



### Observation électorale

## Le Togo n'organise pas une élection en vase clos

Les Togolais iront voter demain pour le premier tour de l'élection présidentielle 2020. Sur la demande du gouvernement et conformément aux usages en matière démocratique, les observateurs internationaux sont arrivés sur ...



PAGE 3

### MEDIAS



#### Émissions télévisées

## Un pari gagné pour la Haac

Dans le cadre de l'élection présidentielle de 2020, la Haute autorité de l'audiovisuel et de la communication (Haac) a initié une émission spéciale sur la télévision nationale afin de permettre aux candidats ou à leurs représentants d'exposer leurs programmes aux Togolais. Pour une ...

PAGE 3

### TECH & NUMERIQUE



#### Incivilités numériques

## Le harcèlement en ligne s'accroît sur les réseaux sociaux

Dans son rapport sur les incivilités numériques, Microsoft indique qu'il y a de plus en plus de harcèlement en ligne. Le phénomène est inquiétant sur les réseaux sociaux où les abonnés sont le plus souvent confrontés à des propos haineux.

PAGE 5

### Betterave

## Un « miracle beauté » caché

Les nombreux bienfaits de la betterave pour l'organisme ne sont certes pas non négligeables. Cependant, qu'en est-il de son utilité pour la peau ?...

PAGE 10



### Fin de campagne

# Faure Gnassingbé : « Nous sommes en train de tourner une page »

La campagne électorale en vue de la présidentielle du 22 février 2020 a pris fin hier. Après avoir fait le tour du territoire pour battre campagne, les candidats peuvent maintenant retenir leur souffle en attendant le verdict des urnes.

PAGE 11

### DERNIERES HEURES

## « Pour entreprendre, l'on n'a pas besoin de diplômes », dit Faure Gnassingbé

La campagne électorale que notre pays vient de connaître dans le cadre de l'élection présidentielle du 22 février 2020, a été l'occasion de plusieurs déclarations dont certaines doivent particulièrement retenir l'attention des Togolais. Le président sortant Faure Gnassingbé a particulièrement marqué les esprits. Il montre la voie à suivre si l'on veut lutter efficacement contre le chômage. Lors d'un de ses meetings, le chef de l'Etat a affirmé que désormais l'on mettra plus l'accent sur les qualités professionnelles que les diplômes. L'on s'est en effet rendu compte que ces dernières années, les jeunes ont énormément convergé vers les deux grandes universités publiques de notre pays et les institutions privées de formation supérieure. Mais après trois, cinq voire huit années, ces derniers sortent avec de grands diplômes (Licence-master-doctorat) et la tête bien pleine. Malheureusement, ceux-ci ont du mal à s'imposer sur le marché du travail. Pire, face à la saturation ...

PAGE 3

### Côte d'Ivoire

## Faute de consensus, le code électoral réformé sera soumis à l'Assemblée nationale

Avec ou sans accord, le projet de réforme du code électoral issu du dialogue politique sera envoyé au Parlement. Telle est la décision du Premier ministre ivoirien Amadou Gon Coulibaly,...



PAGE 4



## SOMMAIRE

Bénin / Pour avoir dépassé le seuil des frais de campagne électorale  
**Lionel Zinsou puni d'inéligibilité en appel**



P 4

Le chou  
**Pour une peau impeccable**



P 10

Betterave  
**Un « miracle beauté » caché**



P 10

## Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI

## Une journée avec Ablavi TROUNOU, Bénéficiaire du Produit d'Accompagnement Spécial ( PAS) du FNFI

**Dans ce dernier numéro de la semaine, "Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI" vous fait passer une journée avec un des bénéficiaires du FNFI, notamment du Produit d'Accompagnement Spécial qui fait de la vente de sacs de friperie son activité génératrice de revenus. Reportage...**



### Ablavi TROUNOU

Insallée dans un simple apateme de fortune dans le quartier Adakpamé, Ablavi TROUNOU, la cinquantaine a par le passé déjà bénéficié successivement des 4 cycles du crédit Accès des Paivres aux Services Financiers (APSEF). Elle confie aujourd'hui s'être lancée dans une activité génératrice de revenus grâce à ce premier coup de pouce financier du FNFI, chose qu'elle pensait jusqu'ici impossible avant le lancement du Fonds, les Institutions de Microfinance classiques étaient de plus en plus réticentes à prêter

aux ménages vulnérables. Ce premier coup de pouce financier permet à Dame Ablavi de débiter l'achat et la revente d'une dizaine de sacs de friperie. A l'époque, elle se promenait dans les quartiers environnants.

" Le temps passait et je me rendais compte que je devais faire mieux si je voulais être indépendante et autonome. Comme vous le savez, quand on commence une activité et on se rend compte que l'activité fleurit, on espère d'autres sources de financements pour pouvoir

explorer d'autres horizons. J'avais fini de rembourser en intégralité mes 4 cycles de APSEF et je me suis mise à chercher d'autres sources de financement additionnelles. J'ai alors commencé à aller aux informations pour trouver gain de cause".

Et justement dans le partenariat qui lie le FNFI à ses 28 Prestataires de Services Financiers dans la distribution des produits du FNFI, des séances d'informations et de sensibilisation sont organisées ponctuellement pour permettre aux bénéficiaires

réels et potentiels d'avoir des informations relatives au FNFI et aux produits en temps réel afin de pouvoir faire des choix optimaux et faire des réajustements si besoin en était.

"C'est justement au cours d'une séance d'information organisée à l'endroit des populations par PADES Microfinance que j'ai personnellement été informée de l'existence du Produit d'Accompagnement Spécial. Un Produit qui après les explications était bien adapté à mes besoins, notamment à mon activité. Nous sommes constituées en groupes solidaires et nous sommes pliées à toutes les exigences du PSF partenaire. Après une riche formation technique et financière, nous voici désormais mieux aguerris pour obtenir le précieux sésame. Personnellement, j'ai obtenu un crédit de 100.000 FCFA qui m'a permis de pouvoir ériger cette petite baraque que vous voyez et d'acheter deux balots de sacs de friperie. Ce sont ces deux balots que j'expose actuellement, et comme vous le voyez, j'ai assez de sacs à proposer à ma clientèle de plus en plus nombreuse."

Un coup de pouce financier spécial qu'accorde le FNFI aux bénéficiaires fin de cycle de APSEF et AGRISEF, de quoi

motiver ces derniers à bien faire usage des différents crédits recus mais aussi et surtout à rembourser dans les délais.

" Depuis que mon activité s'est agrandie, c'est un véritable soulagement, car je n'ai plus besoin de me déplacer dans les rues sous le chaud soleil pour vendre mes sacs. Je les expose ici dans ma baraque, et comme j'ai réussi progressivement à fidéliser ma clientèle, chacun vient faire ses affaires quand il en ressent le besoin. Mes sacs sont à la portée de tous. En fonction du modèle et du style, mes sacs coûtent entre 1500 et 5000 FCFA, de quoi attirer du monde tous les jours. Ma clientèle est constituée en majorité de jeunes élèves, étudiantes, jeunes femmes, Lomé étant devenue une ville à la mode, personne ne peut résister à la tentation. Et depuis lors, je vend en moyenne 5 sacs par jour, et je me dis que pour un début c'est une très bonne chose. Je parviens à dégager des bénéfices qui me permettent de soutenir mon époux dans la prise en charge des besoins de notre famille. Je ne perds pas également de vue le remboursement du crédit qui pour moi est un élément essentiel si je veux poursuivre ma croissance dans le paysage de l'inclusion financière."

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 Kodolakina

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 Yagla

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

... du marché de l'emploi, bon nombre sont tout simplement incapables de prendre des initiatives en entreprenant.

Justement, sur ce plan, Faure Gnassingbé annonce la création d'instituts de formation adaptés aux besoins de chaque région. Voilà enfin une vraie réponse au problème du chômage. Le président togolais reconnaît que pendant longtemps, les enseignements prodigués étaient complètement

en déphasage avec les besoins du marché du travail.

D'ailleurs, le président-candidat a déjà amorcé cette réforme en entamant l'ouverture d'Instituts de formation en alternance pour le développement (Ifad) dédiés à l'aquaculture, l'élevage etc... Comme il l'a dit lui-même pendant la campagne, il va falloir poursuivre dans ce sens. Il est temps d'arrêter avec la course folle vers l'acquisition des diplômes sans but précis et sans

aucune orientation spécifique. Un travail de pédagogie doit se faire au niveau des jeunes dès le cours primaire et aussi des parents qui doivent comprendre qu'un enfant qui ne vient pas forcément à l'université, et qui s'arrête au Brevet d'études du premier cycle (BEPC) ou au Baccalauréat deuxième partie (Bac 2) pour faire une formation professionnelle, ou embrasser l'artisanat, n'a pas raté sa vie. Les besoins du marché sont actuellement

paradoxalement liés à des formations de très courte durée. De six mois à trois ans, une personne peut être prête pour répondre aux attentes. Il est vrai qu'une personne peut à un moment donné de sa vie, et pour un but précis rechercher de grands diplômes, surtout si elle en a les moyens. Mais fondamentalement, les besoins du terrain doivent pousser à prioriser des formations de courte durée. Pour entreprendre, pas besoin non plus de

passer de longues années à étudier. Les grands entrepreneurs dans le monde comme, Steve Jobs, Mark Zuckerberg, Bill Gates (aux USA) Bessan Komla Edem, Adamas Koudou (au Togo) ne sont pas de grands diplômés. Ils ont tout simplement su faire parler leurs génies pour répondre à un besoin. L'on ne peut donc qu'admettre avec Faure Gnassingbé que : « pour entreprendre, l'on n'a pas besoin de diplôme ».

**Edem Dadzie**

## Observation électorale

## Le Togo n'organise pas une élection en vase clos

**Les Togolais iront voter demain pour le premier tour de l'élection présidentielle 2020. Sur la demande du gouvernement et conformément aux usages en matière démocratique, les observateurs internationaux sont arrivés sur le territoire national. Ceux-ci apprécient déjà le climat apaisé et la transparence dans laquelle se déroule le processus. C'est le signe que contrairement à ce que certains affirment, le Togo n'a pas du tout envie d'organiser une élection en vase clos.**



Vue partielle des observateurs internationaux lors de la rencontre avec Robert Dussey

Notre pays ouvre grandement ses portes à d'éminentes personnalités du continent venues constater la régularité du scrutin qui se tient demain. Le Togo n'est pas un pays

fermé. Tout en prenant des dispositions pour éviter des interférences préjudiciables au processus électoral, le gouvernement et la Commission électorale nationale indépendante (Ceni) accueillent toutes

les bonnes volontés venues aider le Togo à consolider encore plus sa jeune démocratie. Ainsi, 280 observateurs électoraux internationaux issus d'organisations internationales, de

missions diplomatiques au Togo, des ministères des Affaires étrangères et des Etats partenaires suivront l'élection présidentielle du 22 février. « Votre présence traduit manifestement une double volonté. D'abord, celle de transparence du gouvernement, ensuite celle d'accompagner l'expérience démocratique de notre pays dans son élan irréversible vers la perfection », leur a adressé le professeur Robert Dussey, ministre des Affaires étrangères du Togo.

Il faut préciser que 10 observateurs viennent du Conseil de l'Entente. 79 observateurs conduits par l'ancien président de la Sierra Léone, Ernest Bai Koroma, sont venus au nom de la Cedeao. 45 observateurs de l'Union africaine sont sous la direction de l'ancien président malgache, Hery Rajaonarimampianina. L'élection sera aussi

couverte par 17 observateurs de la Cen-Sad et 14 des Nations unies. Cela fait 165 observateurs provenant des organisations internationales.

Et ce n'est pas tout. 46 observateurs viennent de l'ambassade des Etats-Unis d'Amérique au Togo, 20 du Groupe africain des ambassadeurs, 11 de l'ambassade de France, 10 de la délégation de l'Union européenne et 07 de l'ambassade d'Allemagne. D'autres ambassades comme celles d'Italie, d'Espagne, de Corée du Sud et d'Angola ont aussi envoyé des observateurs. Au total, 101 observateurs proviennent des missions diplomatiques accréditées au Togo. 14 observateurs internationaux proviennent du ministère des Affaires étrangères de la République fédérale du Nigéria.

TM

Source : [republicoftogo.com](http://republicoftogo.com)

## Émissions télévisées

## Un pari gagné pour la Haac

**Dans le cadre de l'élection présidentielle de 2020, la Haute autorité de l'audiovisuel et de la communication (Haac) a initié une émission spéciale sur la télévision nationale afin de permettre aux candidats ou à leurs représentants d'exposer leurs programmes aux Togolais. Pour une première, ce fut une réussite.**

Jamais encore auparavant, le Togo n'a connu une campagne comme celle de 2020. C'est le signe que la démocratie continue de gagner du terrain dans notre pays. En 2015, il y a eu une émission pour permettre aux candidats ou à leurs représentants de s'adresser au peuple. Mais à l'époque l'initiative avait été prise par des organisations de la société civile. Pour cette

année, c'est l'organe de régulation du secteur de la communication dans notre pays qui a pris l'initiative.

Le président Pitalounani Telou et ses collègues ont certainement voulu faire la différence en répondant à ce besoin et en mettant fin aux critiques sur l'incapacité de l'institution à jouer pleinement son rôle. La Haac a non seulement veillé à l'équilibre dans la



Pitalounani Telou, président de la Haac

diffusion des messages et dans la couverture de la campagne des candidats mais a aussi permis que ces derniers puissent être confrontés à un examen point par point de leurs programmes.

Les Togolais dans leur ensemble ont apprécié l'initiative. Beaucoup ont déploré que certains candidats décident d'envoyer des représentants. Mais c'est une grande avancée

pour le Togo en matière électorale. D'ailleurs en cas de second tour, les deux challengers devront s'affronter dans un débat contradictoire sur la télévision nationale.

Sur le plan logistique, un gros effort a été fait. Le studio aménagé pour la circonstance, et la disposition des participants lors de l'émission sont des innovations. C'est d'ailleurs une des preuves incontestables que le Togo progresse. Pour finir, les deux animateurs choisis pour la circonstance ont tout simplement été à la hauteur de leur tâche.

**E. Dadzie**

**Côte d'Ivoire****Faute de consensus, le code électoral réformé sera soumis à l'Assemblée nationale**

**Avec ou sans accord, le projet de réforme du code électoral issu du dialogue politique sera envoyé au Parlement. Telle est la décision du Premier ministre ivoirien Amadou Gon Coulibaly, ce jeudi 20 février 2020 face à la presse, alors que l'opposition fustige les multiples points de désaccord qui subsistent encore dans le document.**

« Ce sera avec ou sans vous », semble conclure le gouvernement ivoirien qui, après avoir mis un terme au dialogue politique en cours, a décidé de soumettre le projet de réforme du code électoral au Parlement. « Ce n'est pas parce qu'on n'a pas signé un document, qu'on va dire que le dialogue n'a pas eu lieu, et qu'il ne s'est pas bien déroulé. Il ne faut pas dramatiser. »

Face à la presse, ce jeudi, le Premier ministre ivoirien s'est évertué à désamorcer les critiques portées la veille par l'opposition, qui a refusé de signer le protocole d'accord à

l'issue des négociations autour du nouveau code électoral. Selon le chef du gouvernement, des points d'accord ont bel et bien été trouvés, notamment sur le parrainage citoyen (de 1% de l'électorat dans 50% des régions et districts, ou de 1% à l'échelle nationale).

En outre, un accord aurait été trouvé sur le relèvement de la caution pour les candidats à la présidentielle, qui passerait de 20 millions de francs CFA aujourd'hui à 50 millions dans la nouvelle mouture.

Autre point de convergence pointé par le Premier ministre, celui portant sur le dispositif visant à mettre



**Amadou Gon Coulibaly sur la table des négociations avec des opposants**

fin à la « transhumance électorale », pendant les élections locales où législatives, lors desquelles des candidats transportent dans leurs circonscriptions des électeurs qui y sont inscrits, mais n'y résident pas. En tout, une vingtaine de recommandations, non précisées par le Premier ministre, seront faites

au gouvernement et à la Commission électorale indépendante.

Pour Amadou Gon Coulibaly, les points d'accord sont des points qui doivent permettre d'avancer, même s'il subsiste des points de désaccord entre pouvoir et opposition et entre société civile et partis politiques.

Toutefois, précise le chef du gouvernement, « les conclusions de ces discussions seront examinées par le Conseil de gouvernement et ensuite par le Conseil des ministres présidé par le président de la République. Le projet de loi qui en sortira sera transmis au Parlement ».

**T.M.**

**Bénin / Pour avoir dépassé le seuil des frais de campagne électorale****Lionel Zinsou puni d'inéligibilité en appel**

**Candidat malheureux à la présidentielle de 2016, l'ancien Premier ministre serait-il encore une menace pour l'actuel pouvoir béninois au point qu'on veuille l'éliminer de la prochaine course ? A cette question, difficile de répondre par l'affirmative, puisque depuis cette débâcle électorale, l'ancien chef du gouvernement de Yayi Boni a fait profil bas. Et pourtant, la justice de son pays semble le ramener devant ses responsabilités.**



**Lionel Zinsou**

Condamné en première instance à cinq ans d'inéligibilité, et à une amende de 50 millions de francs CFA, en plus d'une prison de 6 mois avec sursis, Lionel Zinsou voit sa peine considérablement réduite en appel à

Cotonou, ce mardi 18 février 2020.

Reconnu coupable en appel de « dépassement de frais de campagne électorale », l'ancien Premier ministre béninois écope de quatre ans d'inéligibilité et de cinq millions de francs CFA d'amende. La prison

avec sursis, quant à elle, a été tout simplement abandonnée. Pour cause, les juges ont en effet rejeté le chef d'accusation de « faux et usage de faux », considérant qu'il n'était pas constitué. Ils ont suivi en cela le réquisitoire délivré par le procureur

lors de l'audience du 4 février dernier.

Alors que la Cour des comptes n'avait relevé de manquement sur l'accusation de dépassement des frais de campagne autorisée, l'accusation s'était appuyée sur le dossier ayant opposé Lionel Zinsou à l'homme d'affaire burkinabè Mahamadou Bonkougou. Ce contentieux, qui a trouvé un dénouement à l'amiable grâce à la médiation des présidents Alassane Ouattara et Alpha Condé aurait servi la lie de l'argumentaire de l'accusation.

Pour les avocats de la défense, tout porte à croire que ce dossier est intentionnellement monté contre leur client dont l'objectif est de l'éliminer politiquement, comme cela est le cas pour les autres adversaires politiques du président Talon. « Il n'y avait aucune pièce

justifiant matériellement d'un dépassement de frais de campagne. Tout le dossier ne tient que sur la parole du procureur », s'est indigné Me Robert Dossou, ancien président de la Cour constitutionnelle du Bénin entre 2008 et 2013. Pour lui, en effet, « l'objectif est clair : il s'agit de rendre inéligible Lionel Zinsou », car, estime-t-il, « le pouvoir veut écarter tout candidat crédible potentiel à la présidentielle de 2021 ». Vrai ou faux ? Aucun élément plausible n'aide à l'affirmative. Mais l'on pourrait simplement relever que ces derniers temps, l'opposition s'enfoncé de plus en plus dans un bras de fer avec le pouvoir de Patrice Talon. Et dans ce bras de fer, seuls les ténors, anciens alliés du chef de l'Etat devenus opposants affirmés sont dans le viseur de la justice qui semble rouler « au pas ».

**Alexandre Wémima**

**Innovation****Que réserve 2020 en matière de smartphones ?**

**Écran pliable, 5G, batterie plus endurante, processeur encore plus puissant, design à clapet. Que nous réserve 2020 en matière de smartphones ?**

**Motorola Razr****Samsung Galaxy S11**

Différentes informations ont déjà fuité sur le prochain smartphone de chez Samsung, mais une nouvelle rumeur en marge du salon CES 2020 indique que la firme abandonnerait la numérotation actuelle. Le prochain smartphone s'appellerait plutôt Samsung Galaxy S20. Il devrait se décliner en trois versions, S20, S20+ et S20 Ultra, la dernière étant dotée du nouveau capteur photo 108 mégapixels. Ils devraient intégrer le nouveau SoC Exynos 990 et pourraient arborer un écran avec un taux de rafraîchissement de 120 hertz. L'annonce officielle est attendue pour le 11 février lors de la conférence Unpacked de Samsung.

**Motorola Razr**

L'un des smartphones pliables les plus intéressants, annoncé en 2019, est le Razr de Motorola qui est un téléphone à clapet, plutôt qu'une tablette pliable comme le Galaxy Fold. Son lancement était prévu le 9 janvier aux États-Unis, mais face à l'engouement Motorola a dû retarder légèrement sa sortie pour éviter la pénurie. La firme n'a pas donné de nouvelle date, mais a indiqué que le retard ne devrait pas être trop important.

**Huawei Mate X**

Anoncé quelques jours seulement après le Galaxy Fold de Samsung, le smartphone pliable Mate X de Huawei n'a toujours pas réussi à sortir de la Chine. Il a subi plusieurs retards sur

son lancement, mais il devrait arriver en Europe au premier trimestre.

**Samsung Galaxy Fold 2**

Toujours dans le domaine des smartphones pliables, certaines rumeurs indiquent que Samsung travaille actuellement sur un nouveau modèle. Cette fois, ce serait un modèle à clapet comme le Motorola Razr, avec un écran de 6,7 pouces une fois déplié, et deux caméras au dos et une à l'avant. Certaines rumeurs indiquent que Samsung pourrait le vendre à un prix beaucoup plus abordable que son concurrent, à moins de la moitié du prix du Galaxy Fold, soit moins de 1.000 euros. Selon les dernières informations, le nom final pourrait être le Galaxy Bloom.

**Google Pixel 4a**

En 2019, Google a connu un franc succès en sortant une version économique de son Pixel 3, le Pixel 3a. En 2020, la firme devrait recommencer en proposant le Pixel 4a. Selon les premières fuites, son écran mesurerait 5,7 ou 5,8 pouces, et aurait un trou en poinçon pour la caméra frontale. L'annonce est attendue pour la conférence Google I/O 2020, qui devrait sûrement avoir lieu au mois de mai.

**Apple iPhone SE 2**

L'iPhone SE 2, le nouveau smartphone bon marché d'Apple, devrait finalement s'appeler iPhone 9. Il devrait reprendre le design de l'iPhone 8, avec un écran de 6,7 pouces. L'appareil serait animé par la puce A13 bionic, comme sur l'iPhone 11. Le lancement est attendu pour le premier trimestre, et l'appareil pourrait coûter moins de 400 dollars. Apple compte également lancer un iPhone 9 Plus, mais aucune information n'a fuité sur ses caractéristiques.

**Apple iPhone 12**

L'iPhone 12 d'Apple pourrait être le premier modèle à être compatible 5G, et devrait se décliner en trois versions. Peu d'informations sont encore connues, mais Apple travaillerait sur une meilleure autonomie et l'encoche sur l'écran pourrait disparaître. Le lancement est attendu pour la fin d'année 2020.

**Microsoft Surface Duo**

Après avoir abandonné la fabrication de smartphones en 2017, Microsoft refait une tentative avec son nouveau

Surface Duo, annoncé en octobre dernier. Il s'agit d'un smartphone avec deux écrans de 5,6 pouces reliés par une charnière, et qui fonctionne sous Android. Microsoft a indiqué une sortie fin 2020, pour laisser le temps aux développeurs d'optimiser leurs applications pour son double écran.

**OnePlus 8**

OnePlus sort un nouveau smartphone tous les six mois, donc le prochain modèle est attendu aux alentours du mois de mai. La firme prépare très certainement deux modèles, le OnePlus 8 et le OnePlus 8 Pro, mais il pourrait également y avoir une version Lite moins chère. Le modèle de base aurait un écran de 6,44 pouces, contre 6,4 pouces pour le modèle Lite et 6,7 pouces pour le modèle Pro. Les deux modèles les plus performants devraient être équipés du processeur Qualcomm 865, compatible avec la 5G, tandis que le Lite aurait un processeur Mediatek Dimensity 1000. Ils seront aussi dotés de la recharge rapide 30 à 50 W et un capteur photo principal de 60 mégapixels.

**Huawei P40 Pro**

Le dernier-né de chez Huawei est attendu pour le mois de mars. Il devrait avoir une encoche dans l'écran qui accueille un double module photo frontal, et un quintuple capteur photo au dos. Il pourrait être compatible 5G, grâce à son processeur Kirin 990, et il devrait embarquer une batterie au graphène.

**Attipoe Edem Kodjo**  
**Source : futura-sciences**

**Incivilités numériques****Le harcèlement en ligne s'accroît sur les réseaux sociaux**

**Dans son rapport sur les incivilités numériques, Microsoft indique qu'il y a de plus en plus de harcèlement en ligne. Le phénomène est inquiétant sur les réseaux sociaux où les abonnés sont le plus souvent confrontés à des propos haineux.**

Selon le rapport, l'indice de civilité numérique a augmenté de 4 points à 70%.

Les dommages causés par les risques en ligne ont augmenté. La douleur, l'anxiété et les conséquences réelles associées aux risques se sont accélérées en 2019 ajoute le géant américain. L'orientation sexuelle des internautes, leurs prises de position politique,

l'expression de leur foi ou de leur pratique religieuse, leur apparence physique... font objet de moquerie sur internet, notamment sur les réseaux sociaux. Ces derniers sont les premières plateformes numériques sur lesquelles Microsoft a identifié plus de contenus haineux. Les utilisateurs de Facebook sont plus touchés, viennent ensuite les abonnés de Snapchat et Twitter. Les forums de discussion sur les blogs ou

les sites internet ne sont pas du reste.

En Afrique du Sud, 83% des sondés estiment être constamment harcelés en ligne. Des citoyens d'autres pays comme le Vietnam, la Russie, la Colombie, le Pérou sont également concernés. Les femmes ressentent les incivilités numériques comme un véritable problème de société.

**Félix Tagba**



**Un utilisateur d'internet**

## Assurance maladie

# L'Inam veut étendre ses services à d'autres couches socioprofessionnelles

Parmi les différentes actions menées et les initiatives prises par le gouvernement togolais en termes de sécurité et de protection sociale, on retrouve l'assurance maladie. Dans sa phase d'évolution et de modernisation, l'Institut national d'assurance maladie (Inam) propose de nouveaux produits à ses clients, tout en s'ouvrant à d'autres couches de la société togolaise à savoir les étudiants et les journalistes.

## Un système d'information capable de gérer l'assurance maladie de tous les Togolais



Myriam Dossou-d'Almeida, directrice générale de l'Inam

La transformation digitale de l'Inam se poursuit, avec méthode et professionnalisme via le choix du progiciel Activ Premium de CEGEDIM. L'assurance maladie n'est pas un nouveau produit ni un nouveau concept mais son utilisation à grande échelle pour réduire les iniquités face aux soins dans le cadre de la protection sociale est quelque chose de nouveau dans la sous-région. Aussi a-t-il fallu que l'institution créée au Togo pour la gestion de l'assurance maladie se dote des d'outils et acquière des compétences individuelles et collectives pour atteindre les objectifs de sa mission. Les projets informatiques étant souvent très complexes, contrairement à ce qu'on a pu observer ailleurs, le Togo se lance dans l'acquisition d'un progiciel pour la gestion intégrée de l'assurance maladie, après avoir éprouvé ses processus et méthodes et surtout identifié les risques réels issus de l'environnement.

« Après le lancement du projet SAP pour gérer les processus support de l'assurance maladie et qui connaît un succès appréciable auprès des utilisateurs dans la

phase de test, c'est au tour des processus de gestion du cœur de métier d'être automatisés, pour le grand bonheur de l'ensemble de nos clients bénéficiaires et employeurs, prestataires de soins pharmaciens, et bien entendu du personnel travaillant à l'Inam. (...).

La mise en place de ce projet a suivi une démarche structurée et prudente. Nous savons par expérience que la réalisation d'un projet informatique d'envergure ne peut s'improviser et qu'il faut en appréhender sérieusement les enjeux et penser le projet informatique dans sa globalité pour le réaliser en s'inspirant des meilleures pratiques », affirme Myriam Dossou, directrice générale de l'Inam. Activ Premium offre également la possibilité d'interfaçage avec l'application d'édition de cartes et le système comptable. De plus les employeurs et prestataires de soins auront accès au système pour simplifier et automatiser les services tels que les demandes d'entente préalable et traitements de pathologies chroniques (TPC) en ligne, suivi des paiements et comptes prestataires, etc.

## Quels changements prévoit l'Inam dans le quotidien des clients ?

A cette question, la directrice générale de l'Inam répond. « Déjà nous avons changé les carnets de soins et nous mettons en place le Call center pour développer une écoute active et interactive permanente des clients. Les prochaines étapes seront la carte biométrique en lien avec le projet national et nous allons déployer ces cartes ainsi que des solutions digitalisées de contrôle. S'agissant des carnets, nous sommes dans une phase transitoire qui devra déboucher à terme sur la mise en disponibilité des feuilles de soins dans les centres de soins auprès des prestataires. Une autre étape importante du système d'assurance maladie est le cadre de conventionnement avec les prestataires de soins dont la refonte a commencé déjà et devrait permettre de résoudre les attentes en termes de qualité de soins et de conditions de prise en charge des bénéficiaires. Comme on peut le constater, les mécanismes de gestion du risque maladie dans le contexte de l'Assurance maladie universelle se mettent en place progressivement pour garantir la pérennité de l'assurance maladie du Togo. L'Inam réalise ainsi une montée en puissance dans la capacité de gestion de l'assurance maladie avec une expertise avérée et demeure un acteur majeur dans

la mise en place de l'assurance maladie au Togo ».

Prise en charge des fonctionnaires publics : les preuves dans les chiffres

L'Inam assure 109 134 cotisants permettant ainsi de soigner près de 380 000 bénéficiaires de l'assurance maladie dont 28% de retraités civils et militaires soit environ 28 500 seniors 60 684 ayant droits, ce qui ramène le bénéfice de l'assurance maladie pour cette catégorie à 89 184. Près de 65% des bénéficiaires de l'Inam se trouvent à Lomé et dans la région Maritime suivi par la région des Plateaux 15% puis celle de la Kara. Viennent ensuite la région des Savanes et la région Centrale. Une étude actuarielle récente révèle que les 28% de retraités cotisants apportent 10% des ressources et bénéficient de 40% des prestations de soins. En effet, sur les 80 184 bénéficiaires, 12 128 hommes et 7 195 femmes soit 19 323 personnes ont entre 60 et 70 ans. Seuls 3 714 hommes et 1 812 femmes (environ 6%) dépassent les 70 ans. « Cependant, nous sommes convaincus qu'avec l'assurance maladie, la majorité des seniors dépasseront 85 ans en bonne santé dans les 5 prochaines années », a expliqué Myriam Dossou.

Source : [inamtogo.com](http://inamtogo.com)

## Universités du troisième âge : prise en charge des personnes âgées

Ce concept des universités du 3ème âge initié par l'Institut national d'assurance maladie (Inam) et qui est à sa troisième édition, est une plateforme de partages d'expériences, d'informations sur le bien-être et la santé des personnes âgées. Ces personnes que la vigueur abandonne et qui subissent le poids de l'âge, font biens de fois

face aux maladies et d'autres pressions qui les empêchent de jouir de leurs vies post vie active. C'est par souci de mieux organiser cette phase de leur vie que l'Inam leur offre ces journées. L'innovation de cette année, est la tenue de la troisième édition, à Atakpamé et à Kara comme l'ont souhaité les personnes âgées de plusieurs localités du pays. Le

choix de ces deux villes est motivé par le fait que ces régions ont le plus grand nombre d'assurés

de l'Institut national d'assurance maladie après Lomé.

## L'Inam enclenche la prise en charge des étudiants des Universités de Lomé et Kara



### Prise en charge des personnes âgées

L'Institut national d'assurance maladie (Inam) a célébré, le vendredi 20 décembre 2019 à Lomé, la journée de l'assurance maladie des étudiants sur le campus universitaire de Lomé. Axée autour de la « Protection sociale, moteur de développement ». Après la troisième édition des universités du troisième âge, l'Inam a également pensé à la relève de demain en faisant vivre la journée de l'assurance maladie aux étudiants des universités publiques du Togo (Lomé et Kara). « L'assurance maladie est un domaine où la protection sociale des étudiants est très importante. C'est un sujet d'intérêt national. C'est un sujet de solidarité et il faudrait qu'avec les systèmes de recherche qu'il y a dans les universités, on puisse en parler.

C'est une question très importante et le chef de l'Etat veut que les étudiants soient rapidement couverts », a expliqué Myriam Dossou-d'Almeida. Le but de cette journée de l'assurance maladie de l'étudiant est, de créer au sein de l'Université, un cercle de réflexion au sujet de la protection sociale des étudiants. L'objectif principal étant de faire la recherche pour alimenter la réflexion sur l'avenir de la protection sociale au Togo afin de mieux adapter cet instrument aux réalités, contraintes et à la culture togolaise. Le projet s'intéresse aux étudiants des deux universités publiques du Togo, et sera très bientôt à

l'étape des choix à faire, des options à prendre pour apporter des solutions structurelles au problème qu'est la santé. Cette initiative a bénéficié de l'approbation des universités de Lomé et de Kara représentées par Kafui Kpegba, 2e vice-présidente de l'université de Lomé. « C'est une initiative qui va aider à régler un problème majeur au sein du temple du savoir.(...). Le problème était posé depuis à notre niveau par les étudiants qui veulent une assurance au même titre que les enseignants et le personnel. Donc c'est sans hésiter que nous avons pris les dispositions pour que l'Inam puisse échanger avec les étudiants, et leur proposer différentes approches de solutions », a-t-elle fait comprendre.

Innocent Makoumbou, professeur Agnon Balogou, Dr Tèko Kwaku Edem, ont développé des thématiques relatives à « La protection sociale droit ou devoir » et à la « Protection sociale en santé ». Au-delà des séances d'information et d'échange, il a été effectué des consultations foraines gratuites en ophtalmologie avec une offre gratuite de verres médicaux. Par ailleurs, il y a eu d'autres activités : le dépistage gratuit du diabète et de l'hypertension, des conseils en contraception, la distribution de préservatifs masculins et féminins, de pilules, et des tests de dépistage VIH. Un millier d'étudiants a bénéficié de ces consultations.

## Vers une prise en charge des journalistes par l'Inam ?



### Les consultations foraines gratuites pour les étudiants

Après les fonctionnaires de l'Etat, les personnes du troisième âge, les artisans et récemment les étudiants, ce sont les journalistes qui sont en passe d'être intégrés à la police d'assurance maladie de l'Inam. Une rencontre d'information et de réflexion sur l'initiative s'est tenue le 21 janvier 2020 à Lomé, entre les journalistes et les responsables de l'Inam. Elle a abouti à des plans d'action. Les journalistes togolais bénéficieront des prestations de l'Inam. Au cours de la journée de réflexion, la directrice générale de l'Inam, Mme Myriam Dossou d'Almeida, a exhorté les journalistes à parvenir à des conclusions concrètes pouvant faciliter la tâche à son institution dans le sens de leur prise en charge. L'Inam est actuellement dans une phase de vulgarisation de la culture de l'assurance. La rencontre d'échange avec les journalistes devrait permettre d'engager un processus destiné à élaborer une proposition concrète à soumettre à ces derniers et aux autorités pour lancer la prise en charge des journalistes. Les patrons de presse et les journalistes ayant pris part à la journée de réflexion ont salué la démarche de l'Inam. La plupart ont souhaité que l'institut puisse proposer un modèle de prise en charge. Un comité de pilotage devrait statuer sur la façon de procéder pour assurer les journalistes.

Pour Komigan Adogli, directeur des Délégations régionales à l'Inam, un comité de pilotage devrait être mis en place pour poursuivre la réflexion. « Nous demandons que les journalistes mettent en place une équipe qui va rejoindre notre équipe projet qui est déjà prête. Lorsque ce comité de pilotage sera prêt, nous allons essayer de discuter sur des propositions concrètes. Nous avons déjà des options à

proposer. Mais il faut qu'on ait une équipe en face pour faire avancer les discussions », a-t-il indiqué. « Je souhaite qu'à l'issue de cette journée, que vous puissiez prendre un engagement en faveur de votre prise en charge par l'Inam », a souhaité Myriam Dossou-d'Almeida, directrice générale de l'Inam. Des organisations professionnelles de la presse togolaise se sont mobilisées pour prendre part à la journée de réflexion sur l'assurance maladie des journalistes togolais, notamment le Conseil national des patrons de presse (Conapp), le Patronat de la presse togolaise (PPT), de l'Union de la presse francophone (UPF)-Togo, de l'Association togolaise des organes de presse privée en ligne (Atoppel), l'Union des journalistes indépendants du Togo (Ujit) et le Syndicat des journalistes indépendants du Togo (Synjit).

Réalisé par Attipoe Edem Kodjo

**ACHETEZ & LISEZ désormais**

**tm** togomatin

sur **MON KIOSK.com** ou sur le portail **Lome.com**

**www.monkiosk.com** **www.alome.com**

**Blagues du jour**

Quand ta copine vient chez toi et que tu regarde son journal d'appels, tu constates: 0 appel reçu, 0 appel émis, 0 appel en absence et sa messagerie est vide ... mon ami il faut abandonner la relation en même temps sinon son infidélité risque de t'envoyer au cimetière

Ma voisine commissaire a emmené sa fille de 16 ans à l'hôpital pour un test de grossesse. Moi je voyage d'abord, c'est parce que sa fille la ment trop dans le quartier.



Arrêtez de prendre des photos devant les voitures et les maisons d'autrui, les gens de vos villages vont vous tuer pour rien

**Photo du jour**



Commentez la photo ci-dessus



**Pharmacies de garde de Lomé  
Du 17 au 24 Février 2020**

ST RAPHAEL	ATIKPODJI	22 21 84 26
STE RITA	DOULASSAMÉ	22 20 90 16
ETOILES 10 AV. N. MARCHE		22 21 88 47
OCAM	RUE DE L'ENTENTE	22 21 62 05
AMESSIAME-BE	BÈ	96 32 97 60
EMMANUEL	KODJOVIKOPÉ	22 21 30 98
SOURCE DE VIE	PROTESTANT	22224571
MAIRIE	FACE MAIRIE	22 21 26 39
PATIENCE	TOKOIN GBADAGO	22 21 60 94
ISIS	AVENUE JEAN PAUL	70 44 83 87
YEM-BLA	258 AV. AKEÏ	22 26 76 51
FRATERNITE	SAINT JOSEPH	22 26 81 55
CITRUS	ATTIÉGOU	70 44 59 24
SANTA MADONNA	KÉGUÉ	70 01 03 03
MISERICORDE	BÈ-KPOTA	23 38 47 62
MAËLYS	BÈ KPOTA	22 27 60 19
BETHEL	ADIDOGOMÉ	22 25 23 70
DES ECOLES	ADIDOGOMÉ	22 51 75 75
HOSANNA	SAGBADO	22 51 50 49
DE LA VICTOIRE	AVÉDJI	70 45 74 92
DU POINT E	GAKLI	22 51 91 71
CONFIANCE	FACE GTA	22 42 43 81
LE GALIEN	D'ADIDOADIN	22 51 71 71
VOLONTAS DEÏ	AVÉDJI,	70 42 23 60
VITAFLORE	AGOÈ	70 40 22 86
ORCHIDEE	LEO 2000	22 51 30 40
AGOÈ-NYIVE	D'AGOÈ-NYIVÉ	22 25 83 38
SHALOM	AGOÈ-CACAVELI	22 51 87 60
LA MAIN DE DIEU	AGOÈ	93 40 21 21
SATIS	AGOÈ-LOGOPÉ	70 44 85 17
A DIEU LA GLOIRE		93 26 36 00
TAKOE	CAP DE ZONGO	22 34 03 42
SANGUERA	SANGUERA	70 42 80 80
GANFAT	AGOÈ DALIKO PRÈS DU	
CARREFOUR EDEM	CAMP GP	22 55 08 15
LA FLAMME D'AMOUR		70 45 70 14
LE DESTIN	BAGUIDA	70 41 15 41

**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 filaas; 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 Franciscains), 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

## A l'Institut français de Lomé



25 JANV. / 29 FÉVR. - LOMÉ

### Au pays des merveilles

Au pays des merveilles, c'est chaque dernier samedi après-midi du mois un conteur professionnel qui vient te conter de merveilleuses histoires à la médiathèque jeunesse ou dans les jardins de l'Institut français du Togo. Un moment pour rêver, danser et chanter idéal !



1 FÉVR. / 29 FÉVR. - LOMÉ

### A la manière de... Yao Bobby (atelier créatif)

« A la manière de... » est le nouveau rendez-vous artistique pour les jeunes et adolescents adhérents de la médiathèque de l'Institut français du Togo. Chaque mois, un atelier original accompagné d'un artiste, pour créer toi même une véritable œuvre d'art « à sa manière » ! En janvier et février, l'artiste plasticien Yao Bobby te propose de travailler à...



22 FÉVR. / JEUNESSE, À PARTIR DE 4 ANS | MÉDIATHÈQUE JEUNESSE | ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE - LOMÉ

### La lyre des mots

A mi chemin entre récit, chant, déclamation poétique et conte, la Lyre des mots nous amène à explorer la musicalité des lettres et des mots tressés en vers ou en prose, des proverbes ou des expressions. Attention, cette séance va prendre l'allure d'un petit concert improvisé !

## Lire

### « *Crime et châtiement* » de Fiodor Dostoïevski. Ed Beq. Pp 6-8

« ... Par une soirée extrêmement chaude du début de juillet, un jeune homme sortit de la toute petite chambre qu'il louait dans la ruelle S... et se dirigea d'un pas indécis et lent, vers le pont K... Il eut la chance de ne pas rencontrer sa propriétaire dans l'escalier. Sa mansarde se trouvait sous le toit d'une grande maison à cinq étages et ressemblait plutôt à un placard qu'à une pièce. Quant à la logeuse qui lui louait la chambre avec le

service et la pension, elle occupait un appartement à l'étage au-dessous, et le jeune homme, lorsqu'il sortait, était obligé, de passer devant la porte de sa cuisine, la plupart du temps grande ouverte sur l'escalier. À chaque fois, il en éprouvait une sensation malade de vague effroi, qui l'humiliait, et son visage se renfrognait. Il était terriblement endetté auprès de sa logeuse et il redoutait de la rencontrer. Ce n'était point qu'il fût lâche ou abattu par la vie ; au contraire, il se trouvait depuis quelque temps dans un état d'irritation et de tension perpétuelle, voisin de l'hypocondrie. Il

avait pris l'habitude de vivre si renfermé en lui-même et si isolé qu'il en était venu à redouter, non seulement la rencontre de sa logeuse, mais tout rapport avec ses semblables. La pauvreté l'écrasait. Ces derniers temps cependant, cette misère même avait cessé de le faire souffrir. Il avait renoncé à toutes ses occupations journalières, à tout travail. Au fond il se moquait de sa logeuse et de toutes les intentions qu'elle pouvait nourrir contre lui, mais s'arrêter dans l'escalier pour y entendre des sottises, sur tout ce train-train vulgaire, dont il n'avait cure, toutes ces récriminations, ces

plaintes, ces menaces, et devoir y répondre par des faux-fuyants, des excuses, mentir... Non, mieux valait se glisser comme un chat, le long de l'escalier et s'éclipser inaperçu. Ce jour-là, du reste, la crainte qu'il éprouvait à la pensée de rencontrer sa créancière l'étonna lui-même, quand il fut dans la rue. "Redouter de pareilles niaiseries, quand je projette une affaire si hardie", pensa-t-il avec un sourire étrange. Hum, oui, toutes les choses sont à la portée de l'homme, et tout lui passe sous le nez, à cause de sa poltronnerie... c'est devenu un axiome... Il serait curieux de savoir

ce que les hommes redoutent par-dessus tout. Ce qui les tire de leurs habitudes, voilà ce qui les effraie le plus... Mais je bavarde beaucoup trop, c'est pourquoi je ne fais rien, ou peut-être devrais-je dire que c'est parce que je ne fais rien que je bavarde. Ce mois-ci, j'ai pris l'habitude de monologuer, couché pendant des jours entiers dans mon coin, à songer... à des sottises. Par exemple, qu'ai-je besoin de faire cette course ? Suis-je vraiment capable de "cela" ? "Est-ce" seulement sérieux ? Pas le moins du monde, tout simplement un jeu de mon imagination, une fantaisie qui m'amuse...»

## Betterave

# Un « miracle beauté » caché

Les nombreux bienfaits de la betterave pour l'organisme ne sont certes pas non négligeables. Cependant, qu'en est-il de son utilité pour la peau ? La betterave intervient entre autres dans la lutte contre les cernes et les taches. Nous allons donc découvrir les vertus de ce légume sur la peau.

Les betteraves renferment des caroténoïdes comme la lutéine et la zéaxanthine, de puissants antioxydants. Aussi les feuilles de betterave se consomment-ils comme des épinards, cuites avec un peu de crème fraîche, une noix de beurre ou crues en salades pour les petites feuilles. Mais, notre intérêt portera beaucoup sur les vertus que possèdent les betteraves pour avoir une belle peau, ainsi que les astuces à utiliser pour profiter pleinement de ce légume indispensable pour une bonne salade.

### La betterave contre les cernes et les taches

Tout comme la betterave peut aider pour l'acné et

favoriser la radiance de la peau, elle peut aussi aider contre les taches noires, les meurtrissures et les cernes sous les yeux. Vous pouvez mélanger à parts égales du jus de betterave et du jus de tomate avant d'appliquer le mélange sur vos cernes avec du coton. Pour vous débarrasser encore plus vite de vos cernes, vous pouvez aussi boire régulièrement un verre de jus de betterave.

### La betterave pour se débarrasser de la cellulite

La betterave possède non seulement de puissantes propriétés détoxifiantes, mais elle permet aussi de se débarrasser des déchets, y compris les vieilles cellules graisseuses qui provoquent la cellulite. Mélangez du jus

de betterave avec du jus de pamplemousse, un autre tueur de cellulite, et buvez un verre de ce jus tous les jours.

### La betterave contre la peau sèche et pour une brillance naturelle

Si vous avez la peau sèche, la betterave peut aussi vous aider. Vous pouvez préparer un masque avec du jus de betterave, du lait et du miel.

Appliquez-le simplement sur votre visage. Le masque à la betterave donnera une peau très douce et bien hydratée qui ne séchera pas ! Versez une petite quantité de betterave dans votre bain une fois par jour et profitez de l'éclat que cela donnera à votre peau. La betterave pour un teint



Des betteraves

plus net et beau Pour un teint uniforme, mélangez tout simplement à parts égales du jus de betterave avec du jus de citron et appliquez le mélange sur votre visage avant de dormir. Laissez pendant 15 minutes environ, puis rincez à l'eau froide.

### La betterave pour des lèvres douces et roses

Depuis que le phénomène des lèvres roses, impossible de respirer. On rencontre plus les compositions

douteuses qui pour la plupart ont des effets néfastes pour l'organisme. Voici une astuce simple et naturelle pour avoir des lèvres roses. Utilisez du coton et tamponnez du jus de betterave pur sur vos lèvres avant de dormir. Les bienfaits de la betterave donneront à vos lèvres une couleur rose et les rendront agréablement douces !

Source : jewanda-magazine.com N.E.

## Le chou

# Pour une peau impeccable

Le chou est très bénéfique pour notre peau en raison de sa composition en antioxydants et phytochimiques. Alors le fait d'inclure le chou dans votre alimentation quotidienne pourrait vous donner une peau parfaite en seulement quelques jours. Le chou supprime les toxines qui se sont accumulées dans le sang, avec comme conséquence, une peau terne et tachetée. Vous avez donc un autre allié pour une peau d'éclat.



Du chou vert

Il existe de multiples raisons pour faire du chou son allié pour avoir une belle peau. Ils sont très peu caloriques, car riches en eau.

### Une peau impeccable

Le chou peut faire des merveilles pour votre peau car il est chargé avec des antioxydants et photochimiques qui combattent les radicaux

libres nocifs qui causent un certain nombre de troubles de la peau comme l'acné, les boutons et les points noirs. Donc si vous souffrez de boutons ou autres irritations de la peau, le chou peut être la solution. En outre, le chou est plein de vitamine C, il aide à embellir la peau et à vous donner une bonne mine. En pratique, vous pouvez soit manger des plats à

base de chou (soupes, salades, jus...) soit alors faire un cataplasme de chou. Pour réaliser votre cataplasme, il vous suffit de prendre les feuilles supérieures d'un chou, de leur enlever la côte centrale. Cela fait, aplatissez vos feuilles avec un rouleau à pâtisserie, coupez-les en lamelles et imbinez-les d'huile d'olive. Au final, vous n'avez plus qu'à poser votre

cataplasme en masque de visage pendant la nuit.

### Un soin anti-âge

La consommation régulière de chou avec d'autres légumes crucifères peut fournir des avantages anti-âges à la peau. La riche quantité de vitamine C dans ce légume maintient la peau jeune et retarde le processus de vieillissement. En outre, la vitamine A dans le jus de chou fonctionne avec la vitamine D pour rendre votre peau claire et saine. Il évite également la destruction des cellules de peau due aux rayons ultraviolets. Pour prévenir les rides, utilisez le masque de chou sur votre visage, l'antioxydant contenu dans le chou réduira la sécheresse de votre peau et prévient alors du vieillissement prématuré.

### Il améliore le teint de la peau

Le jus du chou est également excellent pour améliorer le teint. Le potassium contenu dans le chou est instrumental

dans la purification de votre corps et la peau. Les niveaux élevés de vitamine A rajeunissent vos tissus tandis que le soufre contribue à combattre les infections. La vitamine E est souvent utilisée comme ingrédient dans les produits de soins de la peau et des produits cosmétiques. Le résultat final est une peau éclatante et plus unifiée.

### Le soufre empêche l'acné

Le soufre est considéré comme le « minéral de beauté de la nature ». En raison de son effet de séchage, il joue un rôle important dans le séchage de l'acné et bloque les excès de sébum. En outre, il est nécessaire pour la synthèse de kératine, une substance protéique qui est essentielle pour les cheveux sains, les ongles et la peau. Il aide également à nettoyer votre sang et à éliminer les bactéries et les toxines de votre corps.

Source : rougeframboise.com Nadia E.



Campagne présidentielle / À Kpélé Akata

## LETSOU Honorine promet une large victoire pour le candidat Faure Gnassingbé

A quelques heures de la fin de la campagne électorale en vue du scrutin présidentiel de ce samedi 22 février 2020, chaque état-major des candidats en lice s'active davantage pour l'assaut final. Le moment est bien choisi par LETSOU Honorine, vaillante militante du parti Union pour la République (Unir) et originaire de Kpélé-Akata de donner les dernières consignes de vote dans sa localité.



LETSOU Honorine et quelques cadres de la localité

Elle était ce mardi 19 février, dans le canton d'Akata au-devant d'une immense foule venue des villages d'Akata-Avevui, Dzogbepime, Ahoblé, Kanou, Kpetassi et Sonaph.

« Je sais que vous êtes déjà prêts pour plébisciter notre candidat, notre champion Faure Essozimna Gnassingbé le samedi prochain. Mais je suis venue juste pour rappeler les projets qu'il a pour notre préfecture et principalement le canton d'Akata. Il est au courant de tout et fera tout ce dont on a besoin. Votons 100%

Faure pour lui assurer le "un coup KO" à l'issue du premier tour », a déclaré Mme LETSOU Honorine.

Porteuse du message du Chef de l'Etat axé sur la sécurité, la cohésion sociale et le vivre ensemble, Mme LETSOU n'a pas manqué de joindre l'acte à la parole en offrant des pagnes et d'autres objets aux paysans résident à Akata-Akanou.

Fort de sa détermination, cette militante de premières heures a reçu le soutien et les félicitations du responsable de campagne pour UNIR dans

la localité, Edoh AKOLI pour le travail abattu en vue d'une victoire éclatante et écrasante du candidat Faure le 22 février 2020.

« Le monde entier parlera de la victoire écrasante de notre champion. Nous ne paniquons pas, nous ne reculons pas, nous avançons et agissons seulement », a-t-elle affirmé.

LETSOU Honorine compte vivement sur les militants et sympathisants de Unir de tout le grand Kpélé et du canton d'Akata au soir du 22 Février.

La rédaction

Fin de campagne

## Faure Gnassingbé : « Nous sommes en train de tourner une page »

La campagne électorale en vue de la présidentielle du 22 février 2020 a pris fin hier. Après avoir fait le tour du territoire pour battre campagne, les candidats peuvent maintenant retenir leur souffle en attendant le verdict des urnes.

La plupart des états-majors ont terminé leurs campagnes par l'organisation de caravanes ou de grands meetings. Parmi eux le parti au pouvoir, Unir a fait le plein. Que ce soit à Lomé ou à l'intérieur du pays, ce fut encore une démonstration de force. Le président sortant Faure Gnassingbé après avoir une fois encore gagné le pari la mobilisation, a adressé un message à l'endroit de tous

fait du chemin pour organiser des élections paisibles, libres, ouvertes, transparentes. Aucun processus n'est parfait. Mais à chaque élection, nous améliorons le cadre », ajoute le candidat du parti Unir. Faure Gnassingbé voudrait que l'on respecte la souveraineté du Togo.

« Qu'on ne vienne pas par de voies détournées, créer une crise post-électorale au Togo. Ce



Faure Gnassingbé

les acteurs, la population et des partenaires du Togo.

Pour lui, « nous sommes en train de tourner une page ». « Nous avons

serait dommageable non seulement pour le Togo, mais aussi pour la sous-région », a ajouté le chef de l'Etat togolais.

Edem Dadzie

### ACHETEZ & LISEZ désormais



SUR

MONKIOSK.com

www.monkiosk.com

OU

sur le portail

Lome.com

www.alome.com

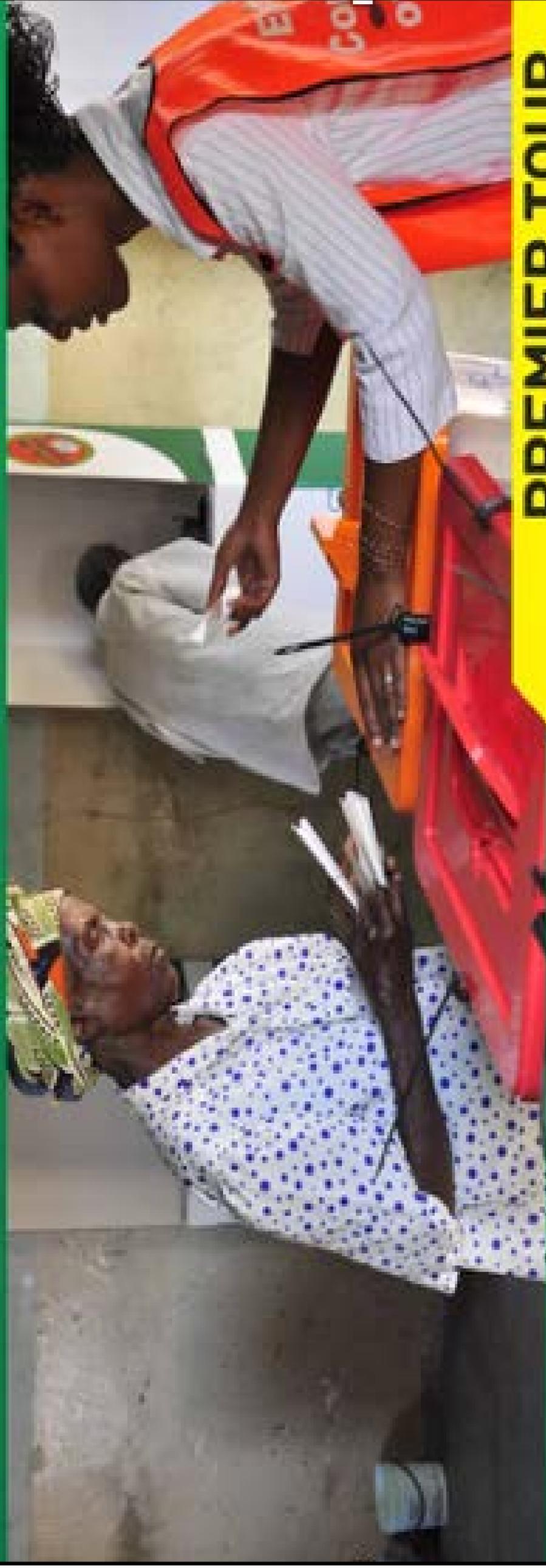
COMMISSION ÉLECTORALE NATIONALE INDÉPENDANTE



**CENI - TOGO**

**2020**

ÉLECTION PRÉSIDENTIELLE



**PREMIER TOUR  
22 FEVRIER 2020**

**“ LE VOTE,  
UN DEVOIR DE CITOYENNETÉ. ”**



#PrésidentielleTg2020 | Togolais viens, bâtissons la cité!