



Hebdomadaire Togolais d'informations générales, d'analyse et de publicité

"Si je devais choisir entre un gouvernement sans journaux ou des journaux sans gouvernement, je retiendrais sans hésiter la seconde solution" Thomas Jefferson, ancien Président Américain

DISCOURS DE L'ETAT DE LA NATION:



Quand Faure Gnassingbé viole allègrement les dispositions de la Constitution de la cinquième République imposée

*** Intégralité du discours**

Pp.3,4&6



Alerte! une fausse vente aux enchères de motos attribuée à l'OTR

P.2



Ayayi Togoata Apédo-Amah

Panafricanisme business et panafricanisme mercenaires

P.5

FOIRE INTERNATIONALE DE LOME 2025:



Le CETEF dans l'eau

P.7

19E EDITION DU CONCOURS MESSAGE DE NOËL:

Le lycée de kpodji a abrité la finale de la région des plateaux

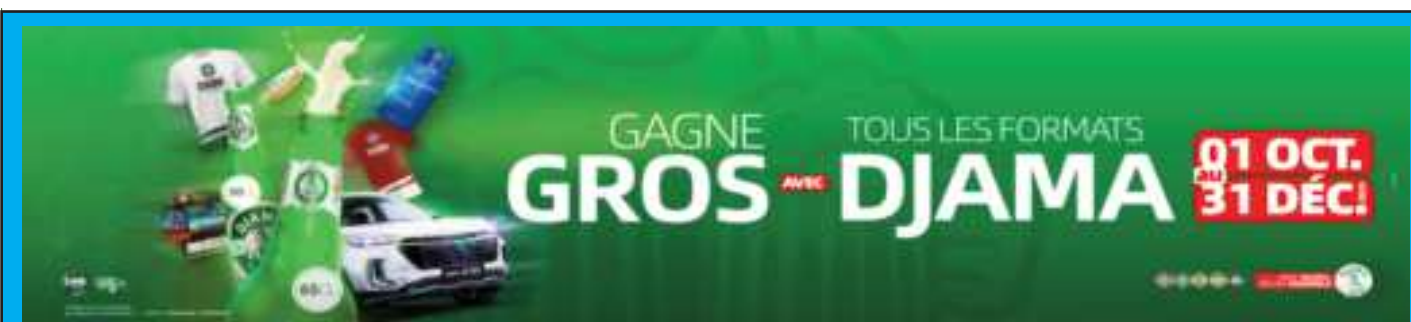
P.6



COUP D'ETAT AU BENIN:

Patrice Talon a frolé le pire, kaléidoscope du putsch

P.7



NIVEAU DE SATISFACTION DES SERVICES FINANCIERS EN AFRIQUE : 7 consommateurs sur 10 demandent des taux d'intérêt plus compétitifs



Dr. Emmanuel Sogadji

L'Organisation africaine des consommateurs (Oac) a rendu public, le 25 mars dernier, son premier « rapport d'enquête sur le niveau de satisfaction des consommateurs des services financiers en Afrique », rapport d'enquête qui relève

entre autres que la majorité des consommateurs n'est pas satisfaite des taux d'intérêt appliqués par les institutions financières et demande des améliorations à ce niveau lors de l'octroi des prêts.

Outre les conditions et modalités d'octroi des crédits, les attentes d'amélioration portent aussi sur la clarté des informations sur les délais de remboursement, la flexibilité en cas de difficultés financières temporaires, ce qui montre que la relation client et la transparence restent déterminantes pour renforcer la confiance.

C'est l'Université de Lomé qui a servi de cadre pour la publication de ce premier « rapport

d'enquête sur le niveau de satisfaction des consommateurs des services financiers en Afrique », au travers d'une conférence publique.

A l'initiative de la Ligue togolaise des consommateurs (Ltc), membre de l'Oac dont elle assume la direction exécutive, « cet exercice vise à partager les constats majeurs issus de l'enquête, expliquer les recommandations du rapport, et surtout ouvrir un espace de dialogue pour la mise en œuvre des améliorations attendues avec tous les acteurs concernés », a indiqué Emmanuel Sogadji.

Notons que le rapport s'appuie sur les perceptions de 10 655 répondants dans 23 pays du

continent. Il met notamment en évidence :

- L'importance de l'accueil, de l'amabilité et de la disponibilité du personnel ;
 - Les attentes fortes des consommateurs concernant la transparence (taux, frais, conditions) ;
 - Les besoins de clarification et de flexibilité dans les modalités d'octroi et de recouvrement des crédits ;
 - La nécessité de renforcer l'éducation financière et la protection des droits des consommateurs.
- Bonne lecture du communiqué de presse.

A.E

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Publication du rapport d'enquête sur le niveau de satisfaction des services financiers en Afrique

Conférence publique : le 25 mars 2026
Lieu : Université de Lomé / Togo (présentiel & Zoom)

Lomé, le 25 mars 2026 ; l'Organisation Africaine des Consommateurs (OAC) informe le public, les médias, les institutions financières, les banques centrales et les acteurs institutionnels de la publication officielle de son premier « rapport d'enquête sur le niveau de satisfaction des consommateurs des services financiers en Afrique ».

Cette publication ce 25 mars 2026, à travers une conférence publique animée, organisée à l'Université de Lomé en présentiel et simultanément par visioconférence (Zoom). L'objectif de cet exercice est de partager les constats majeurs issus de l'enquête, d'expliquer les recommandations du rapport, et surtout d'ouvrir un espace de dialogue pour la mise en œuvre des améliorations attendues avec tous les acteurs concernés.

Des résultats issus de l'expérience de consommateurs répartis sur 23 pays

Le rapport s'appuie sur les perceptions de 10 655 répondants dans 23 pays du continent. Il met notamment en évidence :

- L'importance de l'accueil, de l'amabilité et de la disponibilité du personnel ;
- Les attentes fortes des consommateurs concernant la transparence (taux, frais, conditions) ;
- Les besoins de clarification et de flexibilité dans les modalités d'octroi et de recouvrement des crédits ;
- La nécessité de renforcer l'éducation financière et la protection des droits des consommateurs.

Les répondants accordent sur les critères de l'accueil, les éléments les plus cités sont la disponibilité du personnel (31,2%) et la clarté des informations fournies (28,2%), suivies de la sympathie (19,8%) et de la vitesse de service (14,7%). Les attentes d'amélioration portent notamment sur la clarté des informations sur les délais de remboursement (59,7%) et la flexibilité en cas de difficultés financières temporaires (12,4%), ce qui montre que la relation client et la transparence restent déterminantes pour renforcer la confiance.

Concernant les conditions et modalités de crédit, la percep-

tion globale est mitigée : 30,9% des répondants se disent satisfaits et 28,2% insatisfaits des conditions d'octroi et de recouvrement de crédit, tandis que 31,8% restent neutres, signalant un besoin de meilleure communication. Les freins majeurs identifiés sont liés aux coûts et à la transparence : 72,1% demandent des taux d'intérêt plus compétitifs et 72,1% des répondants souhaitent également des améliorations à ce niveau lors de l'octroi. En matière de recouvrement, les répondants expriment surtout un besoin de flexibilité en cas de difficultés financières temporaires (58,4%) et de clarté sur les délais de remboursement (59,7%). Enfin, l'enquête révèle un déficit d'appropriation des droits et connaissances : 43,6% déclarent ne pas savoir si la banque centrale mène une éducation aux consommateurs, et 29,5% indiquent que cela se fait rarement, tandis que les efforts jugés fréquents ne concernent que 9,9% des répondants.

L'enquête a été menée dans 23 pays : Bénin, Burkina Faso, Cameroun, Comores, Congo (Brazzaville), Côte d'Ivoire, Gabon, Guinée Conakry, Îles Maurice, Kenya, Mali, Maroc, Niger, Nigeria, RDC (République démocratique du Congo), Rwanda, Sénégal, Soudan, Tchad, Togo, Tunisie, Ouganda et Zimbabwe.

Plaidoyer : appropriation des recommandations et renforcement de la confiance

L'OAC exhorte l'ensemble des acteurs, notamment les banques centrales, les États, les institutions financières et ses organisations de consommateurs membres à s'approprier résolument les recommandations formulées dans le rapport. L'organisation rappelle un principe essentiel que les consommateurs et les institutions financières doivent apprendre à se faire confiance, car l'activité économique mérite d'être encadrée et sécurisée. Dans ce cadre, les banques centrales jouent un rôle central en matière de supervision et de régulation, contribuant à instaurer un climat de confiance durable. Elle remercie une fois encore les banques centrales qui impliquent les organisations de consommateurs dans cette mission.

Une initiative portée par les consommateurs, pour tous les acteurs
L'OAC adresse ses remerciements chaleureux :

- aux consommateurs ayant accepté de répondre à l'enquête et de partager leurs expériences repartis sur 23 pays du continent;
- à la presse et aux médias pour leur engagement à rendre visibles les préoccupations du public depuis le lancement de l'enquête jusqu'à sa publication;
- aux institutions, organisations et partenaires, y compris les acteurs financiers, qui se sont impliqués dans la réussite de cet exercice.

Nous exprimons également notre gratitude aux institutions financières et aux acteurs concernés pour leur contribution à l'élaboration d'un document utile, fondé sur la parole des consommateurs.

Appel à l'action : base de plaidoyer et engagement collectif
L'OAC souligne que ce document doit servir de base pour des actions de plaidoyer en vue d'améliorer les aspects évoqués par les participants, et de favoriser une inclusion financière réellement protectrice, transparente et équitable. À travers cette conférence du 25 mars 2026, l'OAC invite l'ensemble des parties prenantes à engager un dialogue multipartite et à construire, dans l'intérêt commun, des réponses concrètes aux préoccupations exprimées par les consommateurs.

À propos de l'OAC

L'Organisation Africaine des Consommateurs (OAC) est une organisation continentale non gouvernementale à but non lucratif, qui fédère plus 46 organisations nationales de consommateurs répartis dans 38 pays en Afrique.

Contact Presse et Informations

Organisation Africaine des Consommateurs
Adresse : 505, avenue Garouang, Quartier Djambal Bahr, 2ème arrondissement,
BP : 1385, Ndjamen, Tchad
Téléphone : +228 98776646 /+235 66 205 134
Email : info@africaconsumers.org
Site web : www.africaconsumers.org

NATION

RAPPORT MONDIAL SUR LE BONHEUR 2026 :

Le Togo, 29ème en Afrique et 131ème mondial

Le World Happiness Report (WHP) a publié le jeudi 19 mars 2026 son rapport annuel sur les pays où on est le plus heureux dans le monde.



Faure Gnassingbé, président du Conseil

De cette évaluation du bonheur dans 147 pays du monde, dont 41 africains, il ressort que pour la 9e année consécutive, la Finlande est classée comme le pays le plus heureux au monde, suivie de l'Islande et du Danemark. Le Costa Rica crée la surprise en atteignant la 4e place. La France recule à la 35e place, son plus bas niveau, tandis que l'Afghanistan reste le dernier.

En Afrique, la République de Maurice, qui avait détrôné la Libye en 2024, demeure le pays où l'on est le plus heureux sur le continent, tandis que la Sierra Leone est celui où l'on l'est le moins. Le Togo se trouve dans le ventre mou du classement.

La République de Maurice est le pays où on est le plus heureux en Afrique cette année, selon le « World Happiness Report 2026 » publié le jeudi 19 mars 2026 par le Réseau des solutions de développement durable des Nations unies, en collaboration avec le cabinet de sondage Gallup World Poll et le Wellbeing Research Centre de l'Université d'Oxford.

La République de Maurice, Etat insulaire de l'océan

Indien, dont le PIB par habitant s'élève à près de 12 000 USD, arrive au 73e rang à l'échelle mondiale avec un score de 5,939 points dans ce classement qui tente d'évaluer le bonheur des populations dans 147 pays répartis dans les quatre coins du globe. La Libye (81e rang mondial) occupe la deuxième marche du podium africain, devant l'Algérie (83e rang mondial), le Mozambique (93e), le Gabon (96e), la Côte d'Ivoire (98e), le Cameroun (100e), l'Afrique du Sud (101e) et le Niger (103e). La Tunisie (105e rang mondial) ferme le Top 10 africain. Le Togo (131e rang mondial) est classé 26e sur le continent africain derrière le Ghana (18e), le Burkina Faso (23e) et le Bénin (24e), ses voisins immédiats.

Le Togo a perdu 7 places par rapport au classement précédent où le pays était classé 124e rang mondial.

Le classement annuel du World Happiness Report repose en grande partie sur des évaluations subjectives des participants au sondage mené par Gallup World Poll de leur bonheur, à travers des aspects comme la vie, les émotions positives et négatives.

Le procédé demande aux per-

sonnes d'évaluer leur vie actuelle dans son ensemble en utilisant une échelle de notation allant de 0 (la pire vie) à 10 (la meilleure vie possible).

Ces évaluations reposent sur 6 indicateurs notamment le PIB par habitant, l'espérance de vie en bonne santé, le soutien social, la liberté de faire des choix de vie, la générosité et la perception de la corruption.

« Chaque personne interrogée fournit une réponse numérique sur cette échelle, appelée échelle de Cantril. En général, environ 1000 réponses sont recueillies chaque année pour chaque pays. Des pondérations sont utilisées pour construire des moyennes nationales représentatives de la population dans chaque pays », expliquent les auteurs du rapport.

A l'échelle mondiale, la Finlande arrive en tête du classement pour la 9e année consécutive, devant l'Islande, le Danemark, le Costa Rica et la Suède.

Mais derrière ce classement stable, les signaux d'alerte se multiplient : « les émotions négatives deviennent plus courantes dans toutes les régions du monde ».

Classement des pays où on est le plus heureux en Afrique en 2026

PAYS	RANG	
	Afrique	Mondial
Maurice	1er	73e
Libye	2ème	81e
Algérie	3ème	83e
Mozambique	4ème	93e
Gabon	5ème	96e
Côte d'Ivoire	6ème	98e
Cameroun	7ème	100e
Afrique du Sud	8ème	101e
Niger	9ème	103e
Tunisie	10ème	105e
Nigeria	11ème	106e
Sénégal	12ème	107e
Namibie	13ème	108e
Kenya	14ème	110e
Maroc	15ème	112e
Guinée	16ème	113e
Mali	17ème	114e
Ghana	18ème	115e
Somalie	19ème	117e
Ouganda	20ème	118e
Mauritanie	21ème	120e
République du Congo	22ème	122e
Burkina Faso	23ème	123e
Bénin	24ème	124e
Tchad	25ème	125e
Lesotho	26ème	126e
Gambie	27ème	128e
Liberia	28ème	130e
Togo	29ème	131e
Madagascar	30ème	132e
Zambie	31ème	133e
Ethiopie	32ème	135e
Comores	33ème	136e
Eswatini	34ème	137e
Tanzanie	35ème	138e
Egypte	36ème	139e
RD Congo	37ème	140e
Botswana	38ème	143e
Zimbabwe	39ème	144e
Malawi	40ème	145e
Sierra Leone ()	41ème	146e

Source : www.data.worldhappiness.report

En effet, le rapport de cette année a révélé pour la première fois que l'utilisation intensive des réseaux sociaux nuit au bien-être des jeunes à l'échelle mondiale. Son impact est cependant « complexe », et est influencé par plusieurs facteurs comme le temps passé sur les plateformes, le type de plateforme, la manière dont elle est utilisée, ainsi que des facteurs démographiques comme le sexe et le statut socio-économique.

Le décrochage des jeunes dans certains pays inquiète particulièrement : « Les évaluations de vie des personnes de moins de 25 ans [...] ont chuté de près de 1 point sur l'échelle de 0 à 10. ».

Pour John F. Helliwell, économiste et auteur du rapport, «

c'est une baisse frappante du bien-être des jeunes », en partie liée à « l'ampleur et la nature de l'usage des réseaux sociaux ».

« Une utilisation intensive est associée à un bien-être nettement moindre, mais ceux qui se détournent délibérément des réseaux sociaux semblent également passer à côté de certains effets positifs », souligne Jan-Emmanuel De Neve, professeur d'économie à l'université d'Oxford et l'un des auteurs du rapport.

La Rédaction

Source : www.data.worldhappiness.report

Les aliments à ne pas mettre au frigo

Les réfrigérateurs sont des héros indispensables dans la cuisine. Ils aident à garder nos aliments frais, à gagner du temps et à éviter le risque de repas avariés. Mais savais-tu que tout ne doit pas être réfrigéré ? Même si ton lait apprécie les températures fraîches, il existe des aliments surprenants qui n'ont pas leur place dans le réfrigérateur. Certains de ces aliments peuvent même représenter un risque pour la santé s'ils sont mal conservés. Nous avons compilé une liste d'aliments que tu ne devrais pas réfrigérer – ces connaissances peuvent te sauver la vie !

Pommes de terre

Que tu les aimes cuites, en purée ou frites, les pommes de terre sont meilleures à température ambiante, tu ne devrais donc pas les conserver au réfrigérateur. Si tu conserves tes pommes de terre, tu dois les garder dans un endroit frais et sec de ta cuisine (mais pas trop froid !) pour qu'elles se conservent plus longtemps et ne durcissent pas avant que tu puisses les préparer.

À des températures froides, l'amidon se transforme en sucre beaucoup plus rapidement qu'à des températures plus chaudes, et ce n'est pas une bonne nouvelle pour les fans de pommes de terre !

Carottes

Les carottes ressemblent aux concombres dans leur composition génétique et dans leur réaction au processus de refroidissement.

Pour que tes carottes se conservent plus longtemps, il est préférable de les stocker à température ambiante, où elles conservent mieux leur humidité. Si tu préfères manger tes carottes fraîches, il n'y a pas de mal à les refroidir quelques heures avant de les servir – mais ne les garde pas au réfrigérateur pendant longtemps ! Tout comme les concombres, l'air froid du réfrigérateur peut accélérer le processus de pourrissement, car les légumes ont naturellement une teneur élevée en eau.

Avocats

Grâce à des années de pratique, surtout depuis les articles de BuzzFeed de 2015, ils ont perfectionné leur timing. Laisse ton avocat sur le comptoir de la cuisine pendant qu'il mûrit, et évite de le mettre au réfrigérateur jusqu'à ce qu'il soit prêt. Mais une fois que tu l'as coupé, tu dois te préparer à une durée de conservation très courte – c'est une course pour le manger avant qu'il ne brunisse !

Demande à n'importe quel millénaire et il te révélera le secret de l'avocat parfait : Achète-le avant qu'il ne soit complètement mûr.

Concombres à salade

Cela peut sembler un peu paradoxal, surtout parce que beaucoup de gens aiment manger leurs concombres réfrigérés. La prochaine fois que tu les

conserveras à température ambiante, tu remarqueras qu'elles se conservent beaucoup plus longtemps. Si tu prépares une salade, ne t'inquiète pas, les concombres peuvent être conservés sans problème quelques heures au réfrigérateur. Evite simplement de les mettre au réfrigérateur pendant une longue période pour préserver leur fraîcheur !



Cependant, l'air frais peut accélérer le processus de détérioration. La peau est la première à s'abîmer avec le froid, ce qui réduit sa durée de vie de plusieurs semaines à quelques jours seulement.

Tomates

L'idée d'une tomate froide dans ton sandwich ou ta salade est tentante.

Avis aux amateurs de tomates : Ces fruits juteux doivent être conservés à température ambiante, pas au réfrigérateur. Si tu préfères une tomate réfrigérée dans ta salade, il te suffit de la mettre au réfrigérateur pendant quelques minutes avant de la couper.

Mais refroidir les tomates peut donner une texture granuleuse et désagréable. Conserve-les dans un endroit chaud et sec pour éviter la formation de cristaux et la pourriture prématurée.

Poivron

C'est ce que tu as probablement pensé, mais ce n'est pas le cas !

En fait, les températures froides peuvent réduire le piquant de tes poivrons préférés. Pour conserver toute leur saveur, tu dois les stocker dans un endroit sec, de préférence dans un sac. Cela vaut pour tous les types de poivrons – rouges, verts, orange ou jaunes – peu importe ce que tu préfères, le même conseil s'applique.

Nous allons tout de suite mettre fin à un mythe : Les réfrigérateurs ne rendent pas les poivrons plus croquants ou plus épicés.

Oignons

Qu'ils soient hachés, frits ou consommés entiers, il est important de les traiter avec soin.

Il est intéressant de noter que les oignons et les pommes de terre ne font pas bon ménage, car si tu les stockes proches les uns des autres, cela peut accélérer le processus de vieillisse-

ment des oignons. Pour garder les deux frais, tu dois les conserver dans des zones séparées de ta cuisine et surtout ne pas les stocker au réfrigérateur !

Les oignons poussent dans des climats plus chauds et ont surtout besoin d'une bonne circulation d'air pour rester frais.

Ail

Si tu veux que ton ail germe tôt, le réfrigérateur est ton premier choix – mais pas pour les bonnes raisons !

Pour garder ton ail frais, tu dois le conserver dans un endroit sec et chaud. Le réfrigérateur peut certes cacher le processus de pourrissement (puisque'il se produit à l'intérieur des goussettes), mais ce n'est pas le meilleur choix pour une conservation à long terme. À moins que tu n'essayes de protéger un ami vampire, tu ne devrais pas conserver ton ail au réfrigérateur !

Le froid peut entraîner la formation de moisissures sur la peau et à l'intérieur du bulbe, ce qui est loin d'être idéal.

Épices

Qui n'aime pas l'exposition d'une étagère à épices chic ?

La plupart des épices moulues se conservent pendant des années si elles sont gardées à température ambiante (nous avons tous encore la cannelle de 2009). Mais si elles sont conservées dans des environnements froids et humides, elles perdent leur goût et deviennent rapidement inutilisables. Conserve tes épices dans un endroit sec et frais

pour préserver leur force !

Que tu ranges tes épices à la vue de tous ou que tu les caches dans un placard, fais juste attention à ne pas les conserver au réfrigérateur ! Après quelques jours seulement au réfrigérateur, les odeurs puissantes s'estompent.

Pommes

Comme les poires, les pommes profitent le plus si elles sont conservées à température ambiante.

L'endroit idéal pour conserver une pomme est un plateau de fruits sur le comptoir de la cuisine. Si tu les conserves au réfrigérateur, cela peut accélérer le processus de détérioration et gâcher leur texture, leur odeur et leur goût. Si tu achètes des pommes, assure-toi qu'elles sont conservées dans un endroit sec, à température ambiante, chaudes et fraîches – comme si tu les achetais en magasin.

Il peut être tentant de les conserver au réfrigérateur pour obtenir une bouchée fraîche et croquante, mais il vaut mieux résister !

Fruits tropicaux



C'est pourquoi ils sont conçus pour conserver leur consistance et leur humidité à des températures chaudes.

Les conserver au réfrigérateur n'est pas idéal, car ils ne sont pas habitués au froid. Conserve-les plutôt à température ambiante sur ta table de cuisine. Pour éviter la vermine, enveloppe-les dans un matériau protecteur comme un filet ou du papier pour les protéger des mouches tout en les laissant mûrir naturellement.

Les fruits tropicaux comme les mangues, les fruits de la passion, les noix de coco et les ananas poussent dans les climats chauds.

Agrumes

Nous savons ce que tu penses : le jus d'orange est excellent lorsqu'il est glacé et qu'il sort directement du réfrigérateur.

Les oranges, comme beaucoup d'autres agrumes, sont cultivées dans des climats chauds et la chaleur de ta cuisine les aide à mûrir naturellement. Si tu les conserves au réfrigérateur, ce processus naturel de maturation peut être interrompu et elles deviennent dures, sèches et éventuellement amères. Il est préférable de les conserver à température ambiante dans ta cuisine, où elles peuvent continuer à mûrir et conserver leur douceur naturelle.

Mais les oranges et autres agrumes ne devraient jamais être conservés au réfrigérateur. Les raisons sont similaires à celles des fruits tropicaux.

Bananes

Les bananes ne se développent définitivement pas dans le froid du réfrigérateur. Le froid peut même accélérer le processus par lequel elles deviennent noires !

Pour tirer le meilleur parti de tes bananes, tu devrais les acheter avant qu'elles ne soient com-

plètement mûres et les laisser mûrir à température ambiante dans ta cuisine. Et un autre bonus : Les bananes sont bonnes pour ta tension artérielle, alors profite-en !

Melons entiers

Tout comme les bananes, les melons ne supportent pas le froid, car le refroidissement peut accélérer leur pourrissement.

Comme les melons sont souvent consommés lors des fêtes d'été, il est tentant de les conserver au frais, mais ils se conservent effectivement plus longtemps à température ambiante.

(Suite à la page 5)

SOCIÉTÉ

SANTÉ :

Les aliments à ne pas mettre au frigo

Suite de la page 4

Coupe-le donc et déguste-le rapidement avant qu'il ne se dessèche. C'est le plaisir rafraîchissant parfait pour le jardin ! Si tu achètes un melon, conserve-le dans un endroit frais et sec – pas trop froid ! Si tu achètes un melon entier, tu te prépares probablement à passer un moment amusant avec tes amis.

Pain



Peut-être que cet auteur a vécu dans un réfrigérateur pendant toutes ces années ? Qui sait ! Mais l'air froid accélère le processus de vieillissement et raccourcit la fraîcheur du pain. Tu obtiendras de meilleurs résultats si tu ne conserves pas ton pain au réfrigérateur – à moins que tu ne l'aies déjà transformé en sandwich. Une fois qu'il est coupé et garni de tes ingrédients préférés, le pain se comporte un peu différemment et supporte un peu mieux le froid. Conserver du pain au réfrigérateur est un tabou absolu, car cela le fait vieillir plus vite et le fait paraître plus vieux qu'il ne l'est en réalité.

Huiles

Mais il n'y a rien de mieux que de ne pas la conserver au réfrigérateur pour qu'elle garde toute sa force ! Bien qu'il soit bon d'inclure des graisses saines dans ton alimentation, si tu conserves ton huile au réfrigérateur, cela peut affecter sa consistance et sa qualité. Si tu as accidentellement refroidi ton huile d'olive, ne t'inquiète pas – tu peux la réchauffer quelques secondes au micro-ondes pour lui redonner sa consistance initiale. Les graisses se solidifient à des températures froides, et c'est la dernière chose que tu souhaites pour ton huile d'olive adorée.

Miel

Il est bien connu que le miel se conserve pendant des siècles s'il est conservé dans un bocal hermétiquement fermé, et tu as probablement encore un bocal

datant de 2002 dans ta cuisine. Si tu conserves le miel au réfrigérateur, il risque de se cristalliser et de devenir visqueux, ce qui le rendra moins facile à prendre à la cuillère et tu ne pourras plus l'utiliser aussi bien dans tes flocons d'avoine ou dans ton sandwich. Si tu conserves ton miel à température ambiante, il aura la meilleure consistance et la meilleure douceur !

Beurre

S'il est conservé au réfrigérateur, il peut devenir dur et développer une texture cireuse qui rend l'étalement difficile. Le froid peut aussi affecter le goût et éventuellement faire en sorte qu'elle prenne les odeurs d'autres aliments. Pour éviter ces problèmes, tu dois conserver ton beurre à température ambiante et ne le mettre au réfrigérateur que si une recette le demande expressément. De cette façon, tu n'auras pas à lutter contre une surface durcie lorsque tu l'étaleras sur du pain grillé ou l'utiliseras pour cuisiner. Tout comme le beurre de cacao, le beurre a des propriétés qui rendent sa conservation dans un environnement froid indésirable.

Fromage

Comme les autres produits laitiers de cette liste, le fromage doit être conservé de préférence à température ambiante et non au réfrigérateur. Le fromage doit être conservé au sec pour conserver sa texture et son goût, et l'environnement froid et humide d'un réfrigérateur peut accélérer le processus de pourrissement. Pour conserver ton fromage de manière optimale, tu dois le garder dans un environnement sec à température ambiante et le protéger de l'humidité. Si tu le gardes au chaud et à l'aise, son goût sera préservé et il ne se détériorera pas trop vite. Cela vaut surtout pour les bons fromages de qualité, pas pour les variétés transformées comme les bâtonnets de froma-

ge caoutchouteux que les enfants aiment tant manger !

Yaourt

Bien sûr, nous savons tous que le yaourt est bien meilleur refroidi que chaud. Cela le rend moins dépendant de la réfrigération pour le conserver. Le yaourt grec, surtout celui contenant des probiotiques vivants, contient de bonnes bactéries qui empêchent la détérioration. Bon à savoir : en plus d'être une bonne source de protéines, il est également bon pour ta tension artérielle et ta digestion. La réfrigération est certes une préférence gustative, mais elle n'est pas indispensable pour la longévité du yaourt. Cependant, pour le yaourt grec à faible teneur en matières grasses, le fait de le réfrigérer ne prolonge pas la durée de conservation, mais sert uniquement à améliorer le goût et la texture.

Chocolat



T'es-tu déjà demandé pourquoi le chocolat de ton supermarché n'est jamais conservé au réfrigérateur ? Le chocolat ne devrait définitivement pas être conservé au réfrigérateur. Tout refroidissement supplémentaire peut détruire les fins cristaux de cacao et la brillance et conduire à une texture crayeuse ou à un "bloom" (un dépôt blanc qui se forme à la surface). Pour préserver la texture délicate et le goût, tu dois conserver le chocolat à température ambiante dans un endroit frais et sec. Et oui, cela vaut aussi pour le chocolat blanc – mais nous savons tous que ce n'est pas du vrai chocolat ! C'est parce que l'effet de refroidissement a des conséquences terribles sur ce délicieux produit que nous aimons tous ! Pour fabriquer du chocolat, différentes fèves de cacao sont chauffées avec de la poudre et du lait, puis refroidies.

Confiture/gelée

Même si la confiture froide est

tentante sur des toasts chauds, le réfrigérateur fait plus de mal que de bien.

L'humidité du réfrigérateur peut s'infiltrer dans ton pain grillé et le rendre boueux. Laisse plutôt ta confiture et ta gelée à température ambiante pour qu'elles conservent leur consistance parfaite. Si tu les étales sur le pain grillé chaud, elles resteront humides aux bons endroits sans affecter le croustillant de ton pain. Profite de ta confiture sans que ton pain grillé ne soit trempé !

Les confitures et gelées achetées en magasin sont généralement mélangées à des conservateurs qui rendent la réfrigération inutile pour qu'elles restent fraîches longtemps.

Café

Conserve-le plutôt dans un récipient hermétique à l'abri de la lumière du soleil. Le café a besoin d'une bonne circulation d'air et d'un climat sec pour rester frais, et dans le réfrigérateur, il est seulement

Certaines personnes conservent leur café au réfrigérateur, mais soyons honnêtes – ce n'est pas la bonne façon de faire !

Ketchup

Voici un autre débat fréquent sur les condiments : Où devrais-tu stocker ton ketchup ?

Pour que ton ketchup ait un goût frais plus longtemps et ne laisse pas de résidus dilués gênants, tu devrais le conserver dans un placard. Il en va de même pour les autres condiments à forte teneur en vinaigre, alors pense à cela lorsque tu fais le plein de tes condiments préférés.

La plupart d'entre nous le gardent au réfrigérateur après l'avoir ouvert, mais le vinaigre dans la sauce peut mal réagir à l'air froid au fil du temps.

Thon en boîte

Le thon en boîte est l'incarnation de la conservation pour tous ceux qui veulent conserver les aliments pendant longtemps.

La vérité est que les jus qui enveloppent le poisson et le rassasient peuvent être conservés pendant des années dans une boîte hermétique. Cependant, une fois ouvert, les choses se présentent différemment. Le thon peut certes se conserver quelques jours en dehors du réfrigérateur, mais le froid du réfrigérateur peut ruiner son goût et sa texture. Veille donc à ce que ton thon ne soit pas conservé au réfrigérateur !

Une boîte de conserve non ouverte peut durer des semaines, des mois, voire des années. Connais-tu quelqu'un qui n'a pas de boîte de cet aliment de base dans son placard ?

ACTU EXPRESS

Hebdomadaire togolais d'informations Générales

Récépissé n°0319/29/05/07/HAAC

Directeur de Publication

AKOLLOR Sassou Atialo
(+228) 90 78 75 11 / 99 58 62 16

Rédaction

Emmanuel ADJIWANOU
Lazarre KONDO

Siège social: Angle 1 rue d'Aného, Avenue Maman
N'Danida (Aguiar Komé) Lomé.

BP: 13211 Lomé-Togo

email: actuexpress2007@gmail.com

Tirage: 1000 Exemplaires
Imprimerie: YANIDEL GROUP

L'ONU reconnaît par votes la traite des esclaves comme le "crime le plus grave contre l'humanité"

L'Assemblée générale des Nations Unies a voté une résolution reconnaissant l'esclavage des Africains durant la traite transatlantique comme "le crime le plus grave contre l'humanité", une décision qui, espèrent les défenseurs des droits humains, ouvrira la voie à la guérison et à la justice.



La résolution, proposée par le Ghana, appelle à cette reconnaissance et exhorte les États membres de l'ONU à envisager de présenter des excuses pour la traite négrière et de contribuer à un fonds de réparations. Elle ne précise pas le montant des réparations.

La résolution a été adoptée par 123 voix pour et trois contre (celles des États-Unis, d'Israël et de l'Argentine). Cinquante-deux pays se sont abstenus, dont le Royaume-Uni et des États membres de l'Union européenne.

Des pays comme le Royaume-Uni ont longtemps rejeté les appels à verser des réparations, arguant que les institutions actuelles ne peuvent être tenues responsables des injustices passées.

Contrairement aux résolutions du Conseil de sécurité de l'ONU, celles de l'Assemblée générale ne sont pas juridiquement contraignantes, bien qu'elles bénéficient du poids de l'opinion internationale.

"Qu'il soit inscrit dans l'histoire que, lorsque nous avons été appelés à agir, nous avons fait ce qui était juste pour la mémoire des millions de personnes qui ont subi

l'indignité de la traite négrière et de celles qui continuent de subir la discrimination raciale", a indiqué le président ghanéen John Mahama à l'Assemblée avant le vote.

"L'adoption de cette résolution est une garantie contre l'oubli. Elle permet également de lutter contre les séquelles persistantes de l'esclavage", a-t-il ajouté. Plus tôt, son ministre des Affaires étrangères, Samuel Okudzeto Ablakwa, a indiqué à l'émission Newsday de la BBC : *"nous exigeons des réparations – et soyons clairs, les dirigeants africains ne réclament pas d'argent pour eux-mêmes"*.

"Nous voulons que justice soit rendue aux victimes et que les causes soient soutenues, avec des fonds pour l'éducation, des fondations et des programmes de formation professionnelle".

Bataille pour les réparations

La campagne pour les réparations a pris un essor considérable ces dernières années : la "justice réparatrice" était le thème officiel de l'Union africaine pour 2025 et les dirigeants du Commonwealth ont conjointement appelé à un dialogue

sur la question.

M. Ablakwa a également précisé qu'avec cette résolution, le Ghana ne plaçait pas sa souffrance au-dessus de celle des autres, mais se contentait de consigner un fait historique.

Entre 1500 et 1800, environ 12 à 15 millions de personnes ont été capturées en Afrique et emmenées aux Amériques où elles ont été réduites en esclavage. On estime que plus de deux millions de personnes sont mortes durant la traversée.

La résolution, soutenue par l'Union africaine et la Communauté caribéenne, affirme que les conséquences de l'esclavage persistent sous forme d'inégalités raciales et de sous-développement *"affectant les Africains et les personnes d'ascendance africaine dans le monde entier"*.

Ablakwa a déclaré à la BBC : *"de nombreuses générations continuent de souffrir de l'exclusion et du racisme liés à la traite transatlantique, qui a séparé des millions de personnes du continent et les a plongées dans la pauvreté"*. Avant le vote, les intervenants ont exprimé successivement des points de vue similaires.

Le Royaume-Uni, l'une des principales puissances impliquées dans la traite transatlantique, a reconnu les souffrances et les misères indicibles infligées à des millions de personnes pendant des décennies.

Mais son ambassadeur auprès des Nations Unies, James Kariuki, a déclaré à l'Assemblée générale que la résolution posait problème quant à sa formulation et au droit international.

"Aucune série d'atrocités ne devrait être considérée comme plus ou moins grave qu'une autre", a-t-il affirmé.

L'ambassadeur des États-Unis auprès de l'ONU a tenu des propos similaires lors de son discours, déclarant que son pays *"ne reconnaît aucun droit légal à des réparations pour des injustices historiques qui n'étaient pas illégales au regard du droit international au moment où elles ont été commises"*.

Par ailleurs, Dan Negrea a affirmé que les États-Unis *s'opposaient à "l'instrumentalisation cynique des injustices historiques comme moyen de pression pour réaffecter des ressources modernes à des personnes et des nations ayant un lien de parenté lointain avec les victimes historiques"*.

Le Ghana, l'une des principales portes d'entrée de la traite transatlantique des esclaves, est depuis longtemps un fervent défenseur des réparations.

Des forts, où des dizaines de milliers d'Africains réduits en esclavage ont été détenus dans des conditions inhumaines, subsistent encore le long des côtes de ce pays d'Afrique de l'Ouest.

Outre les "problèmes juridiques" liés aux réparations, l'ambassadeur américain a souligné que la résolution restait floue quant aux "bénéficiaires de la justice réparatrice".

M. Negrea a également réagi aux critiques formulées précédemment par M. Mahama à l'encontre de l'administration Trump, accusée de "normaliser l'effacement de l'histoire des Noirs". Depuis son retour au pouvoir, le président américain a pris pour cible les institutions culturelles et historiques américaines, les accusant de promouvoir ce qu'il qualifie d'"idéologie anti-américaine".

Les décrets de Trump ont notamment conduit à la restauration de statues confédérées et à une tentative de démantèlement d'une exposition sur l'esclavage à Philadelphie.

"Ces politiques servent de modèle à d'autres gouvernements, ainsi qu'à certaines institutions privées", a affirmé Mahama mardi.

Mais Negrea a affirmé que le président Trump avait fait "plus pour les Afro-Américains que n'importe quel autre président".

"Il travaille sans relâche pour les aider et rendre notre pays plus grand que jamais", a-t-il déclaré.

La résolution demande également la restitution des objets culturels volés durant la période coloniale à leurs pays d'origine.

"Nous exigeons la restitution de tous ces objets pillés, qui représentent notre patrimoine, notre culture et notre importance spirituelle", a déclaré Ablakwa.

"Tous ces objets pillés pendant des siècles, jusqu'à l'époque coloniale, doivent être restitués".

Source : www.bbc.com

Le Secrétaire Général de la CAF démissionne à la suite des incidents de la finale de la CAN

Le Secrétaire Général de la Confédération africaine de football (CAF) a démissionné alors que le football africain traverse une période chaotique.



Veron Mosengo-Omba a

Veron Mosengo-Omba a annoncé dans un communiqué qu'il prenait sa retraite, mais son départ intervient dans le contexte des retombées liées aux décisions de retirer au Sénégal le titre de champion d'Afrique à l'issue de la Coupe d'Afrique des nations (CAN) 2025 et de reporter le tournoi féminin à la dernière minute.

Ces événements ont plongé la CAF, l'instance dirigeante du football africain, dans une crise de confiance.

Dans sa déclaration de dimanche, Mosengo-Omba a fait allusion aux controverses qui ont marqué son mandat.

« Maintenant que j'ai pu dissiper les soupçons que certaines personnes se sont donné

beaucoup de mal à faire peser sur moi, je peux prendre ma retraite l'esprit tranquille et sans contrainte, en laissant la CAF plus prospère que jamais », a écrit Mosengo-Omba, adjoint du président de la CAF, Patrice Motsepe.

Cet homme de 66 ans a été critiqué pour être resté secrétaire général au-delà de l'âge

obligatoire de départ à la retraite de l'organisation, fixé à 63 ans.

Il a également été accusé par certains employés d'avoir créé une atmosphère toxique sur le lieu de travail, bien qu'une enquête menée à la suite de plaintes du personnel l'ait innocenté de tout acte répréhensible.

Mosengo-Omba, originaire de la République démocratique du Congo mais également de nationalité suisse, a été nommé secrétaire général en mars 2021.

Selon l'agence de presse Reuters, le directeur des compétitions de la CAF, Samson Adamu, assurera l'intérim au poste de secrétaire général.

L'instance dirigeante attend la décision du Tribunal arbitral du sport (TAS) concernant l'appel interjeté par le Sénégal contre la décision de lui retirer son titre de champion de la Coupe d'Afrique des nations.

Le Sénégal conteste la déci-

sion de la chambre d'appel de la CAF d'annuler sa victoire 1-0 contre le Maroc, pays hôte, lors de la finale de la Coupe d'Afrique des nations en janvier.

Au cours du match, les joueurs sénégalais ont quitté le terrain en signe de protestation lorsque, alors que le score était de 0-0, le Maroc, pays hôte, s'est vu accorder un penalty dans le temps additionnel.

À leur retour sur le terrain, après un retard d'environ 17 minutes, le Maroc n'a pas réussi à convertir son penalty et le Sénégal a inscrit le but de la victoire en prolongation.

À la suite d'un recours de la Fédération royale marocaine de football (FRMF), la CAF a ensuite décidé que le Sénégal avait perdu le match par forfait et a accordé une victoire 3-0 au Maroc sur tapis vert.

Source : www.bbc.com

COULEURS TROPICALES :

Fin du show pour Claudy Siar sur RFI !

Après 31 années d'animation sur les antennes de l'émission Couleurs tropicales sur Radio France Internationale (RFI), Claudy Siar, âgé de 62 ans, signe la fin d'une belle aventure. L'annonce a été faite le jeudi 26 mars 2026 sur les canaux officiels de RFI. La fin de cette longue collaboration coïncide avec la fin du contrat de Claudy Siar et le lancement d'un nouveau programme quotidien dès le lundi 30 mars prochain.

Ce vendredi 27 mars devrait être le dernier rendez-vous de Claudy Siar à ses auditeurs de la mythique émission « Couleurs tropicales » à 21H GMT. Lancée en 1995, l'émission a été un tremplin pour les artistes venus des quatre coins du monde. Un programme qui a d'ailleurs accompagné de nombreuses générations, qu'il a animé de sa voix et de son énergie tout au long.

Au revoir Couleurs Tropicales !

Radio France Internationale justifie cette décision par le lancement de l'émission « Afro Club de Luxe » animé par Dj Facemaker dès le 30 mars. Elle était jusqu'à lors diffusée une seule fois par semaine, le vendredi, et passe à une diffusion quotidienne. Pour les responsables de la chaîne, c'est une stratégie de montée en puis-

sance des émissions musicales. Parmi elles, « Légendes urbaines », « BPM-Bonnes Pulsation du monde », « Musique du monde », ou encore « L'épopée de la musique noire ».

En coïncidence avec la fin de la relation contractuelle entre RFI et Claudy Siar, le média a salué la collaboration et le professionnalisme de l'animateur. Durant trente et une années, il a su animer « Couleurs Tropicales », et faire d'elle un rendez-vous mondiale incontournable. Et pour boucler la boucle, la radio prévoit un numéro spécial Au revoir pour les auditeurs de Couleurs tropicales en plusieurs épisodes de la série Gold pour les 30 ans du show.

Claudy Siar, né le 2 novembre 1962 et d'origine guadeloupéenne, n'est pas juste

l'animateur radio et télévision connu. C'est aussi un journaliste, chef d'entreprise, chanteur, producteur de Couleurs tropicales. Il est le fondateur et le copropriétaire de la radio Tropiques FM, animateur-

producteur d'Africastar et du Claudy Show (RTT Productions). Il présente également The Voice Afrique francophone diffusé sur Voxafrica. Ce qui est sûr, ce clap de fin avec RFI devrait

amorcer le début d'une nouvelle aventure...

Source : www.gabonmediatime.com



reste
KOOL

500*
FCFA
50cl



C'KOOL
ça coule

SNB
SOCIÉTÉ NOUVELLE
DE BOISSONS

snb.tg

AVEC DJAMA,

DÉFIE TES LIMITES

ON EST ENSEMBLE !

TOUT PORTIER
tradition allemande brassée au Togo



SNB
SOCIÉTÉ NOUVELLE
DE BOISSONS

L'ABUS D'ALCOOL EST MAUVAIS POUR LA SANTÉ
PHOTONON CONTRACTUELLES