



## COOPERATION



**Pour la réussite du Forum Togo-Union européenne**

**Les ambassadeurs de France et d'Allemagne s'activent**

Des représentations diplomatiques européennes au Togo s'activent pour la réussite du Forum économique Togo-Union européenne. C'est dans ce sens que, l'ambassadeur de France et celui d'Allemagne sont allés à la rencontre...

PAGE 5

## SANTE



**Le tapioca**

**Un aliment aux multiples vertus pour la santé**

Le tapioca est un extrait d'amidon dérivé du manioc. Il est très répandu sur le marché togolais. Après avoir découvert sa valeur nutritive et ses bienfaits pour la santé, vous ne risquez plus de vous en passer un seul jour.

PAGE 10

Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI

**Madame YAO Akouvi, revendeuse de charbon grâce au Produit d'Accompagnement Spécial**

PAGE 2

## Portrait / Dr Kafui KPEGBA

**Un modèle de persévérance et de réussite**

Mon premier est mordu de sciences. Mon deuxième suscite respect et admiration dans le monde universitaire au Togo et ailleurs. Mon troisième a été l'unique femme parlementaire au Togo en 1994...



PAGE 7



**Mandat présidentiel réformé / suite à la plénière hier à l'hémicycle,**

**La Fumée blanche limite le mandat à 5 ans renouvelable une fois**

**► Les députés togolais donnent une victoire historique à la démocratie**

Journée historique du 8 mai 2019 au Togo ! Les députés togolais ont donné une pleine victoire à la démocratie, dans la nuit d'hier mercredi au siège du Parlement, en adoptant finalement à l'unanimité des 90 votants, un mandat présidentiel de 5 ans, renouvelable une fois. Pourtant le consensus n'était pas acquis au départ.

PAGE 3

## EDITO

**« Egbé nana » ou la femme togolaise aujourd'hui**

Il y a à peine trois jours, nous vous annonçons la diffusion, désormais, au quotidien dans « Togo Matin » des tranches de vie, des témoignages, des anecdotes...relatives aux activités des bénéficiaires des divers produits du Fonds national de la Fiance Inclusive (FNFI).

Une nouveauté appelle une autre ! Comme pour paraphraser l'autre, disons, « jamais un sans deux » ! Eh oui, après cette bonne nouvelle d'il y a 72 heures vous fixant sur le rendez-vous quotidien de ces femmes, hommes, jeunes...qui accèdent à ces crédits sans épargne préalable pour réaliser leurs rêves, nous vous proposons dès ce jour de nous rejoindre à travers les colonnes de votre quotidien, dans l'univers des femmes. En effet, via des portraits de 52 femmes remarquables de la vie politique, sociale ...

PAGE 3

## Élections locales et décentralisation

**Les enjeux liés à la gouvernance locale sont-ils assez précis pour tous ?**

Le Togo se prépare activement pour organiser les élections locales au cours de cette année. Beaucoup de pas sont en train d'être franchis sur le plan politique pour la réussite du processus...



PAGE 3



## SOMMAIRE

Bénin / Crise électorale  
L'Église tente une médiation pour un retour à la paix



P 4

Performance des réformes réalisées en 2018 au Togo  
Experts et partenaires saluent les efforts du gouvernement



P 5

Littérature togolaise  
« Selfie », un récit de Nana Técla



P 9

Le consensus  
Cet oiseau rare sur la voie menant aux réformes politiques



P 10

## Echos des Bénéficiaires des Produits FNFI

# Madame YAO Akouvi, revendeuse de charbon grâce au Produit d'Accompagnement Spécial

Dans ce nouveau numéro de votre rubrique quotidienne "Echos des bénéficiaires des Produits FNFI", il est partagé avec vous les témoignages de Madame Yao Akouvi, la quarantaine révolue, qui grâce au PAS du FNFI est devenue revendeuse de charbon à Lomé. Cette activité lui permet de pouvoir subvenir aux besoins de sa famille et ainsi gagner le pari de son devenir. Reportage...



Madame Akouvi YAO

Lomé, quartier à la monou, c'est ici dans ce quartier populaire que

madame Yao Akouvi, aujourd'hui âgée de 45 ans, a obtenu il y a deux ans avec succès tous

les 4 cycles du crédit Accès des Pauvres aux Services Financiers (APSEF) du FNFI. Ces différents crédits lui ont permis de commencer à vendre en détails, et en petite quantité, le charbon de bois. Mais au fil du temps, la vente en détails ne lui permettait plus de pouvoir renforcer ses revenus, la plupart de sa clientèle préfère acheter le sac de charbon.

« Les 4 cycles du crédit APSEF m'ont permis de démarrer mon activité. Et comme vous le savez, en matière de commerce, c'est en majorité la clientèle qui détermine le format de votre activité sur la base de leurs besoins. C'est ainsi que progressivement, la demande était relative à l'achat en gros du charbon, notamment l'achat par sacs. Ainsi donc, je devais trouver le moyen de commencer par acheter les sacs en gros si je voulais conserver ma clientèle. Alors, puisque j'avais déjà remboursé en totalité mes différents crédits APSEF, je me suis rapprochée de

PADES Microfinance, une Institution de Microfinance partenaire du FNFI pour voir dans quelles mesures je pouvais avoir accès à un autre type de crédit pour pouvoir passer à l'échelle mon activité. C'est donc tout naturellement que mon agent de crédit m'a informée que vu que j'avais été en règle, vis-à-vis de mes engagements relatifs au produit APSEF, je pouvais bénéficier du PAS d'un montant de 100.000 FCFA qui pouvait justement me permettre de passer à l'échelle mon activité. Et c'était un véritable soupir de soulagement pour moi. »

Dame Akouvi a su bien rentabiliser son crédit, car aujourd'hui, elle fait office de femme qui a réussi au prix de beaucoup d'efforts et de sacrifices.

« De détaillant,

actuellement, je vends des sacs de charbon, et je dois avouer que je parviens à dégager de bons revenus. C'est comme cela que je m'épanouis jours après jours, car non seulement j'exerce une activité génératrice de revenus, mais aussi je parviens à dégager des revenus qui me permettent de vivre. La vie est ainsi faite et chacun doit manger à la sueur de son front. Je mets toutes les chances de mon côté pour honorer mes engagements vis-à-vis du remboursement, car en perspective, je souhaite avoir un crédit plus conséquent et pouvoir diversifier mon activité. Je compte ajouter à la vente de charbon, la vente de bois. Je crois que la combinaison de ses deux activités me permettra de renforcer mon économie ».

KD



Récépissé N° 0522/31/03/15/HAAC  
Edité par DIRECT MEDIA RCCM  
N° TG\_LOM 2015 B 1045  
BP : 30117 Lomé - Togo  
Tél : (+228) 22 25 02 23 /  
90 15 39 77 / 97 87 12 42  
Facebook: togomatin  
E-mail : atogomatin@gmail.com  
Site web: www.togomatin.tg  
Tw: @togomatin1  
Mson de la Presse: Casier N° 53  
Siège  
Cacavéli: 04, Rue Satelit, 3e Mson avant Groupe Cafper

Directeur de publication :  
Motchosso Kodolalkina

Secrétaire de rédaction :  
Rachidou Zakari

Responsable web :  
Carlos Amevor

Comité de rédaction:  
Françoise Dasilva  
Alexandre Wémima  
Edem Dadzie

Edodji Nadia

Attipoe Edem Kodjo

Responsable administrative:  
Gloria Léma Yagla

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

Graphiste:  
Eros Dagoudi

Imprimerie: Direct Print

Distribution : Togo Express

Tirage : (2000 exemplaires)

## EDITO

... économique, culturelle, etc. de notre pays, vous pourrez toucher du doigt qui sont au juste les femmes togolaises ? D'où viennent-elles ? que font-elles ? Que vivent-elles ?...et naturellement, où vont-elles ? Cette dernière question nous aiguillonne particulièrement autant que nos partenaires du Programme de Consolidation de l'Etat et du Monde Associatif (Pro-céma) qui sont arrivés à ce constat qu' « au Togo, les femmes sont représentées aussi comme électrices que dans des fonctions dirigeantes, au sein des Assemblées

élues, dans l'administration publique ou encore dans le secteur privé ou le monde universitaire. Et ceci malgré leurs compétences maintes fois démontrées, en tant que leaders et acteurs du changement, et en dépit de leur droit de participer en toute égalité à la gouvernance démocratique... ».

on aura alors compris que l'un des objectifs de ce projet de réalisation et de diffusion de portraits de femmes du Togo est de promouvoir l'égalité des sexes dans l'accès aux mandats électoraux, aux fonctions électives et aux nominations au sein des institutions de l'Etat et dans les administrations publiques. d'ailleurs, le chef

de l'Etat dans son adresse aux corps diplomatiques, à l'occasion de la présentation des vœux en décembre 2012, n'a-t-il pas annoncé l'introduction du principe de la parité aux postes électifs et de responsabilité ? Volonté ensuite manifestée par la modification du Code électoral, par la loi n°20 13-008 du 22 mars 2013 en ses articles 220, alinéa 5 et 225, alinéa 3...

Pour formuler des reproches à l'encontre de la date du 8 mars, retenue comme Journée internationale de la femme, nombreux sont ceux qui infèrent que c'est une ineptie que de se préoccuper de l'égalité entre hommes et femmes un seul jour dans l'année. C'est un

combat quotidien, tout au long de l'année, qui doit être engagé afin que les femmes disposent des mêmes droits que les hommes. Ici, ces portraits, ces parcours et cursus pourront être des sources d'inspiration pour le monde féminin.

Epousant toute cette logique, il nous semblait opportun, juste et judicieux à Togo Matin de nous engager dans ce « doux combat » - dans la mesure où il consiste à célébrer outre mesure la femme - à travers le projet « Egbé Nana ».

Retrouvez donc chaque jeudi, et ce pendant une année, dans nos colonnes des portraits de femme comme pour faire place aux droits des femmes.

Dans notre pays, l'égalité progresse. Lentement mais sûrement. Une femme au perchoir de l'Assemblée nationale, une femme présidente de la CNDH, une institution de la République, une femme à la direction de cabinet du Chef de l'Etat... De nombreux efforts seront encore nécessaires. Mais toujours mieux que rien. Les exemples sus-cités donnent de l'espoir et montrent combien il est important d'évoquer le droit des femmes à l'égalité. Ne serait-ce que pour permettre, de protéger les femmes. Voici le portrait du Dr Kafui KPEGBA, à la page 7, pour ouvrir la série.

Dieudonné Korolakina

## Mandat présidentiel réformé / suite à la plénière hier à l'hémicycle, La Fumée blanche limite le mandat à 5 ans renouvelable une fois

### ► Les députés togolais donnent une victoire historique à la démocratie

**Journée historique du 8 mai 2019 au Togo ! Les députés togolais ont donné une pleine victoire à la démocratie, dans la nuit d'hier mercredi au siège du Parlement, en adoptant finalement à l'unanimité des 90 votants, un mandat présidentiel de 5 ans, renouvelable une fois. Pourtant le consensus n'était pas acquis au départ.**

D'abord l'apparition des premières divergences sur la question du septennat. Il aura fallu que le député indépendant Pacôme Adjourouvi, qui l'a proposée, décide de retirer son amendement. Retrait qui a favorisé une reprise des travaux.

L'adoption de la révision de la Constitution touche 29 articles de la loi fondamentale. Outre

le mandat présidentiel, les mandats des députés et des membres de la Cour constitutionnelle sont également limités. Tous les partis politiques ont salué une issue favorable et une journée historique qui consacre l'avancement du Togo.

Les députés avaient fait de la question des réformes une priorité de la première session

ordinaire de l'année en cours.

Avec ce vote, quelque chose a sacrément bougé dans l'histoire du Togo après les secousses telluriques provoquées par les événements d'octobre 2019, les dernières législatives ensuite et le boycottage des figures de l'opposition togolaise. On avait prédit que le « Printemps togolais » -



Yawa Tsegan, Pdte de l'Assemblée nationale

terme impropre - allait secouer tout le Togo. Ses effets ne sont pas allés au-delà de fin 2018, à vrai dire.

Nous reviendrons avec détails sur le film de ce vote hier à l'Assemblée nationale.

D.K.

## Élections locales et décentralisation

### Les enjeux liés à la gouvernance locale sont-ils assez précis pour tous ?

**Le Togo se prépare activement pour organiser les élections locales au cours de cette année. Beaucoup de pas sont en train d'être franchis sur le plan politique pour la réussite du processus. Mais en ce qui concerne la gouvernance locale, les acteurs sont-ils assez préparés pour faire face aux défis ? Quelles sont les qualités dont doivent faire montre ceux et celles qui souhaitent gérer les collectivités territoriales ?**

La décentralisation est un palliatif au déficit de l'Etat. En effet, le pouvoir central ne peut pas toujours répondre à toutes les attentes. Les citoyens à la base ne sont pas satisfaits de la gouvernance qui va du haut vers le bas. Il faut donc que les communautés s'organisent pour gérer leurs affaires et faire émerger leurs localités.

Dans plusieurs pays, la décentralisation a été expérimentée avec succès. Le Togo qui depuis plus de 30 ans se cherche sur ce terrain, a tout intérêt à franchir cette étape importante. Les plus hautes autorités dont le chef de l'Etat s'y sont engagées depuis un bon moment. Aujourd'hui, ce n'est plus qu'une question de temps.

Sur le plan technique, la Commission électorale nationale indépendante (Ceni) joue pleinement son rôle dans l'organisation de ces élections. Certaines inquiétudes soulevées par rapport à la constitution du fichier électoral trouveront sans doute des réponses idoines sans tarder. Au

moment opportun, les préfets qui sont les représentants du pouvoir central sur le terrain veilleront de leur côté à ce que les choses se déroulent dans de bonnes conditions. Il est évident que les partis politiques et les organisations de la société civile n'ont pas la même lecture du processus. C'est pourquoi chacun doit jouer le rôle qui lui revient.

Les candidats, qu'ils viennent des partis politiques ou non doivent être des personnes politico-techniques, volontaires, patriotiques, acteurs du changement, avoir de la légitimité au sein de leurs communautés, être crédible. D'ailleurs, selon la loi sur la décentralisation et les élections locales, il

faut résider dans un milieu pendant six mois pour prétendre y briguer un poste d'élu local.

Les populations à la base doivent être associées du début à la fin du processus afin que les élus locaux puissent bénéficier de leurs soutiens. Cela leur facilitera la tâche afin que leurs décisions et actions ne soient pas rejetées. Il est primordial de sensibiliser et de former les citoyens pour la réussite de ce processus. Chacun d'entre eux doit s'impliquer.

Edem Dadzie

Source : Pascal Edoh Agbové, Initiative des jeunes pour le développement (IJD)

**Bénin / Crise électorale****L'Église tente une médiation pour un retour à la paix**

**Au Bénin, au lendemain des événements du 1er et 2 mai derniers à Cadjehoun, les évêques du Bénin ont fait, vendredi 3 mai une offre de médiation au gouvernement pour le retour de la paix.**

C'est avec l'opposition que les premières discussions ont commencé et ceci dans une discrétion totale. De bonnes sources, Boni Yayi a donné mandat à un de ses proches, qui fut l'un de ses ministres importants, pour parler en son nom avec le clergé. Son entourage affirme qu'il ne sort plus de chez lui depuis quelques jours.

Déjà deux rendez-vous auraient été organisés. Rien ne filtre, on sait cependant qu'une équipe réduite de

la conférence épiscopale a travaillé sur ces premiers échanges. La suite sera, une rencontre à organiser avec l'ancien chef d'État. Elle devrait se faire seulement au retour de l'archevêque de Cotonou, en voyage en ce moment.

Du côté du pouvoir, on ignore si quelque chose a déjà été entrepris. On sait juste que Patrice Talon a reçu un homme d'Église vendredi dernier, l'audience n'était pas publique et son objet n'a pas été révélé, mais elle a eu lieu



**Echanges entre Talon et les Evêques**

le jour de la déclaration des Evêques du Bénin.

A côté de la démarche de l'Église catholique, l'église protestante et plusieurs imams de Cotonou et de Porto-Novo ont multiplié les

appels à la paix.

Le parti FCBE, les Forces cauris pour un Bénin émergent, réclame le retrait total des forces de l'ordre dans le quartier Cadjehoun de Cotonou, où réside l'ex-chef de

l'État Thomas Boni Yayi. C'est dans ce quartier qu'avaient éclaté les violences ayant provoqué des morts par balle la semaine dernière. Le FCBE exige de nouveau l'annulation du scrutin législatif du 28 avril dernier, ainsi que la mise en place d'un cadre de concertation nationale pour trouver une issue à la crise post-électorale. « Le but visé par Patrice Talon n'est rien d'autre que de confisquer le pouvoir législatif, d'imposer une autre Constitution et d'imposer un régime dictatorial de type despotique, mafieux et terroriste », a affirmé Candide Azzanaï, président du parti d'opposition Restaurer l'espoir.

**T.M. et Rfi**

**Droits de l'homme****Human Rights Watch dénonce des cas de torture au Cameroun**

**Alors que le Conseil de sécurité des Nations unies doit tenir sa première réunion informelle sur la crise anglophone au Cameroun le 13 mai prochain, l'ONG Human Rights Watch publie un rapport sur l'usage de la torture et les détentions au secret dans le cadre de la lutte contre les séparatistes.**

« Les autorités camerounaises ont torturé et détenu au secret des personnes dans un centre de détention à Yaoundé », assure d'entrée l'ONG Human Rights Watch dans son rapport publié le 6 mai, au sein duquel elle assure avoir documenté 26 cas de détention au secret et de disparitions forcées au centre de détention

du Secrétariat d'État à la défense (SED), entre janvier 2018 et janvier 2019, dont 14 cas de torture.

Parmi les pratiques que l'ONG dénonce figurent des passages à tabac et des « quasi-noyade » destinées, selon le rapport de HRW, à « obtenir des aveux de détenus suspectés d'avoir des liens avec des groupes séparatistes armés ».

Des agissements qui nécessitent l'ouverture « d'une enquête indépendante qui examinerait le rôle des agents de tous rangs au centre de détention », selon l'ONG.

HRW, qui étaye son rapport de témoignages d'anciens détenus - notamment un ex-combattant du groupe séparatiste armé Ambazonia Defense Forces (ADF),

qui dit « avoir été frappé avec des machettes, des chaînes, des bâtons et des câbles » -, explique avoir présenté ses conclusions au gouvernement, sans obtenir de réponse de la part des autorités camerounaises.

Contacté également par Jeune Afrique, le ministère de la Communication n'était pas joignable pour répondre à nos questions. Mi-avril, Ilaria Allegrozzi, chercheuse pour Human Rights Watch spécialisée sur l'Afrique

centrale, s'était par ailleurs vue refuser l'entrée sur le territoire.

Le rapport de l'ONG intervient quelques jours après les propos du ministère de la Défense, qui dénonçait le 1er mai le « silence coupable et complice de Human Rights Watch, Amnesty International et des médias internationaux » sur les exactions commises par les séparatistes en zone anglophone.

**Jeune Afrique**

**Macron et les deux ans à l'Elysée****Ce qui n'a pas marché**

**Il y a deux ans jour pour jour qu'Emmanuel Macron a été investi président de la République française, succédant dès lors à François Hollande. Mais, comme il fallait s'y attendre, l'actuel président peine à combler unanimement toutes les attentes placées en lui. A l'état actuel des choses, un certain nombre de Français commencent par s'interroger sur sa capacité à répondre aux aspirations de la République. Arrivé presque à mi-parcours de son quinquennat, une succession d'événements lui portent préjudice et laissent perplexes ses électeurs. Focus sur deux moments saillants qui ont oblitéré le pouvoir de Macron.**



**Le président français, Emmanuel Macron**

En France, la situation socio-politique est tout sauf sereine et le gouvernement de Macron est incessamment remué par la société civile

qui lui reproche une inaction couplée d'une indifférence vis-à-vis des besoins pressants de la population.

**La sempiternelle crise des**

**Gilets jaunes**

Ce mouvement social nous vient de la diffusion, notamment sur les réseaux sociaux, d'incitations à manifester contre l'augmentation de la taxe intérieure de consommation sur les produits énergétiques. Mais, à partir du 17 novembre 2018, la contestation prend une autre tournure et s'élargit au domaine politique. Ces soubresauts (dont les instigateurs exigent une baisse des impôts sur le revenu des personnes physiques de sorte à ne pas privilégier les riches, baisse des taxes de consommation, baisse des taxes de carburant, simplification des formalités, etc.) occasionneront une suite de luttes violentes, celles-ci provoquant à leur tour un nombre non négligeant de blessés et d'énormes dégâts matériels.

**L'imprévisible Alexandre Benalla**

Le président de la République Emmanuel Macron l'a reconnu, son ex-collaborateur a commis un nombre incalculable « de fautes très graves ». Tout remonte au 1er mai 2018, date à laquelle Alexandre Benalla violentait un couple

et frappait un jeune homme pour prêter visiblement main-forte aux forces de l'ordre. Une gigantesque erreur d'appréciation qui, elle aussi, en appellera d'autres. Précédemment, Alexandre Benalla et Vincent Crase (un gendarme réserviste) ont été soupçonnés d'avoir échangé pendant plus d'une heure alors que ces derniers faisaient l'objet de contrôle judiciaire. Ensuite, le désormais ex-collaborateur de Macron serait impliqué dans un contrat avec l'oligarque russe et riche homme d'affaires Iskander Makhmoudov, qui est sous menace de multiples enquêtes criminelles. Et comme cela ne suffisait pas, Benalla a été plus tard accusé des faits de violence en réunion par personne chargée d'une mission de service public, d'usurpation de fonctions, de port illégal d'insignes réservés à l'autorité publique, de complicité de détournement d'images issues d'un système de vidéo-protection ; la liste est non exhaustive. Autant d'éléments qui ont fragilisé le gouvernement de Macron qui s'est vu ensuite dans l'obligation de se débarrasser du sieur

Benalla afin de limiter les dégâts.

**La Françafrique persiste, les Africains bouillent**

Même s'il est à reconnaître que depuis son accession à la présidence, son bilan de la politique africaine n'est pas chaotique vis-à-vis de ses prédécesseurs (rapprochement avec le Rwanda par le soutien apporté à Louise Mushikiwabo pour la présidence de l'Organisation internationale de la francophonie, restitution d'œuvres d'art aux Béninois, déclassification des archives politiques burkinabé dans l'enquête sur l'assassinat de Thomas Sankara etc.), il n'en demeure pas moins vrai que les problèmes de l'Afrique occasionnés par la France n'ont bougé d'un seul iota. La question du franc CFA, les interventions manu militari non justifiées, le pillage sordide des ressources africaines etc. demeurent, entre autres, les magouilles que reprochent les Africains aux Français qui résistent dans cette autre forme de « colonisation » qui n'a que trop duré.

**Augustin Akey (Stagiaire)**

## Pour la réussite du Forum Togo-Union européenne

# Les ambassadeurs de France et d'Allemagne s'activent

Des représentations diplomatiques européennes au Togo s'activent pour la réussite du Forum économique Togo-Union européenne. C'est dans ce sens que, l'ambassadeur de France et celui d'Allemagne sont allés à la rencontre de quelques entreprises de la place, le mardi 7 mai dernier.

Les préparatifs pour la réussite du premier forum Togo-Union européenne vont bon train. Alors que la date de soumissions des dossiers des projets bancables a été repoussée au 12 mai prochain, suite aux sollicitations des acteurs du secteur privé togolais, les organisateurs s'activent pour faire de cette rencontre un succès. En prélude à ce forum, les ambassadeurs de France et d'Allemagne au Togo Marc Vizy et Christoph Sander ont rendu visite mardi 7 mai aux sociétés et projets soutenus

par l'Union européenne au Togo. Le ministre conseiller à la délégation de l'UE Bruno Hanses était également de la délégation.

Ces personnalités ont visité les grandes entreprises du pays. Elles se sont tour à tour rendues à Cimtogo, la Société des grands moulins du Togo (SGMT), à la Compagnie Energie Electrique du Togo (CEET), et à l'usine Jus Délice à Tsévié. Marc Vizy, Christoph Sander et Bruno Hanses ont également constaté l'état d'avancement du Programme de décentralisation et

de gouvernance locale (Prodegol) financé par l'Union européenne et la GIZ et du Projet de renforcement du réseau de distribution de la ville de Lomé.

« Nous mobilisons des entreprises françaises, allemandes et d'autres pays membres de l'UE pour qu'elles viennent au Togo et mesurer les capacités d'investissement du pays », a déclaré l'ambassadeur de France au Togo Marc Vizy. Le forum économique Togo-UE se tiendra à Lomé du 13



Photo de famille à l'issue de l'étape de Tsévié

au 14 juin. La rencontre va réunir des investisseurs des 28 pays de l'Union européenne et permettra de renforcer

les relations économiques entre le Togo et l'UE. 400 participants y sont attendus.

La rédaction

## Agropole de Kara

# Déjà 38 milliards CFA mobilisés

Dans une interview accordée au site [www.togofirst.com](http://www.togofirst.com), le président du Conseil d'administration et directeur général par intérim de l'Aprodat a indiqué que le Togo a mobilisé 38 milliards CFA. Ce financement a été mobilisé dans le cadre du projet d'agropole de Kara.



La table d'honneur à l'ouverture de l'atelier

Selon Essowè Batana, président du Conseil d'administration et directeur général par intérim de l'Agence de promotion et de développement des agropoles au Togo (Aprodat), les chaînes de valeurs sont en voie de structuration.

Plusieurs partenaires participent à la réalisation de ce projet. L'agropole de Kara a bénéficié d'un financement de la Banque africaine de développement (Bad) et de la Banque ouest africaine de développement (Boad) qui apportent respectivement un financement de 16 milliards et de 10 milliards CFA. La fondation Saemaul quant à elle, contribue à hauteur de 2 milliards 700 millions. Cette fondation intervient sur deux principaux volets à savoir : le renforcement des capacités des populations et les micro-projets. L'apport de l'Etat pour la mise en œuvre du projet s'élève à 6 milliards. Le pays mobilise d'autres financements pour la réalisation de cette initiative.

L'agropole de Kara vise à développer des chaînes de valeur agricole et à réduire la pauvreté des populations. Le projet est à sa phase pilote. Cette phase permettra de mieux examiner les contours du projet afin de le développer dans les autres régions du pays.

Le Projet de transformation agro-alimentaire du Togo répond à l'axe 2 du Plan national de développement (PND 2018-2022) qui vise à développer des pôles de transformation agricole, manufacturiers et d'industries extractives. Les autorités veulent faire de l'agriculture un socle de l'émergence du pays.

F.T.

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

## Performance des réformes réalisées en 2018 au Togo

# Experts et partenaires saluent les efforts du gouvernement

Ouverts mardi 7 mai à Lomé par le ministre de l'Economie et des Finances Sani Yaya, les travaux de la revue nationale de la performance des réformes se poursuivent jusqu'au vendredi 10 mai. A l'issue de cette rencontre, la matrice unifiée 2019-2021 des réformes, des plans de travail et des budgets seront validés.

Le Togo s'est inscrit dans une démarche de modernisation de son administration publique. D'où la nécessité de mener ces réformes. « La mise en œuvre des réformes permettra à coup sûr d'améliorer l'efficacité et la productivité de l'administration publique et des autres secteurs de l'économie », a déclaré le ministre Sani Yaya.

Cette revue va permettre aux acteurs de voir les forces et les faiblesses dans la mise en œuvre des réformes durant l'année écoulée, de tirer des leçons afin de mieux planifier celles des années à venir. Le pays veut stabiliser le cadre macroéconomique à travers la poursuite de l'assainissement des finances publiques. Le taux de réalisation des réformes s'est améliorée passant de 83% en 2017 à 90,7% en 2018, selon le chef de division du secrétariat permanent du ministère de l'Economie et des Finances Dedji Affoh à l'atelier sur la revue annuelle des performances du plan d'action de la réforme de gestion des finances publiques début avril. Les réformes des finances



L'agropole de Kara va permettre de sortir les populations de la pauvreté

publiques entreprises sont en lien avec les marchés publics, l'amélioration du contrôle dans les administrations, l'exécution budgétaire, la gestion de la trésorerie et de la dette publique et le budget programme axé sur les résultats.

Le processus de mise en œuvre des réformes entrepris par le Togo est salué par les partenaires du pays à l'instar de la Banque mondiale. « Avec les résultats excellents réalisés au cours de ces dernières années, nous espérons que la dynamique des réformes enclenchée sera maintenue et même amplifiée dans les années à venir », a indiqué la représentante résidente

de la Banque mondiale au Togo, Hawa Cissé Wagué.

La poursuite de l'assainissement des finances publiques, la stabilité macroéconomique et les réformes structurelles sont inscrites dans la déclaration de politique générale du gouvernement. Le pays s'est également engagé à améliorer le climat des affaires et la gouvernance économique pour ainsi occuper une bonne place dans le rapport Doing Business. La stratégie budgétaire du pays vise à poursuivre l'assainissement des finances publiques sur la période 2019-2021 pour favoriser une croissance économique.

Félix Tagba

# RIDUTO®

RIZ DU TOGO

1kg,

5 kg,

25 kg,

50 kg



*Le choix de la qualité et du bon goût*

05 BP 328 Lomé - Togo / Tél +228 99 03 74 63 - Email : [info.riztogo@gmail.com](mailto:info.riztogo@gmail.com)

RIZ DU TOGO RIDUTO RIZI sont des marques déposées

**Dr Kafui KPEGBA**

## Un modèle de persévérance et de réussite

*Mon premier est mordu de sciences. Mon deuxième suscite respect et admiration dans le monde universitaire au Togo et ailleurs. Mon troisième a été l'unique femme parlementaire au Togo en 1994. Mon tout aime sortir des sentiers battus, provoquer le changement et l'accompagner. Qui suis-je ?*



**Dr Kafui KPEGBA**

Licence en sciences physiques, Doctorat en chimie Organique Unique, Enseignante-Chercheuse dans les Universités de Lomé et de Kara, Chercheuse associée au Laboratoire de Chimie bio-organique de l'Institut de Technologie de Floride aux USA, Parlementaire, la liste est longue. Zoom sur Kafui KPEGBA, deuxième vice-présidente de l'Université de Lomé, une femme au parcours très impressionnant.

### La force d'un destin

Fille de chef traditionnel de Danyi, dans la région des Plateaux, Jeannette Kafui KPEGBA est issue d'une famille polygame et très traditionaliste, où tous les privilèges étaient réservés aux garçons. Elle découvre alors le plafond de verre qui pèse sur les filles de son milieu. Sa rencontre avec le féminisme se fait donc très tôt, à cause des mentalités sexistes de son entourage. Rien ne prédestinait la fillette à de grandes études, mais sa détermination précoce à prouver aux siens qu'être une fille n'est pas une fatalité, a été capitale pour sa brillante réussite. « J'étais déjà assez brillante à l'école primaire et je voulais faire de grandes études,

mais ce n'était pas la conception des gens du milieu où je vivais. J'étais discriminée par rapport à mes frères. Tous les garçons étaient privilégiés par rapport aux filles. J'étais révoltée et je voulais prouver à mes parents, surtout à mon père qu'une fille pouvait faire de grandes choses. », confie-t-elle.

C'est un double défi qu'elle relèvera en choisissant un domaine dans lequel les femmes sont minoritaires : Les Sciences. Armée de résolution et de détermination Kafui fera un cursus scolaire et universitaire sans fautes. Après une Licence es-Sciences Physiques à l'Université du Bénin (actuelle Université de Lomé, Togo), elle obtint une Maîtrise en France puis un Doctorat aux Etats-Unis. Fervente croyante, Kafui pense sans modestie feinte que sa réussite est une grâce divine et une force du destin. En plus de sa carrière lustrée, l'Organicienne a à son actif un riche parcours politique et est socialement engagée.

### Parcours politique et engagement social

Le sexisme dont elle a été victime dès sa plus tendre

enfance, laissera des traces indélébiles sur la vie de Mme KPEGBA et forgera sans doute son caractère. Dès la classe de 5<sup>e</sup>, elle intègre les équipes de basket-ball et de hand-ball de son collège, voulant s'égaliser aux hommes. Cette passion pour ces deux disciplines, la fera intégrer des équipes de l'université du Bénin et par ricochet, elle devient membre de l'Association des étudiants togolais de l'université du Bénin (AETB). « J'adorais le sport ! J'étais capitaine de l'équipe de handball de l'université du Bénin (...) Je jouais en même temps pour l'équipe d'Agaza et l'équipe nationale. Tout cela m'a amené à prendre conscience des réalités de la vie de la population togolaise », raconte-t-elle passionnément.

Cette prise de conscience des réalités de ses concitoyens fera naître en cette femme de conviction, une fibre patriotique, un désir d'engagement politique. En 1989, elle rentre au bercail après ses études en France. Son retour coïncide avec l'avènement de la démocratie et du multipartisme. Ne voulant pas être en marge de l'histoire, elle opte pour la politique et adhère à l'UTD (Union Togolaise pour la Démocratie). Très dynamique et engagée à défendre les valeurs de son parti à travers le pays, elle s'attire l'affection de sa communauté. En 1994, après la conférence nationale souveraine, elle fait son entrée à l'hémicycle représentant sa communauté d'origine, dans un climat politique « tendu et infernal ».

Unique femme élue à l'Assemblée nationale, elle était associée à beaucoup de décisions et faisait partie de nombreuses commissions parlementaires. Le climat au sein de l'Assemblée à l'époque était très délétère. Ses tentatives de conciliation des partis représentés au parlement lui ont valu des animosités. « C'est une période inoubliable aussi bien positivement que négativement dans la vie de la femme engagée que je suis. Il faut dire que je n'étais pas préparée pour cela. Me retrouver seule avait beaucoup compliqué la tâche pour moi et davantage

du fait que je venais d'un parti politique de l'opposition qui est minoritaire à l'Assemblée », confie-t-elle.

Cependant ces épreuves n'éloigneront pas la femme de conviction de ses objectifs au sein de l'hémicycle. Elle sera au service de son électorat avec des projets sociaux en faveur de l'autonomisation des femmes, notamment un projet de soutien aux femmes riziculteurs.

Avec du recul, Mme Kpegba pense que le monde politique ne sied pas à la nature de la femme. « Le monde politique ne fait pas de cadeau. La femme de par sa nature, n'aime pas l'agressivité. Dieu nous a fait femme pour concilier et apaiser et non pour affronter. Surtout dans nos pays pauvres où les gens pensent qu'on ne peut se réaliser que par la politique. Ce sont des coups bas, des contre-vérités qui meublent ce milieu. C'est pareil dans le monde entier, mais en Afrique c'est extraordinaire », analyse-t-elle.

Pour se changer les idées après son mandat parlementaire, elle part aux Etats-Unis pour rendre visite à son fils inscrit à Florida Institute of Technology. Au vu des « Possibilités et potentialités » qu'offre cette université, elle décide de solliciter d'un laboratoire la poursuite de ses études dans le domaine de la recherche. A l'issue de ses recherches, cette femme infatigable et ambitieuse « mais pas forcément carriériste », devient Maître de conférences.

A cette date, Enseignante-Chercheuse dans les Universités de Lomé et de Kara (Togo), Dr Kpegba est également Chercheuse Associée au Laboratoire dudit Institut 2006. Son engagement social aux côtés des élites féminines a contribué à faire d'elle, une Enseignante-chercheur Associée à la Chaire UNESCO « Femme, Science et Gestion Raisonnée de l'Eau en Afrique de l'Ouest ».

Actuellement, le leitmotiv de Dr Kafui Kpegba est de rester entièrement au service de l'université.

A qui veut un résumé de sa personnalité, elle répond « Le travail, la foi en Dieu et l'amour du prochain ».

**Edem PEDANOU**

## Pharmacies de garde de Lomé du 06 au 13 / 5 / 2019

BON PASTEUR	Av. Libération	22 21 13 67
Ste RITA	Doulassamé	22 20 90 16
N-D de MEDJ	Face Byblos	22 35 20 02
CHATEAU D'EAU	BE	22 21 57 51
BIOVA	Bd. Houphet Boigny	22 34 50 93
HORIZON	Nyékouakpoè	22 20 42 42
GBOSSIME	Gbossimé	22 22 50 50
HÔPITAL	CHU-Tokoin	22 20 08 08
ISIS NUKAFU	Gapkpoto	70 44 83 87
PAIX	Résidence du Benin	22 26 40 91
BAH	Hedzranawé	22 26 03 20
St PIERRE	Hedzranawe	22 26 19 73
SANTA MADONNA	Kégué	70 01 03 03
MAWULE	Bè-Kpota	70 45 91 86
MAËLYS	Bè Kpota	22 27 60 19
ELI-BERECA	Adidogomé	99 91 13 42
LA REFERENCE	bar Madiba	22 51 12 12
BONTE	SEGBE	93 95 80 78
BETANIA	Totsi-Glenkomé	96 80 10 11
MILLENAIRE	Agoenyiv	22 51 64 31
MATHILDA	Lomégan - ODEF	22 51 15 34
EL SHADAI	Face ESTAO	22 51 44 25
NABINE	Agoè Anomé	93 36 26 26
VOLONTAS DEÏ	Avédji	70 42 23 60
VITAFLORE	Agoè Vakposito	70 40 22 86
LA GRÂCE	SUN AGIP Agoè	22 25 91 65
ESPACE VIE	Agoè Logopé,	99 85 89 07
VITAS	Agoè Assiyéyé	22 25 63 43
MAWUNYO	Agoè-Sogbossito	70 42 34 64
TAKOE	CAP ESSO de Zongo	22 34 03 42
VERSEAU	Baguida	22 27 34 53
HYGEA	Baguida	99 27 36 36

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

### OPERATEURS TELEPHONIQUES

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

### SANTE GENERALISTES

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

### OU MANGER ET DORMIR A LOME?

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

### MUSCULATION ET MASSAGE

Le NAUTILUS-FITNESS: HOTEL RESIDENCE « LES ANGES» Tél : 22 26 34 71 / 90 17 03 30  
 AFT (Africa Fitness Time) Qt: Décon. Tél: 97 99 79 19  
 BODYBUILDING-CLUB (Rue des hydrocarbures) ; Tél: 90 24 10 72  
 GYM CENTER (Qtier Nyékouakpoè, 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 79 19  
 COURS DE CAPOEIRA ; Salle GYM TONIC. Tél : 90 79 79 90  
 COURS DE ZUMBA : HOTEL RESIDENCE «LES ANGES»; Qtier : Foréver ; Tél : 90 17 03 30  
 COURS DE ZOOMBA (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

## Blague du jour: Alcool / Expérience

Le petit Sylvain vient de se faire prendre par son papa en train de boire de l'alcool en cachette.

Le papa a décidé de lui faire une leçon de morale.

Le papa entraîne Sylvain dans le jardin.

Il emmène un verre de whisky et un verre d'eau.

Il prend un verre de terre et le laisse tomber dans l'alcool.

Puis il prend un autre verre et le laisse tomber dans l'eau.

Le lombric dans l'eau reste vivant alors que celui du whisky se tord sur lui-même quelques instants et meurt.

A la fin de l'expérience, le papa demande :

- Alors Sylvain, quelle leçon



tires-tu de ce que je viens de te montrer?

Et Sylvain lui répond fort justement :

- Heu, ça montre que quand on boit de l'alcool, on ne risque pas d'avoir des vers...

## Jeux

# 6 8 4

1) Combien de chiffres voyez-vous?

2) Détaillez-les

3) Donnez la somme des chiffres que vous avez trouvés

## Photo du jour

### Attention au foulard sur la moto !





## Musée

# De l'invention à l'émergence

**Le musée est un lieu dans lequel sont collectés, conservés et exposés des objets. Le musée répond à un souci d'enseignement et d'une culture, et constitue un patrimoine pour un pays. L'invention du musée remonte à l'an 280 avant Jésus-Christ. Il n'a connu de véritable renaissance qu'à la moitié du XVe siècle en Italie.**



A l'entrée du musée national

Étymologiquement, le terme « musée » vient du grec mouseïon, temple et lieu consacré aux muses, divinités des arts. « Mouseïon » désigne en effet le premier « musée » construit à Alexandrie vers 280 av. J.-C. par Ptolémée Ier Sôter, fondateur de la dynastie grecque des Lagides en Egypte : Mouseïon d'Alexandrie. C'était dans le temps, un ensemble faisant office à la fois de sanctuaire et de foyer de recherches intellectuelles.

### Émergence du musée

Les princes italiens sont les premiers, à la seconde moitié du XVe siècle, à la période de la renaissance, à envisager l'idée d'une collection de tableaux et de sculptures, rassemblés, offerts aux regards des voyageurs et des artistes à l'intérieur des cours et des jardins, puis dans les galeries. Ils associent les notions d'œuvres d'art, de collection et de public (très restreint au départ car il ne concerne que des invités des princes, soit bien

souvent d'autres princes), préfigurant ainsi le concept de « musée des arts ». Par ailleurs le mot « musée » conserve (sous sa forme latine, museum) l'idée des lieux habités par les muses. A la fin du XVIIIe siècle, le mot « muséum » est délaissé en faveur de celui de « musée ». Le musée et la collection publique, tels que nous les connaissons aujourd'hui, sont une invention du XVIIIe siècle. Notamment à partir du XVIIIe siècle et surtout du début XIXe siècle, les ouvertures des collections privées se multiplient partout en Europe. A Rome, où les musées du Capitole sont ouverts au grand public, à Londres avec British Museum ouvert en 1759, à Florence avec la galerie des offices en 1756, etc. Les musées commencent par se moderniser qu'au début du XXe siècle.

Selon le conseil international des musées, un musée est une institution permanente sans but lucratif au service de la société et de son développement. C'est une institution ouverte au public, qui acquiert, conserve, étudie, expose et transmet le patrimoine matériel et immatériel de l'humanité et de son environnement à des fins



A l'intérieur d'un musée en Europe

d'études, d'éducation et de délectation.

Ainsi, écrans d'art et de savoir, outils de connaissance et de conscience, les musées sont des gardiens de mémoires, des remparts contre l'oubli, l'ignorance, l'infondé. Justement, les musées sont souvent spécialisés, il en existe neuf grandes catégories. Il s'agit des musées d'archéologie, des musées d'art, des musées des beaux-arts, les musées des arts décoratifs, des musées d'histoire, les musées de sciences, des musées d'histoire naturelle, les musées des techniques et des musées d'ethnologie.

### A quoi sert une visite au musée ?

Les raisons pour lesquelles il faut visiter un musée sont multiples. Visiter un

musée est d'abord une ouverture sur le monde. Le musée permet de découvrir différentes civilisations et différentes mœurs, cela nous donne une vue différente de la nôtre. La visite du musée nous mène vers une réflexion, parce que des milliers de pensées peuplent les musées. C'est également un moment de divertissement. La visite est pareille à un spectacle comme peut l'être un film, un livre entre autres.

Au Togo, le musée national et le musée international du Golfe du Guinée sont les deux principaux musées de la capitale. Toutefois, à l'intérieur du pays, nous disposons des musées à l'instar du musée régional des savanes à Dapaong et du musée régional du centre à Sokodé.

**Nadia Edodji**

## Littérature togolaise

# « Selfie », un récit de Nana Técla

**En 2017, la jeune togolaise Nana Técla a inscrit son nom dans la littérature togolaise grâce à son ouvrage « Selfie ». Cette œuvre littéraire de Nana est un récit simple et linéaire. « Selfie » est une narration à trois temps (présent, imparfait, passé simple), on y lit l'envie de l'auteure de raconter et de transcrire fidèlement des souvenirs.**

Nana Técla relate dans son œuvre « Selfie », la vie de lycée, un monde qui semble assez nouveau pour chaque lycéenne ou lycéen. Dans « Selfie », quatre jeunes adolescentes, belles et naïves viennent d'avoir leur BEPC. Alice, Kékéli, Agnès et Béa découvrent les réalités du lycée, un nouveau monde où les bâtiments, les filières, les cours, les enseignants sont autant d'objets de curiosité, de fascination, de raillerie, de découverte...

A la lecture de « Selfie » on découvre des jeunes lycéennes liguées en bande

solide, studieuses mais également moqueuses. Nana nous fait découvrir toutes les astuces des lycéens pour fatiguer les enseignants. Aux heures libres, la classe devient bavarde, quand la classe ne préparait pas un coup foireux à un enseignant, c'est pour donner un surnom piquant à ce dernier.

Béa avec ses copines prennent le soin de décortiquer une lettre qu'un pauvre garçon du lycée osait envoyer à l'une d'elle. Dans le récit, l'auteure a précisé le critère de notation des lettres chez les filles en ces termes : «

Il faut d'abord que je vous précise certaines choses concernant le critère de notation des lettres chez les filles : enveloppe : 5 points, papier : 5 points, écriture : 5 points, français : grammaire et conjugaison : 5 points, bonus : ? présentation : 3 points et le choix des termes : 2 points ». Et la moindre infraction à la langue de Molière dans une lettre, fait objet de railleries et de pires moqueries entre ces quatre copines de « Selfie ».

Paru aux éditions « Awoudy » en 2017, à Lomé, « Selfie » de Nana Técla est constitué de 82 pages. De nationalité



La couverture de Selfie

togolaise, Nana Técla est titulaire d'un Master en communication. « Selfie »

est son premier récit publié.

**La rédaction**

## Le tapioca

# Un aliment aux multiples vertus pour la santé

**Le tapioca est un extrait d'amidon dérivé du manioc. Il est très répandu sur le marché togolais. Après avoir découvert sa valeur nutritive et ses bienfaits pour la santé, vous ne risquez plus de vous en passer un seul jour.**



**Le tapioca**

Le tapioca est apprécié dans le monde entier et compte comme un élément essentiel de certains régimes culturels grâce à sa composition unique en glucides, vitamines, minéraux et éléments organiques. Il a un très faible niveau de gras saturés, de cholestérol et de sodium. C'est aussi une riche source de fibres alimentaires, de bon cholestérol et de protéines.

Le tapioca contient des composants de la vitamine B-complexe, y compris l'acide pantothénique, l'acide folique et B6 ainsi que le fer, le manganèse, le calcium, et le cuivre. Il regorge aussi bien d'hydrates de carbone et une tasse contient près de 45% de votre apport quotidien nécessaire en glucides. Ses avantages pour la santé sont nombreux.

### Prise de poids saine

Bien que la majorité des gens veulent toujours rester mince et en forme, il y a aussi beaucoup de personnes qui cherchent des options pour prendre sainement du poids. L'insuffisance pondérale peut-être tout aussi dangereuse que d'être obèse et le tapioca offre un moyen rapide et facile pour y remédier sans risques. Son contenu riche en glucides signifie que vous pouvez ajouter du volume et des calories à votre alimentation sans le mauvais cholestérol

et les graisses saturées pouvant provoquer des problèmes de santé.

La majorité de ces hydrates de carbone est sous forme de saccharose, tandis qu'un nombre légèrement inférieur provient d'amylose de sucre complexe. Cela permet au tapioca d'être un choix idéal pour beaucoup de gens qui ont besoin de prendre du poids, en particulier après une maladie, une blessure, une chirurgie ou un trouble de l'alimentation.

### Favorise la circulation sanguine

L'un des plus précieux apports minéraux du tapioca est le fer, essentiel pour le fonctionnement normal du corps humain. Son rôle le plus significatif est sans doute la création de nouveaux globules rouges. Avec le cuivre que contient également le tapioca, le fer augmente la quantité de globules rouges dans le corps, empêchant ainsi l'anémie et les affections associées. Avec plusieurs globules rouges produites par le corps, les membres et les systèmes d'organe périphériques, sont garanties d'avoir une bonne circulation et d'oxygène pour maintenir ces cellules saines pour un fonctionnement optimal. La reproduction cellulaire et la régulation sont améliorées, ce qui signifie que la guérison des plaies et les niveaux d'énergie sont également

augmentés.

### Malformations congénitales

Le tapioca contient une quantité importante de vitamines complexes B, dont l'acide folique qui sont directement liés à la réduction des risques de malformations du tube neural chez les nouveaux nés.

### Santé digestive

Les fibres que contient le tapioca luttent contre les problèmes digestifs. Les fibres gonflent les selles, leur permettant de se déplacer dans le tube digestif. La constipation, les ballonnements, les douleurs intestinales et les problèmes encore plus graves comme le cancer colorectal sont éloignés. Les fibres aident à booster la santé cardiovasculaire en grattant les excès de cholestérol sur les parois des artères et des vaisseaux sanguins. Cela aide à éliminer l'athérosclérose et les problèmes associés comme les crises cardiaques et accidents vasculaires cérébraux.

### Activité métabolique

Les fonctions physiques, développement musculaire, croissance, guérison et diverses autres activités essentielles peuvent être poursuivies normalement lorsque le tapioca est régulièrement ajouté à votre alimentation.

### Santé osseuse

Le tapioca est une riche source de vitamine K, de calcium et de fer qui jouent tous un rôle important dans la protection et le développement des os. La densité minérale des os diminue lorsque

nous vieillissons, provoquant ainsi des problèmes comme l'ostéoporose, l'arthrose, une faiblesse et un manque de souplesse. Si le tapioca est consommé régulièrement, les os peuvent être protégés, se développer et soutenir le corps pendant la vieillesse.

### Santé neurologique

La vitamine K protège aussi la santé mentale. Il a été prouvé qu'elle peut réduire les risques de développer la maladie d'Alzheimer en stimulant l'activité neuronale dans le cerveau. L'Alzheimer se produit souvent en raison d'un manque d'activité ou de stagnation mentale. La vitamine K garde les voies neuronales actives et engagées, libère les radicaux libres qui peuvent causer une dégradation des tissus cérébraux.

### Tension artérielle

Le tapioca contient aussi du potassium. C'est un autre minéral essentiel dont le corps humain a besoin. Il s'agit d'un vasodilatateur, ce qui signifie qu'il diminue les tensions et le stress des artères et des vaisseaux sanguins. Cela peut augmenter le flux sanguin vers les parties du corps et réduire la pression exercée sur le système cardiovasculaire. Cela signifie une diminution de l'athérosclérose et une plus petite chance que des caillots de sang soient coincés causant des événements mortels comme l'infarctus du myocarde ou les accidents vasculaires cérébraux (AVC). Le potassium est en outre essentiel pour l'équilibre des fluides dans le corps.

Lorsqu'il est en équilibre avec le sodium, tous les échanges de fluides dans le corps peuvent être réguliers, stimulant davantage l'énergie et l'efficacité métabolique.

### Niveaux d'énergie

Les glucides sont la source de notre énergie, car les sucres simples comme le saccharose sont décomposés en énergie utilisable. Le tapioca contient une grande quantité de glucides et dénué de mauvais cholestérol et de gras saturés. Sa consommation augmente donc les niveaux d'énergie. Vous ne ressentirez pas la faim aussi souvent. Vous vous sentirez généralement mieux et plus énergique toute la journée.

### Quelques mises en garde

Malgré les nombreux avantages du tapioca sous diverses formes, il est important de se rappeler que le manioc peut-être très toxique si ce n'est pas bien préparé, traité ou bien cuit. Le manioc produit du cyanure, un élément très toxique pour les humains. Par conséquent, si le tapioca que vous achetez au marché est sain à consommer, n'essayez pas de traiter ou manger le tapioca cultivé ou trouvé dans la nature. Sauf si vous êtes invités par quelqu'un qui s'y connaît très bien et avec un mode de traitement sain. De plus, le tapioca ayant une très forte teneur en glucides et en calories, si vous essayez de perdre du poids, il n'est peut-être pas le meilleur aliment à ajouter à votre alimentation.

**Edem Dadzie**

**Source: Meenakshi Nagdeve, nutritionniste**



## Seconde guerre mondiale

# Soixante-quatorze ans après, l'on s'en souvient encore

Quelques années après ce que l'on a qualifié de « grande guerre », la toute première à avoir embrasé le monde entier, l'on a basculé dans une seconde, encore plus meurtrière. Les victimes se comptent par millions : on estime les pertes en vies humaines à 60 millions. 74 ans après, les souvenirs demeurent vivants.

Alors que des mesures étaient prises dès la sortie de la terrible confrontation de 1914-1918, des gouvernements belliqueux à l'exemple du régime nazi d'Hitler en Allemagne, de Mussolini en Italie et leur allié japonais s'en foutaient royalement. Cela transparaisait dans leur façon de se comporter envers les autres nations de la communauté internationale d'alors.

On se rappelle encore de comment Hitler a foulé au pied le traité de Versailles qu'il considérait comme une manière pour le reste du monde de bafouer l'honneur et la grandeur de l'Allemagne. Il ne

tardera donc pas à élaborer son plan de riposte. Les autres puissances qui n'y ont vu que du feu ont assisté impuissantes à la naissance de la seconde guerre mondiale dans laquelle elles ont toutes été embarquées.

La Société des Nations (SDN) l'ancêtre de l'Organisation des Nations unies (ONU) a échoué lamentablement. Ayant pour objectif de maintenir la paix dans le monde et surtout d'empêcher un autre conflit mondial, elle n'aura été qu'une illusion. A l'épreuve des agissements d'un régime comme celui d'Hitler, elle ne tiendra pas longtemps.

Elle vole en éclat alors que la deuxième guerre mondiale était devenue inéluctable. Le régime nazi s'attaque à ses voisins dont l'Autriche, la Pologne, la France etc... cela n'aura pour effet que d'obliger les autres puissances dont les Etats-Unis, la Grande Bretagne et l'ex-union soviétique à entrer en guerre.

Même les colonies britannique et française d'Afrique ne seront pas du reste. A ce jour où on parle de souvenir, il est clair que ces martyrs du continent noir doivent recevoir l'hommage qui leur revient de droit. La commémoration de l'événement n'est pas très en vogue, sauf dans un pays comme



Défilé triomphal de militaires français après la victoire

la France qui fut un épicentre de la guerre. Grâce à de vaillants combattants comme le général de Gaulle, le pays d'Emmanuel Macron a été libéré de l'occupation allemande. On se souvient du retentissant débarquement de Normandie, mais aussi celui de la Provence. Hier matin donc le président de la

République française a présidé la cérémonie commémorative de la victoire du 8 mai 1945, marquant la capitulation de l'Allemagne nazie et la fin de la seconde guerre mondiale. Emmanuel Macron s'est à cette occasion rendu à l'Arc de triomphe où il a pu échanger avec des anciens résistants encore en vie.

**E. Dadzie**

## ACHETEZ & LISEZ désormais



sur

**MONKIOSK.com**

ou

sur le portail

**alome.com**

[www.monkiosk.com](http://www.monkiosk.com)

[www.alome.com](http://www.alome.com)

# CORIS EPARGNE KID

**+ 4,5% D'INTÉRÊT  
2,5% DE BONUS SUR INTÉRÊT  
2 FOIS L'AN\***

DÉPÔT MINIMUM  
**5 000** FCFA

**OFFERT**  
JUSQU'AU  
30 AVRIL 2019



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

