

### Campagne électorale

## Qu'est-ce qui explique tous ces soutiens à Faure Gnassingbé ?

L'on s'achemine lentement vers la fin de la première semaine de campagne dans le compte de l'élection présidentielle du 22 février 2020. Tous les candidats essaient de prendre le dessus dans ces opérations de charme...



PAGE 3

### PORTRAIT



Mme Florence Yawa Ahoefa  
KOUIGAN

### Un être de convictions, une femme de défis

"Quand on croit en quelque chose, on n'a pas de mal à aller au front !" dit Yawa KOUIGAN, adjointe au Directeur de l'Information et de la Communication de la Présidence de la République Togolaise...

PAGE 7

### ECONOMIE



### Cedeao/Monnaie

### L'« Eco », un projet mort-né ?

La monnaie qui se veut unique de l'Afrique de l'ouest réussira-t-elle à avoir l'aval de tous les chefs d'Etat et de gouvernement de la Commission économique des Etats de l'Afrique de l'ouest (Cedeao). Rien n'est sûr. Le projet divise ces chefs d'Etat et de gouvernement. L'« Eco » continue par faire écho sous de mauvais auspices...

PAGE 5



### Togo-présidentielle 2020

# Faure Gnassingbé, le choix unique et unanime de Kpélé

Lancée le 6 février dernier, la campagne électorale en vue des élections présidentielles du 22 février prochain se poursuit et bat son plein. Au total sept (07) candidats sont en lice à ce scrutin présidentiel, dont Faure Gnassingbé, candidat du parti politique Union pour la République (Unir). Faure Gnassingbé a animé le 12 février 2020 à Adéta (environ 150 km au nord de Lomé),...

PAGE 3

### DERNIERES HEURES

### « Le président va veiller à sévir », promet Gilbert Bawara

Le président togolais Faure Gnassingbé depuis son accession à la magistrature suprême de notre pays a fait de la transparence un modèle de gouvernance. Malgré tout, des tâches noires viennent parfois porter un coup à ces efforts. Mais celui-ci n'a pas baissé les bras. Aujourd'hui, notre pays est cité en exemple notamment en ce qui concerne le climat des affaires. Toutefois, le président sortant qui sollicite un autre mandat à la tête du Togo ne compte pas dormir sur ses lauriers. Il « va veiller à sévir », promet Gilbert Bawara, l'un de ses plus fidèles collaborateurs. Ces dernières années, le gouvernement togolais sous l'impulsion du chef de l'Etat Faure Gnassingbé est passé à la vitesse supérieure en matière de promotion de la transparence à tous les niveaux. Certains scandales financiers avérés ou non ont été révélés au public par des journaux ou des lanceurs d'alerte.

PAGE 3





## SOMMAIRE

Musique/ Kerozen Dj  
Dire « non », oui mais à quoi ?



P 9

Composition, cuisson, nutrition  
Quelles différences peut-on noter entre les pâtes et le riz ?



P10

Violence verbale  
Quelles peuvent en être les conséquences sur les enfants ?



P 10

## Echos des bénéficiaires des produits FNFI

## “ Le FNFI donne un coup de pouce financier aux jeunes et femmes dans le besoin”, KPEKA Massa-abalo bénéficiaire AGRISEF installé à Atakpamé

Atakpamé dans la région des plateaux est la ville où nous déposons ce jeudi nos valises pour partager avec vous les témoignages d'un bénéficiaire du produit "Accès des Agriculteurs aux Services Financiers" (AGRISEF) du Fonds National de la Finance Inclusive (FNFI). La trentaine, KPEKA Massa-abalo a fructifié le crédit AGRISEF d'un montant de 100.000 FCFA en exploitant une petite superficie de culture d'arachides. Retour sur le parcours de notre heureux bénéficiaire.

Dans la région des plateaux et notamment à Atakpamé, la ville aux sept collines, nombreux sont les jeunes vaillants qui ont obtenu le crédit AGRISEF pour démarrer ou consolider des activités agricoles. Parmi eux, KPEKA Massa-abalo qui se réjouit aujourd'hui du fait que le FNFI lui a permis de concrétiser son rêve qui était celui de cultiver les arachides.

“ Avoir une idée d'exercice d'une activité génératrice de revenus et ne pas avoir les moyens surtout financiers de pouvoir donner corps à son envie est une réalité à laquelle se retrouvent confrontés bon nombre de togolais. Et c'est justement pour briser ce goulot d'étranglement que plusieurs initiatives,

à l'instar du FNFI existent afin de donner un coup de pouce financier aux jeunes et femmes dans le besoin. C'est ainsi que lorsque j'ai assez mûri mon idée d'exploitation de champ d'arachides, et vu que j'avais déjà une superficie cultivable, je me suis simplement rapproché de COOPEC ILLEMA qui est une microfinance partenaire du FNFI dans la région des plateaux. C'est justement un des agents de crédit qui m'a donc informé que le produit AGRISEF était justement destiné à nous jeunes agriculteurs qui voulons nous lancer dans l'exploitation agricole. Et c'est en ce moment que je me suis dit que je devais saisir ma chance pour tenter d'obtenir le crédit tant attendu”.

Et justement le FNFI dans

son partenariat avec les 26 Prestataires de Services Financiers partenaires ont facilité le processus d'octroi de microcrédit afin de permettre aux personnes de bonne foi qui en font la demande de pouvoir obtenir le microcrédit dans les délais.

“ Une fois que je me suis donné toutes les chances de pouvoir obtenir le microcrédit, j'ai alors commencé à remplir une à une toutes les conditions exigées pour obtenir le crédit. Constitution d'un groupe solidaire, formation technique et axée sur la gestion financière puis enfin octroi de microcrédit. J'ai alors obtenu une première tranche de 100.000FCFA qui m'a permis de pouvoir acheter les kits d'outillage, les intrants et



KPEKA Massa-abalo

les semences. Et c'est donc le résultat que vous voyez après seulement quelques mois de fructification du crédit. Avec la superficie que j'ai exploitée, je compte à terme obtenir plusieurs sacs d'arachides que je vendrai non seulement en gros mais aussi en détails.

Je reste convaincu que je dégagerai assez de revenus pour faire face à mon quotidien et à celui de ma famille. Pour l'heure, je suis très épanoui car le FNFI m'a donc permis de réaliser mon rêve et de m'épanouir jour après jours.”

KD

Ceci est un programme du Secrétariat d'Etat chargé de l'inclusion financière et du secteur informel



tm  
TOGOMATIN

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

Félix Tagba

Edodji Nadia

Attipoe Edem Kodjo

Responsable administrative:  
Gloria Léma Yaglia

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

Graphiste:  
Eros Dagoudi

Imprimerie: Direct Print

Distribution : TogoMatin  
Tirage : (2000 exemplaires)

## DERNIERES HEURES

La mise en place de la Haute autorité de prévention et de lutte contre la corruption et les infractions assimilées (Haplucia), a été un signal fort.

L'institution dirigée par Eshohana Wiyao

a d'ailleurs soumis ses premiers dossiers à la justice qui devra en principe se prononcer dans les mois à venir. Tout cela a permis de renforcer la lutte contre la corruption et a valu au pays de bénéficier d'un bon classement dans le

rapport Doing Business de la Banque mondiale l'année dernière. En effet, un pays où l'on ne promeut pas la transparence ne peut pas être indiqué comme l'une des destinations de premier choix en matière d'investissement.

Le Togo est donc un bon élève en matière de transparence. Toutefois, des mesures sont prises déjà pour la renforcer. Une loi organique portant sur les modalités de déclaration des biens des plus hautes personnalités de la République a été

envoyée et votée à l'Assemblée nationale en fin d'année dernière. Et comme l'indique le ministre Bawara, sous la direction de Faure Gnassingbé, cela va se poursuivre.

E. Dadzie

## Campagne électorale

## Qu'est-ce qui explique tous ces soutiens à Faure Gnassingbé ?

*L'on s'achemine lentement vers la fin de la première semaine de campagne dans le compte de l'élection présidentielle du 22 février 2020. Tous les candidats essaient de prendre le dessus dans ces opérations de charme. Le président sortant, Faure Gnassingbé, partout où il passe draine des milliers de personnes derrière lui. Et comme si cela ne suffisait pas, ce sont des personnalités très connues de la scène nationale et internationale qui lui apportent leur soutien. Cela surprend beaucoup de ses détracteurs qui se demandent à quoi est due cette mobilisation autour de sa personne.*



Une anonyme exprimant son soutien à Faure Gnassingbé

En dehors de la mobilisation que lui-même et ses lieutenants réussissent sur le terrain, le président de la République reçoit en effet, plusieurs soutiens de la part de compatriotes qui croient en lui et pensent qu'il est la personne qui est apte à conduire le Togo vers plus

de prospérité. C'est donc dans l'unisson qu'artistes et autres figures de premier plan appellent à voter pour lui.

Eric MC, Toofan et d'autres affichent leur penchant pour le candidat d'Union pour la République (Unir). Et quand on connaît le parcours de ces icônes de la musique

togolaise, la popularité dont ils bénéficient auprès des jeunes d'ici et d'ailleurs, ce sont en tout cas des soutiens non négligeables pour le chef de l'Etat qui, en plus de l'avance dont il bénéficiait déjà, reçoit un grand coup de pouce. Il est vrai que beaucoup de nos compatriotes se

demandent ce qui motive vraiment ces soutiens, notamment celui d'Eric MC qui, il y a quelques mois chantaient encore dans la rue pour le départ de Faure Gnassingbé. Il n'était même pas question pour lui et ses amis du Maet de la Coalition que Faure Gnassingbé se représente lors de l'élection présidentielle de 2020.

Si aujourd'hui, l'on assiste à un retournement de situation où Eric MC apporte son soutien au président du parti Unir, c'est sans doute parce que ce dernier s'est rendu compte qu'il faisait fausse route. Comme plusieurs autres avant lui, il a été certainement déçu par l'attitude des leaders politiques de l'opposition. Autant soutenir alors celui qui reste constant dans ses démarches et qui, jusqu'ici donne des raisons d'espérer. Toofan qui est une jeune équipe connaît un succès planétaire. Ce sont deux jeunes artistes talentueux qui voyagent beaucoup et donc qui sont en mesure de faire un choix éclairé en faisant une analyse de l'évolution du Togo

et des autres pays. Mais c'est aussi une affaire de conviction. Le groupe se rend forcément compte du travail déjà réalisé par Faure Gnassingbé et ne voit pas encore d'alternative en face. Ces artistes sont des gens très suivis. Ils ne prendront pas le risque d'entraîner leurs fans vers un mauvais choix. Leur renommée et leur carrière sont d'ailleurs en jeu si ceux qui les suivent se rendent compte qu'ils ont été poussés à faire le mauvais choix. Mais, les soutiens au chef de l'Etat ne se limitent pas qu'à eux.

Des personnalités bien connues sur la scène nationale comme le président de l'université de Lomé, l'humoriste Gogologo, diverses associations, les étudiants etc... soutiennent le président-candidat, Faure Gnassingbé. Les compatriotes de l'étranger dont ceux des Etats-Unis sont d'ailleurs revenus pour la campagne. Tous ces soutiens sont le signe que les Togolais dans leur grande diversité veulent la continuité.

Edem Dadzie

## Togo-présidentielle 2020

## Faure Gnassingbé, le choix unique et unanime de Kpélé

*Lancée le 6 février dernier, la campagne électorale en vue des élections présidentielles du 22 février prochain se poursuit et bat son plein. Au total sept (07) candidats sont en lice à ce scrutin présidentiel, dont Faure Gnassingbé, candidat du parti politique Union pour la République (Unir). Faure Gnassingbé a animé le 12 février 2020 à Adéta (environ 150 km au nord de Lomé), un grand meeting politique auquel a pris part, Mme Yawa Djogbodi TSEGAN (Coordinatrice générale de la campagne électorale dans la préfecture de Kpélé pour le compte de Unir).*

Des cadres, autorités politiques, administratives, traditionnelles, religieux, des militants et sympathisants du parti politique Unir et une foule nombreuse ont également assisté à ce meeting populaire.

« Nous sommes tous heureux et honoré d'accueillir ce jour, le président de la république Faure Gnassingbé, notre



Faure Gnassingbé s'adressant au peuple

champion et candidat du 22 février prochain en lice pour le scrutin », a déclaré Mme Yawa

Djogbodi TSEGAN.

Elle a, au nom de la

population de Kpélé et de ses environs, remercié le Chef de l'Etat pour l'insigne honneur qu'il a fait en faisant le déplacement de Kpélé pour animé ce meeting. « La spontanéité et l'enthousiasme de l'accueil des populations de Kpélé, sont la preuve de leur adhésion totale à votre politique de stabilité et de développement », a-t-elle souligné.

« Le compte à rebours pour le scrutin du 22 février prochain a déjà commencé et le choix unique et unanime de Kpélé, c'est Faure », a-t-elle rassuré.

Suite à la page 11

Le **GRUPE CORIS** poursuit son expansion  
pour être encore plus proche de vous



**BONNE ET HEUREUSE ANNÉE 2020**



La Banque Autrement  
[www.corisbank.tg](http://www.corisbank.tg)



## Cedeao/Monnaie

## L'« Eco », un projet mort-né ?

*La monnaie qui se veut unique de l'Afrique de l'ouest réussira-t-elle à avoir l'aval de tous les chefs d'Etat et de gouvernement de la Commission économique des Etats de l'Afrique de l'ouest (Cedeao). Rien n'est sûr. Le projet divise ces chefs d'Etat et de gouvernement. L'« Eco » continue par faire écho sous de mauvais auspices. L'avenir de cette monnaie est pour l'instant incertain. La monnaie qui devrait remplacer le FCFA ne fait pas l'unanimité. En tout cas pas pour le moment. Et c'est peut-être parti pour durer. Pour combien de temps ? Personne ne le sait pour l'heure. Quelles sont les causes et les conséquences de ce projet mort-né dont les objectifs seront difficilement atteints ?*



Les bases fondamentales de la monnaie unique ont été faussées dès le départ. Ce projet de monnaie unique de l'Afrique de l'ouest était pourtant bien parti pour réussir, puisqu'il a été approuvé par ces mêmes chefs d'Etat et de gouvernement de la Cedeao. Mais les

acteurs semblent ne plus se comprendre sur ce changement de nom. Certains n'ont pas approuvé la décision unilatérale de M. Alassane Ouattara, le président de la Côte d'Ivoire et son homologue français Emmanuel Macron en ce qui concerne la grande réforme du FCFA. Même si le chef de l'Etat ivoirien

continue de croire que l'Eco est la monnaie unique des 8 pays de l'Afrique de l'ouest, tous les autres chefs d'Etat et de gouvernement de la zone ne rentrent pas dans le rang.

**Nigeria, le grand absent ?**

Le géant de la zone souhaite carrément un

report du lancement de la nouvelle monnaie. Irra-t-on de report en report ou cette monnaie sera-t-elle lancée sans que toutes les conditions ne soient réunies ? Pour le Nigeria, les critères de convergence de la feuille de route des pays membres de la Cedeao ne sont pas réunis. Pendant ce temps, un communiqué de la session extraordinaire de la Conférence des chefs d'Etat et de gouvernement de la Cedeao du 9 février 2020 indique que la Conférence est informée sur la réforme du FCFA. Pour elle, cette réforme « est une étape pour parvenir à la mise en place de l'Eco telle que prévue par la feuille de route adoptée... ». Par conséquent, la Conférence se dit satisfaite sur ces « importantes évolutions ». Alors, passera ou passera pas ? Jusqu'où ira ce jeu de ping-pong. En se renvoyant la balle, les initiateurs de cette monnaie perdent de

vue ses objectifs. Ainsi, les réformes vont-elles s'arrêter au changement de nom, sans que les critères de convergences de la feuille de route des pays membres de la Cedeao ne soient réunis ? Le lancement de l'Eco se fera-t-il sans que toutes conditions prédéfinies soient au point ? Les prochains jours nous le diront.

Alors que le lancement de l'Eco a été annoncé pour cette année, plusieurs questions restent en suspens. Les populations risquent de connaître le même sort que l'époque du franc CFA, c'est-à-dire que les pays anglophones non CFA de la zone vont garder leurs monnaies d'origine avec lesquelles ils arrivent quand même à progresser sur le plan économique tandis que les autres pays qui avaient en commun le franc CFA continueront dans la même zone avec un changement de nom.

**Félix Tagba**

## Education

## Les ressources publiques consacrées au secteur en 2019 s'élèvent à 174 milliards FCFA

*Les ressources publiques pour l'éducation ont connu une forte hausse ces dernières années au Togo. Les besoins dans le secteur vont crescendo et le pays doit revoir son système d'éducation. Il doit également satisfaire tous les acteurs. La demande augmente de plus en plus. Les dépenses doivent aller avec.*



Des élèves à l'école

En 2019, les ressources publiques consacrées au

secteur de l'éducation au Togo s'élevaient à 174 milliards FCFA. Sur

les 15 dernières années, elles ont connu une augmentation de 620%

(ces dépenses étaient de 25 milliards FCFA en 2005).

Le gros de ces ressources, sur la période, a été dévolu au recrutement (on note une hausse globale de 48% entre 2005 et 2019 des effectifs du personnel éducatif, couplée d'une amélioration du traitement du personnel enseignant, qui est passé de 51 milliards à 163 milliards, soit un accroissement de 317%). Dans la foulée, le pays s'est doté de plus de 20 000 salles de classes, selon les informations, et a rehaussé le niveau de vie des professeurs de l'enseignement supérieur (dont les salaires, ont ainsi doublé entre 2012 et 2019, passant de 205 539 FCFA à 518 352 FCFA, pour un assistant délégué).

Des engagements du pouvoir public globalement confirmés par des observateurs extérieurs, notamment

sur les débuts de la décennie. Ainsi, si le pays a un des meilleurs taux d'achèvement au cours primaire dans la sous-région, selon les statistiques de la Banque mondiale, « L'éducation représente pour le gouvernement togolais un secteur prioritaire comme l'atteste la hauteur de l'enveloppe budgétaire publique. » selon l'Unicef dans son Rapport d'état du système éducatif togolais, en date de septembre 2014.

En effet, « en 2011, le financement public pour l'éducation s'élevait à 73,4 milliards de FCFA, soit 27,6 % des dépenses courantes de l'Etat hors dette, ou encore 4,3 % du PIB ». Des engagements qui correspondent « à des niveaux bien au-dessus de ceux observés dans des pays à niveau de revenu par tête comparable ».

**Avec Togofirst.com**

**ASSIGNATION EN RÉSILIATION DE CONTRAT DE LOCATION-GÉRANCE**

Le jour deux mil vingt et le Troize (13) Février \_\_\_\_\_ heures \_\_\_\_\_ minutes ;

A la requête de la **Société TOTAL TOGO**, Société Anonyme avec Conseil d'Administration au capital de 1 291 280 000 F CFA, immatriculée au Registre du Commerce et du Crédit Mobilier sous le numéro TG LOM 1976 B 666, et représentée par son Directeur Général, demeurant à Lomé et domicilié es-qualités au siège de ladite société sis à Lomé, 69, Boulevard de la Paix, 01 B.P. 312 Lomé 01, Tél. 22 23 68 00 ; courriel : [total@totaltogo.com](mailto:total@totaltogo.com) ;

Assistée de la **SCP DOGBEAOU & ASSOCIES**, Société d'Avocats inscrite au Barreau du Togo, sise à Lomé, 482, Rue ADABAWERE, 01 B.P. 968, Tél. 22 21 70 63, courriel : [contact@dogbeaou-associes.com](mailto:contact@dogbeaou-associes.com), représentée par son Gérant, Maître Sédjro Koffi DOGBEAOU, Avocat au Barreau du Togo, demeurant et domicilié audit siège ;

**Nous Me Basile Anani AMEKUDJI**  
Huissier de Justice près la Cour d'Appel  
et le Tribunal de 1<sup>re</sup> Instance de Lomé,  
demeurant et domicilié en ladite Ville,  
5, Rue Maréchal Bugeaud Place ANANI SANTOS  
Soussigné

Donné assignation au sieur **Mawuli ANTHONY**, Propriétaire Gérant des Etablissements ANTHONY & FILS pour lesquels il est immatriculé au Registre du Commerce et du Crédit Mobilier sous le numéro TG LOM 06886PP2018/2018, demeurant et domicilié à Lomé, quartier Sagbado adidogomé, Tél : 99 46 28 24, où étant et parlant à : *Le requérant n'ayant domicile ni résidence connus, nous avons saisi le Procureur de la République à la 1<sup>re</sup> Instance de Lomé par affichage à la porte principale de l'auditoire du Tribunal compétent et par insertion dans le journal TOGOMATIN d'un avis d'assignation N°01 du 14/02/2020 rendu par le Président du Tribunal de Commerce de Lomé ;*

D'avoir à comparaître le **mercredi dix-neuf (19) Février 2020 à (08) heures précises** jours et heures suivants s'il y a lieu, à l'audience et par-devant le Tribunal de Commerce de Lomé, séant au Palais de Justice de ladite ville ;

**POUR :**

Suivant contrat de location-gérance « Jeune Gérant » en date du 17 septembre 2018, la Société TOTAL TOGO SA a confié en location-gérance à monsieur Mawuli ANTHONY, la station-service Total sise à Danyi et connue sous l'appellation de TOTAL DANYI (Pièce N°01).

1

Aux termes de l'article 10 de la convention de location-gérance, monsieur Mawuli ANTHONY devrait verser la totalité de ses recettes journalières sur un compte bancaire de la requérante au plus tard le lendemain de la réalisation des recettes.

Par ailleurs, l'article 14 de ladite convention dispose que monsieur Mawuli ANTHONY ne pourra pas interrompre ou suspendre l'exercice l'une de ces activités, même à titre provisoire, sans l'accord écrite et préalable de la requérante.

Pour permettre à monsieur Mawuli ANTHONY de bien gérer cette station-service, un découvert maximum autorisé de quatorze millions six cent mille (14 600 000) F CFA lui a été accordé pour commander des produits pétroliers.

Contre toute attente, et contrairement à ses obligations, le requis a disparu depuis le mercredi 17 juillet 2019, sans laisser de trace.

A ce jour, toutes les tentatives en vue de le contacter sont restées vaines, ses numéros de téléphone étant non opérationnels. Une visite à son domicile n'a pas permis non plus à la Société TOTAL TOGO S.A d'obtenir quelque information que ce soit sur sa position actuelle (Pièce N°2 : Procès-verbal de constat d'huissier en date du 22 juillet 2019).

Depuis lors, la station est restée fermée, causant à la Société TOTAL TOGO S.A de graves manques à gagner et privant surtout les usagers des prestations proposées.

Par ordonnances à pied de requête N°02/2019 du 30 juillet 2019 et N°03/2019 du 16 octobre 2019, la Société TOTAL TOGO S.A. a dû obtenir du Président du Tribunal de Première Instance de DANYI, la désignation d'un auditeur et d'un administrateur provisoire en vue de reprendre les activités de ladite station-service (Pièces N°03 et N°04).

Toutefois, la gestion provisoire actuelle dont fait l'objet la Station TOTAL DANYI n'est pas de nature à préserver véritablement les intérêts de la requérante.

Pour permettre donc à la Société TOTAL TOGO S.A. de reprendre la station TOTAL DANYI, il y a lieu de prononcer la résiliation pure et simple du contrat de location-gérance « Jeune-Gérant » en date du 17 septembre 2018 conclu avec le sieur ANTHONY Mawuli.

La mission d'audit de gestion de ladite station n'étant pas encore achevée, il y a lieu de réserver les droits de la Société TOTAL TOGO pour ce qui concerne tout manquant de caisse ou écart de trésorerie que la mission d'audit viendrait à mettre à jour.

Pour l'heure cependant, le comportement du sieur ANTHONY Mawuli est préjudiciable à la requérante et a énormément impacté ses activités.

Il y a donc lieu de le condamner à payer à la Société TOTAL TOGO S.A. la somme de vingt millions (20 000 000) F CFA à titre de dommages et intérêts pour tous les préjudices qu'elle a subis du fait de la fermeture pendant plusieurs mois de la station TOTAL DANYI.

2

**PAR CES MOTIFS :**

Il est demandé au Tribunal de céans de voir venir le requis, s'entendre :

**EN LA FORME :**

Déclarer la présente action recevable ;

**AU FOND :**

Prononcer la résiliation pure et simple du contrat de location-gérance « Jeune-Gérant » en date du 17 septembre 2018 ;

Voir réserver les droits de la Société TOTAL TOGO pour ce qui concerne tout manquant de caisse ou écart de trésorerie que la mission d'audit viendrait à mettre à jour ;

S'entendre condamner en outre le sieur ANTHONY Mawuli à payer à la Société TOTAL TOGO S.A. la somme de vingt millions (20 000 000) F CFA à titre de dommages et intérêts pour tous les préjudices qu'elle a subis du fait de la fermeture pendant plusieurs mois de la station TOTAL DANYI ;

Voir assortir la décision à intervenir de l'exécution provisoire nonobstant toutes voies de recours et sans caution ;

Condamner le requis aux entiers dépens dont distraction au profit de la SCP DOGBEAOU & ASSOCIES, Société d'Avocats aux offres de droit ;

**SOUS TOUTES RESERVES, ET POUR QU'IL N'EN IGNORE,**

Je lui ai, étant et parlant comme ci-dessus, laissé copies des pièces susvisées que du présent exploit dont le coût est de \_\_\_\_\_ F CFA.

**L'HUISSIER,**

  


3

## Mme Florence Yawa Ahoefa KOUIGAN

# Un être de convictions, une femme de défis

*“Quand on croit en quelque chose, on n’a pas de mal à aller au front !”* dixit Yawa KOUIGAN, adjointe au Directeur de l’Information et de la Communication de la Présidence de la République Togolaise. Pour celle qui est aussi depuis Septembre 2019 Mme le maire de la ville d’Atakpamé, mener une bataille après l’autre, sur la base de ce en quoi elle croit, semble en effet résumer le quotidien. Mère de famille, jeune, femme de foi, juriste et politique, il ne fait aucun doute pour elle qu’elle doit ses accomplissements d’abord à la miséricorde divine et notamment à la force de travail mise au service de convictions propres et d’un engagement public sincère. *“Bien faire...”* donc, puis pour le reste *“...laisser braire !”*. Ainsi, conçoit-elle, presque comme un leitmotiv, l’état d’esprit dont elle s’accompagne toujours dans ses combats professionnel et politique, assurément remarquables. Cependant, comprendre un tant soit peu Yawa Kouigan, c’est naturellement s’intéresser à la personne et de ce fait à la femme derrière la personnalité publique, voire la figure féminine togolaise.

### Comprendre l’Humain, c’est en faire un choix d’études.

Joviale, un brin rieuse, la juriste, un temps dans son parcours avocate à la cour (2007 et 2009), paraît résolument, au cours de l’enregistrement des confidences, n’afficher aucune forme de complexe inutile. Pourtant, les postes à responsabilités, la femme aujourd’hui dans la quarantaine en a occupés un certain nombre qui ferait rêver plus d’un : conseillère juridique, puis juridique chargée du secrétariat général à Ecobank, assistante de coordination MOE-UE, membre de la CENI en 2018 en charge de la commission de la communication et des relations publiques, responsable dès 2011 de la Communication Institutionnelle et d’Assistance Principale de la Communication à la Direction de l’Information et de la Communication au Cabinet de la Présidence de la République Togolaise etc. Somme toute, pour cette dernière institution de la plus prestigieuse, un cursus solide et intéressant qui vaudra à Yawa Kouigan de se voir offrir en avril 2019 le privilège d’en assumer, dans la même unité, la fonction de Directrice adjointe.

Elle expliquera être de nature empathique et aussi anthropocentrée au point d’avoir toujours voulu, aussi loin que remontent ses souvenirs, faire des études, puis exercer un métier qui seraient axés vers la condition humaine au sens large du concept. Une attente profonde qu’elle satisfait

selon elle en obtenant une maîtrise en droit privé – spécialité droit des affaires, ainsi qu’en Corporate Communication à l’Université du Bénin (UB) devenue plus tard Université de Lomé (UL). Cependant, son cœur avait autrefois penché pour la psychologie, confie-t-elle. L’époque où, jeune fille, elle préparait encore son avenir dans les écoles primaires privées “Montaigne”, puis “La Méthode”, le collège confessionnel NDA, et ensuite hors du Togo avec l’affectation de son père alors fonctionnaire à l’Unesco. Enfin, le Lycée public de Tokoin où elle obtint son bac. De ce cheminement alternant les nouvelles expériences, lui viendrait-il son intérêt pour l’Homme dans toute sa dimension ontologique ? Il faudrait probablement être psychologue ou en aimer, comme elle, la science pour espérer répondre véritablement à cette question.

### Des convictions à la force de persuasion ?

S’il est bien une chose qu’on ne puisse nier, c’est que remplir la fonction de communicante de ce rang requiert au-delà de tout un sens de discernement irréprochable. Un sens que l’idiosyncrasie studieuse et infatigable de la nouvelle Directrice adjointe paraît ne point boudier pendant que celle-ci gère volontiers la communication autour de l’action présidentielle. Dans la ligne de mire, le scepticisme entre autres de ceux qui peinent à y adhérer et ce qu’elle



Mme Florence Yawa Ahoefa KOUIGAN

pourrait éventuellement estimer être de la contradiction de “plus ou moins bonne foi” ou de la méprise pure et simple. Le tout, en soignant, bien entendu, consciencieusement l’image de l’institution régalienne tant auprès du peuple que sur la scène internationale. Pour elle, il s’agit là encore d’une “aventure humaine”, un travail, presque comme les précédents, auquel elle prend du plaisir et ne trouve que du charme. “C’est une fonction fatalement politique” précise-t-elle, qui “ne va pas sans un certain engagement, sans une adhésion à une vision, à un certain nombre de valeurs”.

“Je fais les choses que j’aime faire...” affirme-t-elle et d’ajouter “il y a des choses dans lesquelles je crois profondément.”. Par ailleurs, à la tâche elle ne se soucie guère d’avoir la pêche ou non, mais au contraire n’épargne aucun moyen, y compris une bonne condition physique, pour obtenir les résultats en objectif.

### Le meilleur en soi !

L’objectif que Yawa Kouigan, la femme derrière le titre de Directrice adjointe, se fixe justement en toute entreprise n’est pas de “...forcément cultiver une différence”. À l’en croire, elle n’aspire qu’à “exister...” tout en essayant, “...de vivre ses engagements, ses convictions

le plus sincèrement possible”. Contribuer à la vie nationale et “à faire avancer les choses”, surtout dans les moments cruciaux, semblent pour elle matière, au bout du compte, à tirer bonheur et fierté. Cette fierté, elle la ressent aussi à l’idée de compter parmi les pionnières en politique et de servir d’exemple pour les femmes qui, trouve-t-elle, ne devraient pas souffrir du “syndrome de l’imposteur”, mais s’engager sans a priori et faire valoir leurs aptitudes. En outre, on peut clairement, d’une part, retenir de sa pensée que si la représentation féminine dans l’organisation sociétale et politique de l’Humanité était numériquement à l’image réelle de la majorité proportionnelle des femmes sur la planète, le monde s’en porterait bien mieux. D’autre part, elle laisse penser que la sincérité collective, entendre ici “sommative”, des citoyens dans leur ensemble, et l’empathie, sont des accordeurs moraux essentiels. En l’occurrence, pour parvenir “à plus de solutions qu’autre chose” aux maux du Togo et, de manière générale, de l’Afrique. De la famille qui passe en premier, de son rapport d’amitié franche avec ses enfants, de son amour pour la lecture, la femme souvent occupée à la tâche n’a que de rares moments perdus pour bien en profiter ou encore s’offrir avec ses amis un restaurant. Pourtant, totalement reconnaissante à Dieu, elle s’estime entièrement comblée par son travail, heureuse et ne changerait rien, affirme-t-elle, à son parcours. Faut-il là penser que c’est pour cela, peut-être, qu’elle pense qu’elle serait une pensée si elle était une plante ?

Quoi qu’il en soit, elle s’illustre elle-même comme une huître lorsque celle-ci crée une perle à partir de diverses matières de son environnement immédiat qui pénètrent de manière intrusive sa coquille. De la sorte, aspire-t-elle, elle aussi, tout simplement à ériger le meilleur en se servant si possible de ce qu’elle trouve, quel qu’il soit, dans le monde alentour.

Edem Pédanou

**La clause de non-responsabilité : Ce projet a été réalisé avec le soutien financier de l’Union Européenne. Son contenu relève de la seule responsabilité du Pro-CEMA (ICE) et ne reflète pas nécessairement les opinions de l’Union européenne.**



**Blagues du jour**

Un gars a publié: pourquoi les femmes ferment leurs jambes quand elles s'assoient?

-Une go a commenté: Nous les fermons pendant la journée et les ouvrons la nuit...on ne peut pas les ouvrir 24h/24. Nous ne sommes pas des stations à essences

Un soulard tombe du haut d'un étage et les gens viennent lui demander ce qui s'est passé ? Il répond :

- moi aussi je viens d'arriver, je ne sais pas encore

Le jour que tu as l'argent, tu peux passer toute la journée sans manger; mais quand tu n'as rien, les vertiges commencent déjà à 04h du matin

Un avion transportait des fous. L'avion a décollé de Lagos et partait à l'hôpital psychiatrique de Washington. Lorsqu'il fut sorti du territoire Nigerien, un fou, le plus intelligent parmi les fous, vient voir le pilote et lui dit:

- Mr svp pouvez vous m'apprendre comment piloter un avion ?

Le pilot répond :

- Oui, mais à une seule condition !

Il réplique :

- Laquelle ?

Le pilote répond :

- Si tu arrives à faire taire tes camarades qui bavardent derrière, je t'apprendrai.

Il répond :

- Ok attendez-moi j'arrive.

Quelques minutes après, il revient vers le pilote et bizarrement le pilote n'entendait plus de bruit ni de bavardage. Etonné, il lui demande :

- Mais comment t'as fait ?

Le fou répond en souriant :

- Hooorr ! Ça na pas été difficile!, j'ai ouvert la porte et je leur ai dit d'aller jouer au dehors....

Le pilote s'est évanoui aussitôt !!!

Ceux qui porte du préservatif pour éviter des enfants là , svp si vous voulez payer du pain, n'envoyez plus nos enfants ; Envoyez vos préservatifs

**Photo du jour**



Commentez la photo ci-dessus

**Pharmacies de garde de Lomé  
Du 10 au 17 Février 2020**

BEL AIR L'HOTEL PALM BEACH	22 21 03 21
ST ANTOINE AV LIBÉRATION	22 21 29 64
3E ARRONDISSEMENT	22 21 52 27
BON SAMARITAIN BÈ	22 21 45 30
OLIVIERS BD. H. BOIGNY	22 27 04 34
KODJOVIKOPÉ AV.DUSIBOURG	22218990
HOPITAL FACE CHU-TOKOIN	22 20 08 08
CAMPUS ADEWI	22 21 56 32
STE MARIE TOKOIN-RAMCO	22 21 85 58
ST PAUL BD. JEAN PAUL II	22 22 46 72
LE JOURDAIN WUITI	22 61 56 14
HEDZRANAWÉ HÉDZRANAWÉ	22 26 49 61
KOUESSAN KÉGUÉ	96 80 10 01
KLOKPE TOGO 2000	96 80 10 03
J-MIMSHAK RUE TCHAMBA	22 60 30 50
MAWULÉ BÈ-KPOTA	70 45 91 86
LE PROGRÈS ZORRO-BAR	22 35 86 55
ELI-BERECA ADIDOGOMÉ	99 91 13 42
LA RÉFÉRENCE ADIDOGOMÉ	22 25 46 22
BONTÉ ROUTE DE SÉGBÉ	93 95 80 78
MAGNIFICAT SAGBADO	70 44 51 59
DJIDJOLÉ DJIDJOLÉ	22 25 65 12
VERTE KLIKAMÉ	22 25 03 26
LUMIÈRE AGBALÉPÉDOGAN	70 43 15 49
OSSAN AVÉDJI	70 40 44 25
DIEUDONNÉ LEO 2000	70 44 84 59
ST MICHEL AGOENYIVÉ	22 21 70 22
ST ESPRIT AGOËNYIVÉ	70 40 29 06
VITAS AGOË ASSIYÉYÉ	22 25 63 43
NOTRE DAME DE LOURDES	22 55 19 64
ABRAHAM AGOË-LOGOPÉ	22 50 10 00
LA NOUVELLE TULIPE	99 47 00 70
ZONGO TOGBLÉKOPÉ	70 45 23 16
ZOSSIMÉ ZOSSIMÉ	70 46 26 64
BAGUIDA BAGUIDA	70 42 47 77
AVEPOZO AVEPOZO	22 27 04 86

**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

**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
- EMS TOGO (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 7919
- 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](http://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 Franciscais), Tél: 91 81 25 38

**DANSE ET COURS DE ZUMBA**

- AFT : Quartier: Décon. Tél: 97 99 7919
- 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

Musique/ Kerozen Dj

## Dire « non », oui mais à quoi ?

*L'auteur du célèbre morceau « La victoire », Kerozen Dj, n'est vraiment plus à présenter en Afrique francophone. Africain d'origine ivoirienne, Kerozen Dj serait actuellement « persona non grata » dans le pays de Paul Biya. Les Camerounais n'apprécieraient pas la participation de l'artiste ivoirien à un meeting du parti de Paul Biya. Les fans camerounais de Kerozen Dj sont soudés pour boycotter tous les concerts de ce dernier sur le territoire camerounais. Le succès aurait-il un prix ? Kerozen Dj n'a-t-il pas le droit de prendre part aux activités de son choix ?*

Peu importe le domaine d'activité, le succès a un prix. Il faut faire assez de sacrifices. Dans le domaine artistique, il ne suffit pas d'avoir une belle voix et de chanter... il faut plus que cela. Serait-il question de chance si Kerozen Dj est très connu dans toute l'Afrique ? Certainement pas. Il a fallu qu'il produise « La victoire », une chanson d'espoir qui a conquis le cœur de plus d'un. Avec le titre à succès « La victoire », le talent de cet Ivoirien a été révélé au grand jour. En ce sens, il est devenu une star. En effet, il a des fans dans son pays d'origine, la Côte d'Ivoire, ainsi qu'au-delà des frontières ivoiriennes.

Suite à un meeting auquel aurait participé l'auteur de la chanson « Tu seras élevé », certains citoyens du pays des « lions

indomptables » veulent faire payer vaille que vaille au chanteur ivoirien cet acte en boycottant ses concerts. Mais au fond qu'est-ce qui se cache derrière cette attitude des mélomanes camerounais ?

Les Camerounais ont appelé, le week-end dernier, au boycott du chanteur Kerozen, quelques jours après son clash avec l'artiste camerounais, « Maalhox Le vibeur ». Il lui est reproché de militer en faveur de l'actuel président Paul Biya. Pour cause, il a pris part, lors de son récent passage au Cameroun, à un meeting du président Paul Biya. Alors, est-il contre le peuple camerounais ? Aucunement, car d'après un post de l'Ivoirien sur sa page Facebook, « Kerozen Dj » aurait explicité ce qui se passe au Cameroun le concernant. Son

post accompagné d'une vidéo d'un activiste camerounais révèle que Kerozen Dj avait été invité auparavant pour la fête de la Jeunesse camerounaise mais il s'est retrouvé dans un meeting du parti du président Paul Biya. Dire non, mais à quoi ? Comme quoi le public qui t'élève aujourd'hui, peut décider de te retirer son soutien demain. Il a suffi que l'artiste Kerozen Dj soit présent à un meeting qui ne convenait pas à certains Camerounais pour que ses administrateurs s'en prennent à lui. Mais, pourquoi sont-ils irrités ? On ne disconvient guère qu'un artiste reste une personnalité publique. En ce sens que cette personnalité publique ne doit pas être source de division ou de discorde d'une population donnée. Cela veut-il dire que l'artiste ne doit ou ne peut pas avoir des affinités avec



Kerozen Dj

des hommes politiques ? Parfois, les débris émotionnels et le sensationnel bloquent de réelles réflexions. Il y a quoi de mal à ce qu'un artiste de la chanson, un réalisateur ou encore un artiste plasticien participe à un meeting organisé par un parti au pouvoir ou une opposition ? Qu'un artiste associe son image à un parti politique lors d'une campagne électorale est une chose, et qu'un artiste chante durant une campagne électorale ou participe

à un meeting en est une autre. Toute carrière musicale est d'abord un business. Faut-il demander à un artiste au nom de la politique de ne pas être libre de ses mouvements ? Ou de ne pas gagner sa vie. Donc un artiste lambda doit dire « Non » à la participation à un meeting parce que le parti au pouvoir et l'opposition d'un pays ne s'entendent pas ? Y aurait-il une loi qui interdit aux artistes de participer à la vie politique ?

**Nadia Edodji**

### Lire

**« Les frasques d'Ebinto » d'Amadou Koné. Pp 53-54**

« ...Les logements des manœuvres étaient groupés. On m'y montra mes appartements : une chambre et une véranda. Là étaient ma vie, la fin de mes illusions et la prise de conscience d'une réalité longtemps réfutée. Là était l'amertume. De l'amertume vint la révolte. Révolte contre quoi ? Dans mon esprit, j'eus l'idée de ce que j'étais : rien d'autre qu'un raté. Et ce, par une circonstance aussi futile qu'une aventure avec une fille, Monique,

que je n'aimais même pas. Ah, Monique ! Toute ma colère s'était abattue sur elle. Oui, tout cela était de sa faute. Ce ne serait pas arrivé si un soir elle n'était pas rentrée dans ma chambre de collégien. La colère d'un jeune homme sérieux est calme et terrible. Elle n'est pas furieuse, elle est froidement cruelle car elle provient de blessures profondes. Je me mettais rarement en colère. J'ai toujours essayé de comprendre même ceux qui m'avaient fait du mal. J'expliquais leur geste et je pardonnais. Au collège, des camarades me trouvaient faible parce que je ne

causais pas d'ennuis aux professeurs. On me traitait même de « lâche » - le mot était à la mode au collège - parce que j'obéissais minutieusement aux consignes disciplinaires de l'établissement. Je n'avais jamais rien répondu à ceux qui me tenaient ces propos ; je leur souriais. C'étaient des inconscients et ils ne pouvaient pas comprendre que j'étais capable de haïr et d'être cruel aussi bien que d'aimer. Et je me rappelais la phrase d'Axël : Il est des êtres qui répugnent à s'insurger quotidiennement contre des détails qui n'en valent pas la

peine. Et puis, un jour, (...) l'on verra ces êtres prendre une décision que nul de ceux qui leur reprochaient leur apathie n'eût été capable de prendre. Jusqu'ici, j'avais considéré les hommes avec amour ; La colère d'être un rien du tout m'ouvrit une autre voie : le MAL. Et, curieusement, je me souvins de Maldoror qui fut bon pendant ses premières années et qui s'aperçut ensuite qu'il était né méchant : fatalité extraordinaire ! Pourtant, j'ai essayé de ménager Monique, de la traiter avec douceur : c'étaient les derniers sursauts de bonté d'un homme révolté. Je crois

qu'il n'y a rien de plus tragique que la vie d'un homme sérieux déçu dans ses ambitions par une réalité médiocre. Blessé dans son amour-propre, il peut se métamorphoser, devenir un individu peu recommandable. La douleur l'aveugle en le tourmentant et il cherche un moyen pour échapper à la misère ; Souvent, il y voit le mal. Cet homme peut être sauvé par les circonstances : un ami qui le conseille et le guérit, un événement qui change sa vie. Si rien de cela n'intervient, il sombre alors dans le vice et arrive facilement au crime... »

## Composition, cuisson, nutrition

# Quelles différences peut-on noter entre les pâtes et le riz ?

**Le riz et les pâtes sont des féculents consommés presque quotidiennement au Togo. Toutefois, ces deux repas se ressemblent-ils ? L'un est-il plus utile que l'autre pour la santé ? Que doit-on savoir sur ces aliments en termes de composition, mode de cuisson et qualités nutritionnelles ?**

## Les pâtes

Composition : c'est un mélange d'eau et de farine (communément de blé dur) auquel peuvent être ajoutés des œufs. On les trouve sèches (taux d'humidité inférieur à 12 %) ou fraîches (supérieur à 12 %).

Profil glucidique : elles sont riches en glucides (65,8 g/ 100 g, crues), majoritairement complexes : 62 g proviennent de l'amidon, composé de chaînes de molécules de glucose. Devant être décomposées en molécules de glucose pour être assimilées, elles sont lentement digérées.

Apport calorique : 336 calories pour 100 g de pâtes sèches standard crues, soit 126 calories pour 100 g une fois cuites. Celles aux œufs sont plus énergétiques : 168 calories pour 100 g cuites.

Teneur en protéines : 11,5 g pour 100 g de pâtes sèches standard. Ces protéines forment une substance collante, le gluten, peu digeste pour certaines personnes et non toléré par les malades cœliaques. D'origine végétale, ces protéines ne contiennent pas tous les acides aminés essentiels et doivent être associées à d'autres protéines

végétales (légumineuses...) pour remplacer la viande ou le poisson. Les pâtes aux œufs sont plus riches en protéines (14 g) et celles issues des œufs renferment tous les acides aminés essentiels.

Indice de satiété : les pâtes rassasient durablement grâce à la faible vitesse d'assimilation de leurs glucides. Leur index glycémique (IG), bas, varie de 44 à 55 en fonction de nombreux paramètres dont le degré de raffinage et le temps de cuisson. Ainsi, l'IG des spaghettis cuits al dente, c'est-à-dire pas trop cuit, est de 44, ce qui reste très modéré.

Temps de cuisson : il est court. 8 à 12 min selon la variété de pâtes, 3 à 5 min pour les fraîches.

Difficulté : Il n'y en a aucune. Il suffit de les plonger dans de l'eau bouillante salée : 1 l pour 100 g. on vérifie la cuisson en goûtant : elles doivent être un peu fermes, pas craquantes.

Associations possibles : Simples (filet d'huile d'olive + herbes aromatiques coupées...) ou plus sophistiquées (saumon frais poché + yaourt grec + ciboulette...), elles s'accrochent avec les

légumes, les viandes, les poissons... Froid ou chaud !

## Verdict

Rassasiantes, faciles à préparer et à accommoder : les pâtes sont un incontournable (relisez la phrase pour voir si c'est réellement ce que vous vouliez écrire). Leur principal inconvénient est l'inconfort digestif qu'elles peuvent générer chez certains, du fait de leur richesse en gluten. Pour ces personnes, il existe des pâtes préparées avec des farines de riz, de légumineuses...

## Le riz

Composition : c'est une céréale. Suivant le stade de transformation après récolte, on le trouve complet ou brun (avec germe et son), blanc (germe et son enlevés) ou étuvé (soumis à un traitement thermique pour éviter que les grains ne collent). On le distingue aussi par la variété et la taille du grain.

Profil glucidique : l'apport en glucides est élevé (78,6 g pour 100 g d'étuvé cuit), mais il s'agit essentiellement d'amidon : 72,1 g/100 g. Ces teneurs changent peu selon la variété et la transformation



Des pâtes et du riz

subie par le grain. Ces glucides complexes sont transformés en glucose simple pour être digérés. Apport calorique : 356 calories pour 100 g de riz étuvé cru, soit 146 calories pour 100 g cuit. L'apport énergétique est quasi identique pour l'ensemble des variétés.

Teneur en protéines : 7 g pour 100 g de riz étuvé cru, ce qui est faible puisqu'une portion de 150 g cuite n'en apporte que 5 g. Dépourvu de gluten, il est plus digeste que les produits à base de blé, et constitue un féculent de choix pour les malades cœliaques (maladie chronique de l'intestin). Par ailleurs, il ne renferme pas la totalité des acides aminés essentiels. Indice de satiété : Son index glycémique est moyen : 64 pour du riz blanc, ce qui signifie qu'il est assez vite assimilé. Mais de nombreux paramètres influencent cet index comme le degré de raffinage, la variété et le temps de cuisson. Un riz raffiné à cuisson rapide par

exemple affiche un IG de 87. Temps de cuisson : au minimum 10 min pour un riz étuvé, jusqu'à 20 min, voire davantage, selon la variété et le degré de raffinage.

Difficulté : complexe, l'idéal est un cuiseur de riz électrique qui assure une cuisson parfaite par absorption.

Associations possibles : il gagne à être relevé par des épices. Les poissons et les volailles l'apprécient, et il peut servir de base, pour farcir des légumes. Rond, il constitue la base de plusieurs types de cuissons.

## Verdict

Le riz est un bon fournisseur d'énergie, particulièrement riche en glucides complexes. Pour une meilleure satiété, il est préférable de le choisir peu raffiné (surtout pas de cuisson rapide) ou d'opter pour des variétés comme le riz sauvage.

Source : santé-magazine

## Violence verbale

# Quelles peuvent en être les conséquences sur les enfants ?

**Il arrive que dépassés par les caprices ou certaines bêtises de leurs enfants, des parents crient sur eux. Cela peut dégénérer en violence verbale. Quelles peuvent être les conséquences d'un tel accès de colère sur l'enfant ? Comment discipliner l'enfant en lui évitant un déséquilibre psychologique ?**

La violence verbale peut être aussi dangereuse d'un point de vue psychologique que la violence physique. Mais les cris peuvent aussi servir d'outil pour permettre aux parents de se défouler un peu, tout en attirant l'attention des enfants. La différence entre un cri dangereux et un cri normal dépend du message transmis, et non du volume. Crier sans danger La première règle pour

crier sans détruire l'équilibre psychologique de l'enfant consiste à ne pas critiquer sa personne, mais uniquement ses gestes. « Mets tes chaussures », n'est pas un cri dangereux, tandis que « mais qu'est-ce que tu peux être lent » aura un impact plus négatif. Tout comme « ne cours pas dans la rue », versus « tu es vraiment trop bête ».

Les parents laissent l'irritation se manifester dans leur voix parce qu'ils

veulent que l'enfant sache qu'ils sont frustrés, dans l'espoir que cette émotion le motive. Et il n'y a aucun problème tant que le parent exprime clairement sa frustration au niveau du comportement et non pas de l'enfant en lui-même. Tenez compte de l'âge et de la personnalité du tout-petit. Un enfant trop jeune sera tétanisé face à vos hurlements, et ne comprendra pas le message que vous voulez



Une maman en colère crie dans un mégaphone pour se faire entendre

exprimer. Et certains enfants peuvent être plus sensibles que d'autres aux cris.

La limite à ne pas franchir Les cris ont tendance à se produire pendant un moment d'émotions exacerbées, et les

émotions exacerbées ont tendance à rendre notre jugement flou. Nous avons peut-être une bonne raison de perdre notre sang-froid, mais une fois que ce sang-froid est perdu, il est facile de se laisser emporter, et de franchir certaines barrières.

L'enfant pense alors que tout est de sa faute, et qu'il est « mauvais ». Or, presque tous les parents vont exploser de temps en temps. Sortir de ses bornes peut nous permettre de lui expliquer que les adultes ne sont pas parfaits, et que dans n'importe quelle relation, on peut perdre un peu la tête. Nous pouvons ensuite nous excuser sincèrement et lui enseigner ainsi le pardon.

Edem Dadzie

Togo-présidentielle 2020 **Suite de la page 3**

## Faure Gnassingbé le choix unique et unanime de Kpélé

Elle a remercié le Chef de l'Etat pour toutes les réalisations faites dans tous les domaines au Togo en général et en particulier, dans la préfecture de Kpélé. Elle a par ailleurs vanté les mérites et les qualités du chef de l'Etat sur le plan national et international. La population de Kpélé par la voix de Mme TSEGAN s'engage à accompagner comme "un seul homme", le Chef de l'Etat Faure Gnassingbé, pour que sa vision pour le Togo puisse trouver un accomplissement au-delà des attentes.

Après avoir remercié la population de Kpélé pour sa forte mobilisation à ce grand meeting, Faure Gnassingbé s'est dit rassuré et confiant pour le scrutin présidentiel du 22 février prochain.

« Je sais qu'aujourd'hui à Kpélé, j'ai fait un pas de plus vers la victoire du 22 février prochain grâce à vous », a-t-il déclaré devant des milliers de partisans, militants et

sympathisants.

« Merci d'autant plus que ce n'est pas la première fois que vous m'accordez votre confiance, à moi-même, mais également, au cours des élections législatives et municipales aux candidats que le parti a présenté. Vous avez été toujours à nos côtés », a précisé Faure Gnassingbé. « Nous sommes en train de préparer une élection présidentielle. C'est un enjeu important dans tous les pays, c'est une affaire sérieuse. C'est pour cela que nous ne devons pas perdre de vue que la campagne ne doit pas s'arrêter avant le soir du 20 février prochain et le 22 février nous irons voter dans la paix et dans la quiétude », a-t-il poursuivi.

Faure Gnassingbé est revenu sur les malheureux événements qui ont secoué le Togo il y a de cela quelques années passées. Pour lui, une élection présidentielle, c'est le moyen que les togolais choisis pour l'accession au pouvoir.

« Ceux qui entre temps ont cru devoir sortir pour manifester, causer des dégâts, et provoquer des morts, aujourd'hui se sont trompés, qu'ils nous ont trompés, et surtout qu'ils nous ont fait perdre du temps », a rappelé Faure Gnassingbé.

« Parce que, il y a eu toutes ces agitations, notre réputation a été ternie. Des chefs d'Etats sont venus dans le pays, alors qu'il suffisait tout simplement d'attendre les échéances qui sont prévues par notre constitution », a-t-il expliqué.

Faure Gnassingbé a indiqué qu'aujourd'hui, les uns et les autres, ont la liberté de circuler dans le pays, de manifester leur soutien pour les candidats de leur choix. « Est-ce que ce n'est pas plus simple que de se lever et de faire ce que nous avons vécu ? », s'est-t-il interrogé.

« On a toujours dit que la voix du peuple, c'est la voix

de Dieu. Au moment où nous battons campagne, des candidats et des militants pour aller devant le peuple, je voudrais qu'une bonne fois pour toute, dans notre pays, qu'on sache que le moyen d'accéder au pouvoir, c'est ce que nous faisons en ce moment. C'est quelque chose qui est organisée et prévue dans la constitution. Et le jour venu, chacun de nous sera seul dans l'isoloir pour déposer son bulletin de vote dans l'urne dans la paix, la quiétude et dans la sérénité », a ajouté Faure Gnassingbé.

« C'est aussi un moment important, parce que ce sont des moments où nous devons présenter un peu ce que nous voulons faire », a-t-il laissé entendre. Pour Faure Gnassingbé, ce qui est plus important dans son projet de société, c'est la paix et la sécurité. Une fois que cette paix et la sécurité sont assurés, a-t-il dit, « les besoins vitaux, les services de bases notamment la santé

etc seront assurés ».

Pour son nouveau mandat à venir, plusieurs défis restent à relever notamment l'assurance maladie, l'éducation, les ressources humaines, les infrastructures scolaires, les infrastructures numériques, l'emploi pour les diplômés et les non diplômés, la création des centres d'apprentissage ou de renforcement de capacité, la jeunesse.

« Les choses ne sont pas faciles, mais l'espoir est permis. Et cet espoir, nous voulons que dès le 23 février prochain, avec la victoire que j'espère que vous me donnerez, nous nous mettrons au travail. Je compte sur vous pour battre campagne et pour voter le 22 février prochain », a conclu Faure Gnassingbé.

Soulignons que Mme TSEGAN et tout Kpélé promettent un score de 100% et un coup K.O à Faure Gnassingbé au premier tour, au soir du 22 février prochain.

**De retour à Kpalimé, Mensah ASSOGBAGUE**

**COMMISSION ÉLECTORALE NATIONALE INDÉPENDANTE**

**CENI - TOGO**

**ÉLECTION PRÉSIDENTIELLE 2020**



**PREMIER TOUR**

**22 FEVRIER 2020**

**" LE VOTE,**

**UN DEVOIR DE CITOYENNETÉ. "**

#PrésidentielleTg2020 | Togolais viens, bâtissons la cité!



# CONSULTATION INDIVIDUALISÉE DE LA LISTE ÉLECTORALE PAR SMS (C.I.L.S)



TOGOLAISE MA SŒUR , TOGOLAIS MON FRERE ;  
TU VEUX VERIFIER TON INSCRIPTION SUR LES LISTES ELECTORALES  
ET CONNAITRE TON BUREAU DE VOTE ?

Envoie le numéro de ta carte d'électeur à 19 chiffres avec ou sans tirets

(Exemple : 9-909-03-00-01-99-01-01991  
ou 9909030001990101991)

ou



**MARITIME : 1010**  
**PLATEAUX : 1011**  
**CENTRALE : 1012**  
**KARA : 1013**  
**SAVANES : 1014**



**POUR TOUTES LES REGIONS :1010**

**Coût du SMS à OF**

**TOGOLAIS VIENS, BÂTISSONS LA CITE !**