économique et en matière sociale ».

Malgré tout, les débats sur l'alternance politique surtout à l'approche de l'élection présidentielle de 2020 sont récurrents. Pour monsieur Bawara, les règles de dévolution du pouvoir et de compétitions électorales étant définies par la Constitution togolaise, il ne sert à rien d'épiloguer encore à longueur de journée sur ce sujet.

Toutefois, les opposants au régime de Faure Gnassingbé ne cessent de revenir sur le sujet et surtout de faire des fixations sur sa personne. Cela a d'ailleurs pendant

longtemps empêché la réalisation des réformes politiques. Gilbert Bawara en a visiblement assez d'entendre tout cela. Pour lui, cela ne relève ni plus ni moins que de « l'indigence ».

Il s'agit d'une « difficulté à trouver un angle d'attaque ou des arguments, objectifs solides pour opposer au chef de l'Etat », dit-il. En d'autres termes, cela traduit un manque de stratégies politiques. Le collaborateur de Faure Gnassingbé pense que les Togolais ont la possibilité de choisir lorsqu'il y a élections, parce que les règles de l'alternance sont



Gilbert Bawara

prévues au Togo. En ce qui concerne la candidature ou non de Faure Gnassingbé en 2020, Gilbert Bawara trouve que le moment opportun n'est pas encore venu pour aborder le sujet. « Le moment venu, il exprimera ses intentions ». L'essentiel, c'est que les règles soient claires et que la transparence

soit au rendez-vous. De plus, Faure Gnassingbé faisant parti d'un parti politique, Union pour la République (Unir), dont il est d'ailleurs le président, ne prendra pas cette décision capitale tout seul. Ses opposants vont devoir donc patienter encore.

E. D.

Coopération France-Afrique**Le Béninois Wilfrid Lauriano do Rego, nouveau coordonnateur du Conseil présidentiel pour l'Afrique**

Pour remplacer le béninois Jules-Armand Aniambossou à la tête du Conseil présidentiel pour l'Afrique, Emmanuel Macron va trouver un autre béninois. Et ce sera Wilfrid Lauriano do Rego, consultant et membre du conseil d'administration de KPMG France.

Wilfrid Lauriano do Rego a été choisi par le président français Emmanuel Macron pour remplacer Jules Armand Aniambossou au poste de coordonnateur du CPA. Le poste était vacant depuis la nomination de « JAA », ami de longue date du chef de l'État, au poste d'ambassadeur de France en Ouganda.

Wilfrid Lauriano do Rego, 59 ans, est consultant et membre du conseil d'administration de KPMG France. Spécialisé dans le domaine des énergies

renouvelables, ce diplômé de l'université de Dakar et de l'ESCP a fait carrière dans le conseil en fusion-acquisition, en particulier dans les secteurs de l'énergie et des infrastructures.

Outre ce nouveau coordonnateur, cinq nouveaux membres font leur entrée au CPA. Il s'agit d'Aché Coelo, sociologue et réalisatrice franco-tchadienne de 33 ans, de Mbaye Diallo, professeur des universités sénégalais de 38 ans, de Patrick Fandio, journaliste d'origine

camerounaise de 44 ans, de Florelle Manda, journaliste d'origine congolaise et sénégalaise de 39 ans, et de Bourry Ndao, entrepreneuse sénégalaise de 41 ans. Ils remplaceront Elisabeth Gomis et Karim Sy, appelés respectivement à de nouvelles fonctions au sein de la saison culturelle « Africa 2020 » et de l'initiative « Digital Africa ».

Ce CPA reconfiguré est également appelé à jouer un rôle dans la préparation de deux grandes échéances à venir en France en 2020 : le



Wilfrid Lauriano do Rego

sommet Afrique-France, qui se tiendra en juin à Paris et Bordeaux, et la saison des cultures africaines « Africa

2020 », qui aura lieu de juin à décembre à travers tout le territoire français.

T.M. et Jeune Afrique

RDC / Senat**Suspendu du FCC, le président de l'AFDC-A quitte le regroupement**

Au sein de la coalition FCC de Joseph Kabila, l'on se plie aux desideratas du chef. Dans le cas contraire, la sanction ne se fait pas attendre. Alors que la plate-forme avait clairement choisi Alexis Thambwe Mwamba, ancien ministre de Kabila pour présider le Senat, Modeste Bahati Lukwebo du parti AFDC-A a maintenu sa candidature. Suspendu « pour une durée indéterminée », ce dernier quitte plutôt le regroupement et reprend son autonomie.



Modeste Bahati Lukwebo, président de l'AFDC-A

« Je reprends mon autonomie. Merci pour la collaboration et pour tous les bons moments passés ensemble », a répondu son président Modeste Bahati Lukwebo à la décision de la coordination du FCC de le suspendre pour une durée indéterminée.

Le président de l'AFDC-A paie le prix de son ambition de se porter à la tête du Senat, malgré la décision claire du regroupement. « La conférence des présidents décide ce qui suit : la mobilisation générale de tous les sénateurs autour du ticket du FCC qui sera porté par

l'honorable Alexis Thambwe Mwamba ; la suspension à durée indéterminée de l'honorable Bahati, responsable du regroupement politique AFDC-A du FCC. Il est demandé aux cadres et élus du regroupement AFDC-A, de présenter à la coordination du FCC un nouveau leadership devant représenter leur regroupement auprès des organes du FCC. Les chefs des regroupements réaffirment leur loyauté à l'autorité morale du FCC, l'honorable sénateur Joseph Kabila Kabange », a expliqué Jean-Lucien Bussa, le porte-parole du FCC.

Pour Modeste, il s'agit d'un règlement de compte politique vis-à-vis de sa personne. « Il y a des problèmes de haine, de jalousie, de règlement de compte dans la famille politique. Les gens ont peur de la vérité, les gens ne veulent pas qu'on leur dise les choses en face et donc c'est juste un règlement de compte, ce n'est rien d'autre, c'est de l'injustice que nous nous condamnons. C'est une dictature qui ne dit pas son nom. Je peux considérer que tout cela est simplement entretenu pour chercher à nous affaiblir, mais bon nous avons la conviction et je crois que ce qui est important c'est que la grande majorité du parti et du mouvement suit notre ligne de conduite. ».

Qu'à cela ne tienne, l'AFDC-A et ses alliés poursuivent leurs ambitions et optent pour une recomposition du bureau de son groupe parlementaire. Le regroupement compte 14 sénateurs seulement sur les 109 élus de cette chambre. Ses animateurs sont cependant convaincus de faire un bon score à l'élection du bureau, au-delà de la moitié, et l'emporter avec la contribution d'autres élus, y compris ceux du FCC qui ne sont pas d'accord avec le choix de Joseph Kabila.

T.M.

Tchad / Processus électoral**Idriss Deby rencontre les partis politiques**

Le président a souhaité discuter avec les partis politiques sur l'évolution du processus électoral. Il y a eu des décisions applaudies par les partis. Mais à l'analyse, il n'y a pas d'évolution sur les revendications en matière de transparence et d'ouverture politique.



Idriss Deby

De nombreux chefs de partis ont fait le déplacement du palais présidentiel pour répondre à l'invitation du chef de l'État. Beaucoup avaient à cœur d'exprimer leur mécontentement par rapport aux organes en charge des élections qui viennent d'être mis en place. Il y a des partis qui ont obtenu des sièges là où ils ne sont pas représentés, d'autres qui ont des élus mais ne sont pas représentés dans ces organes.

Après un débat houleux, il a été décidé de revoir le dispositif autour des élections : le cadre national de dialogue politique, l'organe au sein duquel

majorité et opposition discutent, doit être revu parce que son mandat est arrivé à terme depuis le 15 juin ; les partis politiques qui siègent au gouvernement mais continuent à se réclamer de l'opposition doivent se démarquer ; enfin, le chef de l'État a annoncé aux partis qu'ils recevront d'ici la semaine prochaine leurs subventions annuelles pour se préparer aux élections qui restent maintenues pour la fin de l'année.

Mais pour de nombreux analystes, ces annonces ne règlent pas les problèmes de fond qui restent l'absence d'ouverture et d'équité dans le jeu politique.

Rfi.fr

Gestion de données**Quand effectuer un formatage ?**

Naturellement, le formatage permet de détruire des données, donc des fichiers, sur une disquette ou un disque dur, et reste utile pour supprimer toutes les données d'un lecteur. L'utilisateur peut détruire son système par un formatage pour le réinstaller afin de lui redonner un air de jeunesse. Si le système contient des données, l'utilisateur doit les mettre en sécurité avant le formatage.

Le formatage fait appel à deux processus différents: le formatage de bas niveau et le formatage de haut niveau. Le formatage de bas niveau consiste à rendre la surface du disque conforme à ce qu'attend le contrôleur, tandis que le formatage de haut niveau concerne les informations logicielles propres au système d'exploitation. On peut donc procéder au formatage face aux situations suivantes.

Système ou ordinateur lent

La raison la plus répandue qui justifie le formatage d'un disque dur reste de loin le souhait d'installer ou de réinstaller le système

d'exploitation Windows. En effet, en contrepartie de sa simplicité, ce système d'exploitation se ralentit au fur et à mesure que vous l'utilisez. Après un certain temps d'utilisation, l'ordinateur deviendra de plus en plus lent, de plus en plus encombré et les dysfonctionnements ne manqueront pas d'apparaître. Pour remettre de l'ordre dans la machine, une réinstallation du système d'exploitation est en général la meilleure solution.

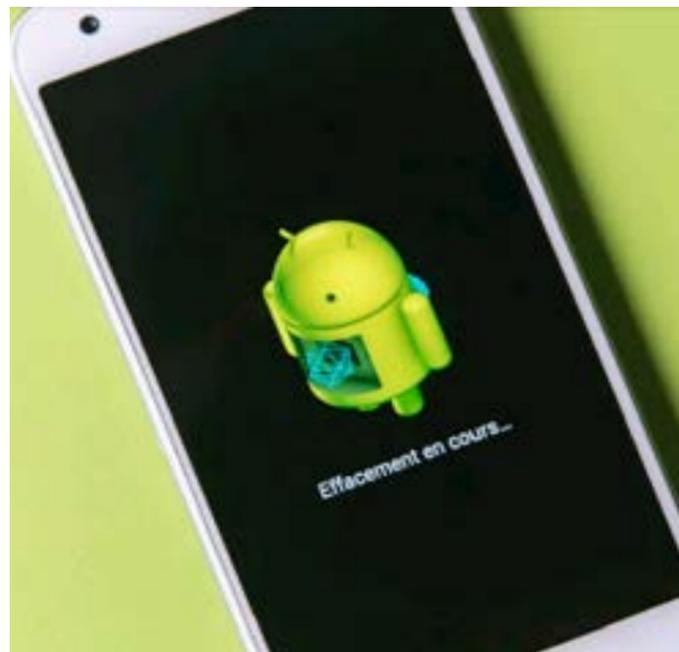
Présence de virus

Lorsque le système est infecté et que les systèmes de nettoyage ne permettent plus de revenir à un état normal,

le formatage devient nécessaire. Il faut aussi mentionner la difficulté d'installer un logiciel antivirus lorsque votre ordinateur est infecté par un virus qui empêche l'installation d'un tel logiciel. Le formatage peut paraître comme une solution rapide pour s'en débarrasser le plus rapidement possible. Beaucoup d'utilisateurs préfèrent aussi formater le disque dur que de passer des heures à nettoyer le système!

Nouveau propriétaire

Si vous voulez vendre votre PC ou seulement le disque dur, vous devez le remettre à zéro, si vous ne voulez pas que

**Formatage en cours...**

le nouveau propriétaire entre en possession de vos données personnelles et vice versa. Si vous avez acheté un nouveau PC ou un disque dur déjà utilisé, le premier réflexe que vous devriez avoir, c'est évidemment d'effacer, par formatage, toutes les données existantes.

Ordinateur lent, présence de virus, erreurs système ou quelle que soit la cause, le formatage d'un disque dur reste en effet, le remède le plus efficace pour se débarrasser de tous les problèmes énoncés précédemment.

Attipoe Edem Kodjo**Technologie****Le Togo pourrait-il devenir un hub technologique d'ici à 2030 ?**

Devenir un hub technologique d'ici à 2030, c'est l'ambition de Cina Lawson, ministre des Postes, de l'Economie numérique et des Innovations technologiques. A priori cet objectif peut être atteint, mais Mme Lawson a du pain sur la planche.

**Cina Lawson**

Quelles seront les stratégies qui seront mises en place pour que le Togo devienne un hub technologique d'ici à 2030 ? C'est la vraie question qu'il faut se poser. Pour être un hub technologique, il faut des infrastructures de pointe. Il faut avoir une bonne connexion internet. Le haut débit coûte les yeux de la tête pour le Togolais lambda. Il faut beaucoup déboursier pour

une connexion internet digne de ce nom. Et cela n'est pas donné à tout le monde. Les opérateurs ne sont pas nombreux dans ce domaine qui doit être ouvert à la concurrence si le pays veut devenir un hub technologique à l'horizon 2030.

Le Togo peine également à voir d'autres opérateurs mobiles. Les seuls dont il dispose ont le monopole

sur le marché. Alors que les autorités avaient promis d'autres opérateurs de téléphonie mobile il y a quelques années, ce rêve est devenu un cauchemar pour bon nombre de Togolais qui ne peuvent pas se passer du mobile et ses avantages. A force d'y penser, on finit par se faire mal soi-même. L'arrivée d'autres opérateurs pourra créer de la concurrence, cela va engendrer une

diversité de services à coût réduit pour les utilisateurs.

2022 n'est pas 2030

2030 ne cadre pas bien avec l'agenda du Plan national de développement (PND 2018-2022). En effet le premier axe de ce Plan vise à mettre en place un hub logistique d'excellence et à développer un centre d'affaires de premier ordre dans la sous-région d'ici à 2022. Conformément à cet ambitieux projet, le Togo a besoin d'être un hub technologique dès maintenant ou du moins à l'horizon 2022. Hub technologique et hub logistique d'excellence ou encore centre d'affaires de premier ordre de la sous-région doivent aller de pair. Les opérateurs économiques pourront facilement mener leurs activités si et seulement si ces derniers disposent d'une bonne connexion internet pour ne donner que cet exemple.

L'outil internet est aujourd'hui indispensable pour le développement du pays sur presque tous les plans. C'est un secret de polichinelle, le pays est en retard dans la sous-région quand l'on parle

d'une connexion internet haut débit à coût réduit. In-ternet haut débit reste encore un luxe, alors qu'ailleurs il s'agit d'une nécessité.

Les hubs d'innovations de dernière génération manquent au Togo. Le pays est de-vancé par ses voisins comme le Burkina Faso, la Côte d'Ivoire, le Sénégal ... pour ne parler que des francophones. Tout le Togo devrait être un hub technologique et non seulement Lomé, la capitale. Internet reste encore méconnu par certains To-golais, surtout ceux situés dans les zones reculées. Si le pays doit être un hub technologique, il faudrait que toutes ses régions soient dotées de technologies de pointes. Pour y arriver, l'Etat doit mettre en place des espaces collaboratifs et d'innovation de dernière génération sur toute l'étendue du territoire. Les initiatives privées seul ne suffisent pas. Encore que ces initiatives peinent à avoir le soutien des autorités togolaises. Les espaces de coworking doivent être multipliés.

Félix Tagba

Zone de libre-échange continentale africaine (Zlecaf)

Le Togo, un des précurseurs de la Zlecaf désormais une réalité

Les pays membres de l'Union africaine (UA) ont procédé, dimanche 07 juillet 2019 à Niamey (Niger), au lancement officiel de la Zone de libre-échange continentale africaine (Zlecaf), lors de leur 12ème sommet extraordinaire tenu à Niamey au Niger. Laquelle zone entend marquer un grand pas vers la prospérité en Afrique et constituer le plus grand le plus grand espace commercial du monde. Le Togo, un des précurseurs de la Zone de libre-échange continentale africaine, a participé aux travaux avec une délégation conduite par le chef de l'Etat, Faure Gnassingbé. Le président togolais, l'un des plus grands supporters de cet ambitieux projet, n'a pas hésité à faire adhérer le Togo à la Zlecaf par ratification. Togo Matin fait la lumière sur la contribution du Togo pour la mise en œuvre de cet accord historique.



Photo de famille des participants au 12e sommet de l'UA

Cinquante-quatre (54) dont le Togo ont signé l'accord de création de la Zlecaf. Mais pour que l'accord entre en vigueur, il faudra au moins 22 ratifications. « 27 pays ont déjà ratifié l'accord », a précisé Fakir Mahamat, président de la commission de l'UA, lors du sommet dimanche dernier.

En 2012, lors du sommet de l'Union africaine (UA) à Addis-Abeba, des dirigeants africains s'étaient engagés à accélérer les efforts d'établissement d'une Zlecaf, à l'horizon 2017. L'ouverture des négociations pour la mise en place de cette Zlecaf a été décidée en juin 2015 à Johannesburg où s'est tenu

le sommet de l'UA. L'ouverture de ces pourparlers intervenait cinq jours après le lancement, au Caire, de la zone de libre-échange tripartite, une entente de coopération et d'intégration interrégionales entre 26 pays du Marché commun de l'Afrique orientale et australe (Comeau), de la Communauté Est-africaine (EAC) et de la Communauté de développement de l'Afrique australe (SADC). Outre le fait d'être le plus grand bloc économique du continent, la Zlecaf tripartite constitue, pour les dirigeants africains, un préalable au processus de création de la Zlec, officialisée ce 21 mars 2018 après la signature, par 44 pays, d'un Accord cadre.

Le Togo, un des précurseurs de la Zlecaf, montre la voie

L'accord établissant la Zone de libre-échange continentale africaine a reçu deux nouveaux adhérents à l'occasion de ce 12e sommet extraordinaire des chefs d'Etat et de gouvernement de l'Union africaine auquel le président de la République togolaise, Faure Gnassingbé a pris part le

dimanche 7 juillet à Niamey au Niger. Le Nigeria et le Bénin ont rejoint la dynamique instaurée depuis 16 mois et à laquelle le Togo et d'autres pays ont spontanément adhéré.

C'est en plein mandat de Faure Gnassingbé à la tête de la conférence des chefs d'Etat et



Faure Gnassingbé, présent au sommet

de gouvernement de la Cedeao, soit en mars 2018, que l'accord établissant la Zlecaf a été institué. Présidant une zone économique très importante dans cette ouverture du marché, le Togo devait donner l'exemple.

Et il l'a fait ! Avec beaucoup de célérité. Le pays figure parmi les premiers à non seulement adhérer mais aussi et surtout à ratifier et à déposer les instruments juridiques auprès de l'Union africaine.

Le Togo s'est activé et se montre actif

La volonté du Togo a vite fait partie intégrante du projet, lui a donné raison. Seule l'Érythrée est restée pour l'instant en marge de ce mouvement continental qui a déjà emballé 54 pays dont 27 ont ratifié. Le siège de l'institution d'intégration économique sera installé à Accra, faisant de Lomé, la capitale la plus proche, une autre preuve de la pertinence de son positionnement géostratégique.

Ce chantier à peine achevé, le Togo se montre déjà actif, mieux leader sur un autre dont son chef de l'Etat est d'ailleurs désigné champion : le marché unique du transport aérien africain. C'est l'un des outils qui permettra

d'opérationnaliser la Zlecaf. Visiblement, la réussite sera également au rendez-vous. A noter que le sommet de Niamey a été l'occasion pour le président nigérian Issoufou Mahamadou désigné champion de la Zlecaf, de lancer le portail sur la surveillance des obstacles non tarifaires. « L'entrée en vigueur de la Zlec est l'événement le plus important dans la vie de notre continent depuis la création de l'OUA (Organisation de l'unité africaine) en 1963 et sa transformation en Union africaine », a affirmé en ouverture du sommet l'hôte nigérian, le président Mahamadou Issoufou, un des plus ardents promoteurs de la zone.

Supprimer les droits de douane pour 90% des marchandises, le Togo n'a pas eu tort de ratifier la Zlecaf

Quelque 4.500 délégués et invités, dont 32 chefs d'Etat et plus de cent ministres étaient présents pour l'événement dans la

capitale nigérienne. L'UA estime que la Zlec permettra d'augmenter de près de 60% d'ici à 2022 le commerce intra-africain et de

donner un coup de fouet à l'ensemble de ses économies. Actuellement, seulement 16% du commerce des pays africains s'effectue avec d'autres pays du continent, et ce principalement au sein des groupes économiques régionaux tels que la SADC (Communauté de développement d'Afrique australe), la Cedeao (Communauté économique d'Afrique de l'Ouest) ou l'EAC (Communauté d'Afrique de l'Est). Le commerce intra-européen s'élève à quelque 65%. Le but de la Zlecaf est dans un premier temps de supprimer les droits de douane pour 90% des marchandises.

Laissés à la discrétion de chaque pays, 7% seront libéralisés sur une période plus longue, tandis que les trois restants ne le seront pas. Dans un rapport publié en avril 2019, le Fonds monétaire international (FMI) soutient qu'améliorer la logistique commerciale, tels les services douaniers, et régler le problème des mauvaises infrastructures pourrait être jusqu'à quatre fois plus efficace que la réduction des tarifs douaniers pour favoriser le commerce. Les pays membres pourront protéger certains secteurs d'une suppression trop rapide des droits de douane.

Des avantages au Togo et aux autres pays d'Afrique



Les pays africains ont des configurations économiques différentes et les effets de la Zlecaf se feront donc sentir de diverses manières. Néanmoins, les avantages de la Zlecaf seront largement répandus. Alors que les pays africains relativement plus industrialisés sont bien placés pour tirer parti des opportunités qu'offrent les biens manufacturés, les pays moins industrialisés pourraient en tirer des avantages en s'intégrant dans les chaînes de valeur régionales. Ces dernières concernent les grandes entreprises qui s'approvisionnent auprès de petites industries à travers les frontières. La Zlecaf facilitera la création de chaînes de valeur régionales en réduisant les frais commerciaux et en promouvant l'investissement. Les pays agricoles peuvent profiter de la Zlecaf en répondant aux besoins croissants de l'Afrique en termes de sécurité alimentaire. Du fait de la nature périssable de nombreuses denrées agroalimentaires. Ceux-ci bénéficieraient plus particulièrement des améliorations des délais de dédouanement et de la logistique de la Zlecaf. La majorité des pays africains sont classés dans

la catégorie des pays riches en ressources. Les droits de douane sur les matières premières étant déjà faibles, la Zlecaf ne peut donc pas faire grand-chose pour promouvoir davantage ces exportations. Cependant, en baissant les droits de douane intra-africains sur les produits intermédiaires et les produits finis, elle créera des opportunités supplémentaires d'ajout de valeur pour les ressources naturelles et de diversification dans de nouveaux secteurs d'activité. Les pays enclavés sont confrontés à des coûts de transport plus élevés et à des délais de transit imprévisibles. La Zlecaf offre des avantages particuliers à ces pays: outre une réduction des droits de douane, elle prévoit d'inclure des dispositions sur la facilitation des échanges, le transit et la coopération douanière. Il sera néanmoins essentiel que la Zlecaf soit soutenue par des mesures et des politiques d'accompagnement.

Source : Centre africain pour les politiques commerciales de la Commission économique pour l'Afrique, en association avec la Commission de l'Union africaine

La responsabilité des Etats parties



Les États parties doivent élaborer et soumettre des listes de concessions pour le commerce des marchandises. Ces listes précisent, pour chaque État partie ou, selon le cas, chaque union douanière, les 90% de produits particuliers qui doivent être libéralisés, ainsi que les produits sensibles qui doivent être libéralisés sur une période plus longue et les produits exclus qui doivent être temporairement exemptés de la libéralisation. La liste des règles d'origine spécifiques aux produits qui, outre les règles d'origine générales, permettra l'application des préférences dans le cadre de l'Alef. La liste des règles d'origine spécifiques aux produits est en cours d'élaboration dans le cadre

du programme intégré de la Zlecaf. En ce qui concerne le commerce des services, la programmation nécessitera un examen approfondi du cadre réglementaire des secteurs identifiés, en vue de préparer, sous-secteur par sous-secteur, mode par mode, les offres initiales d'accès au marché, qui feront ensuite l'objet de négociations. La Zlecaf entrera en vigueur après le dépôt du vingt-deuxième instrument de ratification auprès du Président de la Commission de l'Union africaine. Une conférence des États Parties se réunira pour adopter la structure et l'organigramme du secrétariat de la Zlecaf, le statut et le règlement du personnel, ainsi que le budget du secrétariat.

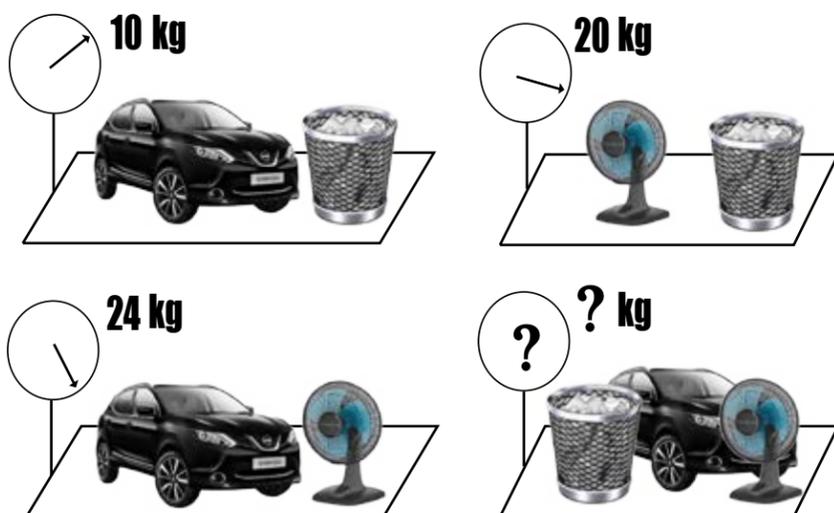
Création d'un marché commun et d'une union économique et monétaire en Afrique, le Togo gagne

Le but principal de la Zlecaf, un des « projets phares » de l'agenda 2063 de l'UA, est de « stimuler les échanges commerciaux intra-africains ». En clair, elle « contribuera à renforcer la résilience des économies africaines aux chocs extérieurs, à améliorer la compétitivité des produits industriels de l'Afrique en exploitant les économies d'échelle d'un grand marché continental », renseigne le document cadre de l'Agenda 2063 de l'UA. Il s'agit aussi, grâce à cette Zlecaf, d'« augmenter la profondeur et l'ampleur de la diversification grâce à la spécialisation géographique et à la transformation de la capacité du continent à répondre à ses besoins

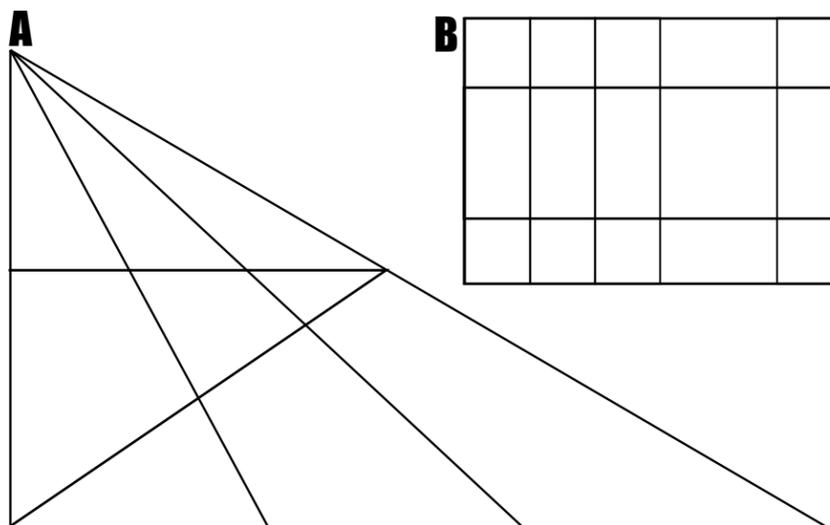
d'importation de l'intérieur de l'Afrique, ainsi qu'à promouvoir la sécurité alimentaire grâce à la réduction du taux de protection commerciale des produits agricoles entre les pays africains ». La Zlecaf devra aboutir, d'ici 2028, à la création d'un Marché commun, et d'une Union économique et monétaire en Afrique incluant donc les huit Communautés économiques régionales (Cer) de l'UA. Les 55 membres de l'UA sont concernés par cette zone de libre-échange. L'UA estime la taille du marché à l'intérieur de la Zlecaf à plus de 1,2 milliard de personnes avec un PIB cumulé de 2.500 milliards de dollars, soit 2500 fois 500 milliards de franc CFA.

Réalisé par Attipoe Edem Kodjo

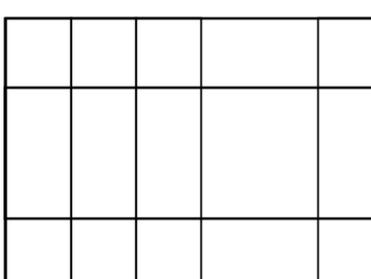
Sauriez-vous résoudre l'énigme ci-dessous?



A / Combien de triangles ?



B / Combien de rectangles ?

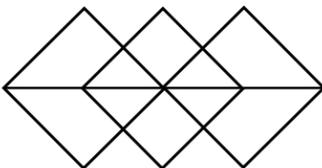


Blague du jour

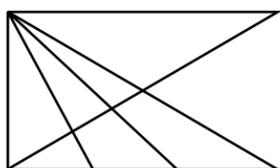


J'aime la nuit à cause de sa complicité à nous permettre de faire certaines choses que la journée ne nous permet pas de faire.
Exemple : Uriner devant le portail du voisin

Jeux:



a) Combien de carrés ?



b) Combien de triangles ?

Photo du jour



Légendez et commentez l'image ci-dessus

Les bons plans et les bonnes adresses

COURRIER EXPRESS

DHL (Qtier Nyékonakpoè, 15 78 ; Bd du 13 Janvier, Galerie Tountouli) Tél: 22 21 68 51
EMSTOGO (Tél: 22 26 70 51)
FEDEX (276; Bd du 13 Janvier, immeuble FIATA; 1e étage) Tél: 22 21 24 96
TOP CHRONO (Assiganto; Av Sylvanus Olympio) Tél: 22 21 73 68
SDV EXPRESS (Rue du commerce) Tél: 22 22 41 26

OPERATEURS TELEPHONIQUES

MOOV : Tél. 22 20 13 20
TOGO CELLULAIRE : Tél. 22 22 66 11
TOGO TELECOM : Tél. 22 21 47 14

SANTE GENERALISTES

DR CORINNE JOULIN-KARKA ; Tél: 22 23 46 77
CLINIQUE BIASA; Tél: 22 21 11 37
CLINIQUE SAINT-RAPHAËL; Tél: 22 25 92 77
CHU TOKOIN; Tél: 22 21 25 01
CHU CAMPUS; Tél: 22 25 47 39 / 22 25 77 68
HORLOGE PARLANTE; Tél: 116
CLINIQUE UNIDIAL spécialisée en Hemodialyse / Tokoin habitat
Rue des filaos; Tel 23 36 01 00 / 90 39 45 72

OU MANGER ET DORMIR A LOME?

HOTEL RESIDENCE « LES ANGES » Qtier : Foréver ; Tél : 90 17 03 30
HÔTEL BALKAN (Qtier Hédranawé) ; Tél : 22 61 30 63
LE MERLOT (Qtier Kassablanca) Tél : 93 05 11 11

MUSCULATION ET MASSAGE

Le NAUTILUS-FITNESS: HOTEL RESIDENCE « LES ANGES » Tél : 22 26 34 71 / 90 17 03 30
AFT (Africa Fitness Time) Qt: Décon. Tél: 97 99 79 19
BODYBUILDING-CLUB (Rue des hydrocarbures) ; Tél: 90 24 10 72
GYM CENTER (Qtier Nyékonakpoè, Avenue Joseph Strauss) ; Tél : 90 04 76 60
GYM FIL«O»PARC (Agoè Nyivé) ; Tél : 22 35 18 28
GYM GHIS PALACE (Qtier Baguida) ; Tél : 22 71 49 70

AGENCE DE COMMUNICATION

AG Partners: Sise à Cassablanca
www.couleurafrique.com

Larry Event Day (LED)

Une agence événementielle, Organisation d'évènement privé et professionnel
Communication, Location d'espaces
Conseils, Wedding Planner et Décoration
Tél/ 22 21 87 80 / Cel: 98 77 40 54
Avenue François Mitterrand rue des Cocotiers

SUPERS MARCHES A LOME

CONCORDE (Atikoumé; juste à côté de l'UTB
RAMCO (Qtier Assivito, Av de la Nouvelle Marche)
LE CHAMPION SUPER MARCHÉ
(Boulevard du 13 Janvier); Tél: 22 22 74 43

FRUITS ET LEGUMES

MARCHE ABATTOIR (Juste en face du Super Marche Le Champion)
MARCHE DE GOYI SCORE (Juste en face du Super Marche RAMCO)
PANIER BIO CENTRE MYTRO NUGNA (Qtier Adidogomé, carrefour des Franciscains), Tél: 91 81 25 38

DANSE ET COURS DE ZUMBA

AFT : Quartier: Décon. Tél: 97 99 79 19
COURS DE CAPOEIRA ; Salle GYM TONIC. Tél : 90 79 79 90
COURS DE ZUMBA : HOTEL RESIDENCE « LES ANGES »; Qtier : Foréver ; Tél : 90 17 03 30
COURS DE ZOUMBA (VITAL CLUB, Nana BLAKIME) ; Tél 90 30 38 75
CIE CADAM (Danse traditionnelle africaine) ; Tél : 90 15 39 87
SALSA (Club Salsa 7- Henry Motra) ; Tél : 91 70 61 86

AVIATION

AERO-CLUB DU GOLFE (Route de l'aéroport)
Tél : 22 40 04 99

Citations du jour

"L'accoutumance ainsi nous rend tout familier;
Ce qui nous paraissait terrible et singulier
S'apprivoise avec notre vue (...)"

LA FONTAINE, Fables, IV, 10

"La jeunesse change ses goûts par l'ardeur du sang, et la vieillesse conserve les siens par l'accoutumance"

LA ROCHEFOUCAULD, Maximes, 109.

"Il y a certainement une accoutumance au malheur, un endurcissement ou mieux : l'habitude du retrait, certaine faculté de repliement, par quoi les natures non épanouies n'offrent aux coups du sort presque plus de surface sensible"

GIDE, Journal, 7 nov. 1915

"J'aime fort la liberté et le libertinage de votre vie et de vos repas, et qu'un coup de marteau ne soit pas votre maître"

Mme DE SEVIGNE, 1200, 25 juil. 1689.

"La plupart des jeunes gens croient aujourd'hui se distinguer en prenant un air de libertinage qui les décrie auprès des personnes raisonnables. C'est un air qui ne prouve pas la supériorité de l'esprit, mais le dérèglement du cœur"

SAINTE-BEUVE, Causeries du lundi, 9 juin 1851

Quelques ambassades et consulats

- Ambassade des Etats-Unis; Tél: 22 61 54 70
- Ambassade d'Allemagne; Tél: 22 23 32 32
- Ambassade de France; Tél: 22 23 46 40
- Ghana Embassy; Tél: 22 21 31 94
- Ambassade d'Egypte; Tél: 22 21 24 43
- Ambassade du Niger; Tél: 22 21 60 25
- Ambassade de Chine; Tél: 22 22 38 56
- Union Européenne; Tél: 22 53 60 00
- Consulat de Belgique; Tél: 22 21 03 23
- Consulat de France; Tél: 22 23 46 40
- Consulat de Suisse; Tél: 22 20 50 60
- Consulat de Canada; Tél: 22 51 87 30
- Ambassade du Nigéria; Tél: 22 21 60 25
- Ambassade du Gabon; Tél: 22 26 75 63
- Ambassade du Brésil; Tél: 22 61 56 58
- Consulat de Sénégal; Tél: 22 22 98 35
- Consulat du Burkina Faso. Tel: 22 26 66 00
- Consulat du Niger; Tél: 22 22 43 31
- Consulat du Bénin; Tél: 22 20 98 80
- Ordre de Malte; Tél: 22 21 58 11
- RDC; Tél: 90 08 38 53

A l'institut français de Lomé



8 JUIL / 12 JUIL - LOMÉ Manettes en mains

Manettes en mains, votre rendez-vous mensuel pour tous les amoureux de jeux vidéo à la médiathèque de l'Institut français du Togo. A chaque séance, pars à la découverte d'un nouveau jeu ! Au programme de ces prochains mois : Naruto, Spyro, Arms, Overcooked, Zelda et Rocket League !



12 JUIL / 20H00 | JARDINS DE L'IFT | ENTRÉE : 2.000 FCFA 3.000 FCFA | PRÉVENTE 1.500 FCFA - LOMÉ LES MOTS DU SILENCE DE LAURENT DECOL

« Le mime est un art comique dans son essence ; il vise à faire rire en captant les gestes, les mimiques caractéristiques des gens ordinaires ou spéciaux dans des situations particulières de l'existence ». Laurent Décol, digne héritier de Charlie Chaplin et Marcel Marceau, présente huit numéros de mime en mettant en scène son...



11 MAI / 13 JUIL - LOMÉ L'heure des histoires

Le week-end tant attendu est là ! C'est le moment de venir te détendre en écoutant nos médiathécaires te conter de fabuleuses histoires, le tout confortablement installé à la médiathèque jeunesse de l'Institut français du Togo. Les samedis 11 mai, 08 et 15 juin, 13 juillet à 10h30

Lire

« A la recherche du temps perdu Tome VI » de Marcel Proust. Ed livri 2014 Pp 3

« ...Dussè-je, pour qu'Albertine soit ici ce soir, donner la moitié de ma fortune à Mme Bontemps, il nous restera assez, à Albertine et à moi, pour vivre agréablement ». Et en même temps, je calculais si j'avais le temps d'aller ce matin commander le yacht et la Rolls Royce qu'elle désirait, ne songeant même plus, toute hésitation ayant disparu, que j'avais pu trouver peu sage de

les lui donner. « Même si l'adhésion de Mme Bontemps ne suffit pas, si Albertine ne veut pas obéir à sa tante et pose comme condition de son retour qu'elle aura désormais sa pleine indépendance, eh bien ! quelque chagrin que cela me fasse, je la lui laisserai ; elle sortira seule, comme elle voudra. Il faut savoir consentir des sacrifices, si douloureux qu'ils soient, pour la chose à laquelle on tient le plus et qui, malgré ce que je croyais ce matin d'après mes raisonnements exacts et absurdes, est qu'Albertine vive ici. » Puis-je dire du reste que lui laisser

cette liberté m'eût été tout à fait douloureux ? Je mentirais. Souvent déjà j'avais senti que la souffrance de la laisser libre de faire le mal loin de moi était peut-être moindre encore que ce genre de tristesse qu'il m'arrivait d'éprouver à la sentir s'ennuyer, avec moi, chez moi. Sans doute au moment même où elle m'eût demandé à partir quelque part, la laisser faire, avec l'idée qu'il y avait des orgies organisées, m'eût été atroce. Mais lui dire : prenez notre bateau, ou le train, partez pour un mois, dans tel pays que je ne connais pas, où je ne saurai rien de ce que vous ferez, cela m'avait

souvent plu par l'idée que par comparaison, loin de moi, elle me préférerait, et serait heureuse au retour. « Ce retour, elle-même le désire sûrement ; elle n'exige nullement cette liberté à laquelle d'ailleurs, en lui offrant chaque jour des plaisirs nouveaux, j'arriverais aisément à obtenir, jour par jour, quelque limitation. Non, ce qu'Albertine a voulu c'est que je ne sois plus insupportable avec elle, et surtout - comme autrefois Odette avec Swann - que je me décide à l'épouser. Une fois épousée, son indépendance, elle n'y tiendra pas ; nous resterons tous les deux

ici, si heureux. » Sans doute c'était renoncer à Venise. Mais que les villes les plus désirées comme Venise (à plus forte raison les maîtresses de maison les plus agréables, comme la duchesse de Guermantes, les distractions comme le théâtre) deviennent pâles, indifférentes, mortes, quand nous sommes liés à un autre cœur par un lien si douloureux qu'il nous empêche de nous éloigner. « Albertine a d'ailleurs parfaitement raison dans cette question de mariage. Maman elle-même trouvait tous ces retards ridicules... »

Transpiration des aisselles

Des solutions naturelles pour éviter les odeurs

Ceux qui transpirent abondamment des aisselles peuvent souffrir terriblement des odeurs de transpiration au quotidien. Il existe cependant quelques astuces de grand-mères pour atténuer les odeurs tout en respectant le phénomène naturel de la transpiration. Parmi ces remèdes contre les mauvaises odeurs de la transpire, on note le bicarbonate de soude, le vinaigre de cidre, et bien d'autres.

Le bicarbonate de soude

Le bicarbonate de soude a la capacité de neutraliser les mauvaises odeurs. Son action fongistatique va empêcher la croissance des bactéries. Voici deux façons d'utiliser le bicarbonate de soude pour remplacer l'utilisation d'un

déodorant. Chaque matin, vous pouvez déposer un peu de poudre de bicarbonate alimentaire sur votre stick déodorant, avant de l'appliquer sur les aisselles propres. Chaque soir, vous pouvez également préparer une pâte que vous appliquez directement

sur les aisselles. Pour ce faire, versez une cuillère à café d'eau dans un bol et ajoutez progressivement du bicarbonate alimentaire jusqu'à la formation d'une pâte homogène. Il ne sera pas nécessaire de rincer.

Le vinaigre de cidre

Doté de propriétés astringentes et antibactériennes, le vinaigre de cidre est efficace pour réduire la transpiration. Le matin imprégnez un coton de vinaigre de cidre que vous placez sous les aisselles pendant 5 à 10 minutes. Puis rincez simplement à l'eau tiède. Toutefois comme



Une femme sentant l'odeur de son aisselle

avec les déodorants classiques, vous éviterez d'utiliser le vinaigre de cidre sur la peau tout juste

rasée, car celle-ci pourrait en effet subir une brûlure. Source : Grands-mères.net **N.E.**

Cheveux blancs

Des mesures pour ralentir leurs apparitions

A partir d'un certain âge, les cheveux blancs commencent à apparaître. En vue de les masquer, beaucoup optent pour une teinture capillaire. Néanmoins, il existe d'autres moyens plus naturels et sains pour y remédier.



Des cheveux

À la place de la teinture capillaire, il y a d'autres astuces comme des lotions, des

régimes alimentaires à adopter etc.

Faire une lotion anti-cheveux blancs

Il existe une recette de grand-mère qui permettrait de limiter l'apparition des cheveux blancs. Il s'agit d'un mélange de jus de citron et d'oignon. Celui-ci doit être appliqué par friction sur l'ensemble de la chevelure puis rincé. Il est ensuite nécessaire de se laver les cheveux.

Application d'un sérum au thé et à l'oignon

Un autre remède naturel pour lutter contre les cheveux blancs est le sérum au thé et à l'oignon. Pour ce faire, faites bouillir dans 500 ml d'eau un sachet de thé noir avec

des épluchures d'oignon pendant une vingtaine de minutes, puis laissez refroidir. Il faut donc appliquer ce sérum sur les cheveux propres mais encore humides.

Faire un massage à l'huile d'amande douce ou de coco

Le fait de masser régulièrement son cuir chevelu favorise la circulation sanguine du crâne et permet donc la pousse de cheveux sains. En appliquant une huile naturelle d'amande douce ou de coco, on hydrate d'autant mieux ses fibres

capillaires en profondeur.

Manger des aliments riches en cuivre

Afin de ralentir la poussée des cheveux blancs, il faut privilégier les aliments riches en cuivre. Une alimentation riche en cuivre a la réputation d'avoir une incidence positive sur la fibre capillaire, notamment en raison de la présence d'éléments pigmentant les cheveux. Par ailleurs, les légumes verts comme les choux, les épinards et l'avocat en contiennent une grande quantité. Mais, on les trouve également dans les amandes, la farine de soja, et dans nombreux autres aliments.

Source : Grands-mères.net **Nadia E.**

Pour avoir un ventre plat

Voici les aliments à privilégier

Réduire le volume de son ventre n'est pas une mince affaire. L'adoption d'une alimentation saine et équilibrée est recommandée pour rester en forme et atténuer les rondeurs en même temps. Pour ce faire, il faut privilégier certains aliments afin d'avoir un ventre plat.

Parmi ces aliments, on trouve les légumes verts, la cannelle, les œufs, le cèleri, les huiles végétales.

Les légumes verts

Les légumes verts ont toujours été reconnus pour le rôle qu'ils jouent dans la digestion. La courgette, l'artichaut, le brocoli, ou encore l'asperge sont parfaits pour stimuler les contractions intestinales. En même temps, ils agissent efficacement sur le transit. Par ailleurs, leur teneur en fibres permet

d'avoir une sensation de satiété prolongée, réduisant ainsi les envies de grignotage. Les légumes verts sont incontournables pour mincir du ventre.

La cannelle

En plus de son goût agréable et de son parfum léger, la cannelle est à apprécier pour sa capacité à entretenir la flore intestinale. En même temps, cette épice n'a pas son égale pour limiter les flatulences.

Les œufs

Consommer des œufs est une bonne astuce pour maintenir un taux de sucre normal dans le sang. Contribuant activement au rejet des mauvaises graisses, il n'y en a pas mieux pour éliminer les bourrelets et avoir une belle silhouette.

Le cèleri

Cette herbe est très appréciée pour son pouvoir diurétique. Comme elle est très efficace contre la rétention d'eau, il est ainsi évident qu'elle aide à perdre du poids et surtout



Une dame en train de mesurer la largeur de son ventre

le ventre.

Les huiles végétales

Les huiles végétales (huile d'olive, huile de noix, ou encore huile de sésame)

sont excellentes pour réduire les ballonnements et avoir un ventre plat.

Source : Grands-mères.net **Nadia Edodji**



Présente dans les 8 pays de l'espace UEMOA, Banque Atlantique filiale du groupe Banque Centrale Populaire, est porteuse de valeurs de Proximité, de Performance, de Citoyenneté et d'Innovation.

Banque Atlantique est engagée localement pour accompagner l'inclusion sociale des habitants, moteur d'une croissance durable et inclusive.

Partenaire financier privilégié des politiques publiques et sectorielles, Banque Atlantique propose également des solutions innovantes et adaptées aux projets de vie. Sa gamme de produits et de services répondent d'une manière ciblée aux besoins de l'économie des pays, de la Grande Entreprise à la Startup, en passant par les PME et les ménages.

Banque Atlantique est l'Afrique en nous, liée au corps.

C'est pourquoi elle soutient avec conviction le dynamisme et la créativité de tous les entrepreneurs qui ont droit à l'ambition de se développer et d'aller à la conquête du monde.