

MAMA mag

Mai-Juillet

N°001

Histoire

Emouvante

À coeur ouvert
avec Serrena
Eunice MABIKA

Profils

Inspirants

Portrait
5 de cinq
femmes
inspirantes

MODE

Chic avec
un petit
budget

Littérature

Entretien avec
Noëly Galoy

Rose Marie

OVAGA OPA

**Présidente de l'association
Enf'neuriat Mwana Entrepreneur**





Editrice en chef

Nosilande Bijou

Mise en page

Nosilande Bijou

Rédactrices

Michelle OLLESSA

Nosilande Bijou

Jennypher MABIKA

Naomie fouabo

Edita



L'émergence des femmes inspirantes

A l'ère du numérique, on n'assiste pas seulement à l'explosion du digital mais aussi à la montée en puissance des femmes inspirantes. Des femmes qui bravent vents et marrées pour sortir de leur niche respective afin de bouger les lignes autour d'elles.

Contrairement aux femmes d'autrefois qui étaient freinées par les pesanteurs culturelles et des lois en vigueur antiféministes, les femmes actuelles sont libres de leurs actions, elles ont à leur disposition une panoplie d'outils pouvant les aider à s'épanouir tant professionnellement que personnellement. Le plus fiable et enrichissant de ses outils n'est autre que le digital qui se prête à elles comme un véritable levier de développement.

Il est quasiment impossible de se développer dans ce siècle sans faire recours au digital. Au travers de celui-ci, les femmes ont la possibilité de renforcer considérablement leurs capacités multidimensionnelles car l'information et la formation sont dorénavant faciles d'accès. Le digital a contribué considérablement à

connecter les femmes inspirantes des quatre coins du monde entre elles afin de leur permettre d'impacter des femmes sous émancipées. Avec le digital, les femmes inspirantes sont mises en lumière de différentes manières à une plus grande échelle et leurs réussites peuvent profiter facilement à une multitude de femmes car le monde n'est plus qu'un village planétaire. Si l'expansion du digital a suscité l'émergence des femmes inspirantes d'aujourd'hui, elle suscitera assurément l'essor de celles de demain.

C'est dans l'optique de favoriser l'émergence des femmes inspirantes que MAMA MAG s'engage à mettre en lumière différents profils de femmes inspirantes taillés sur mesure pour permettre aux autres femmes de s'en inspirer afin de devenir elles aussi à leur échelle des femmes inspirantes. Le chemin est certes long mais, nous ne perdrons pas de vue notre objectif commun. C'est ensemble, main dans la main, que nous ferons émerger une génération à part entière de femmes inspirantes qui inspirent et s'inspirent mutuellement.

Nosilande Bijou

Sommaire

Edito

P06

P31



Cordon bleu

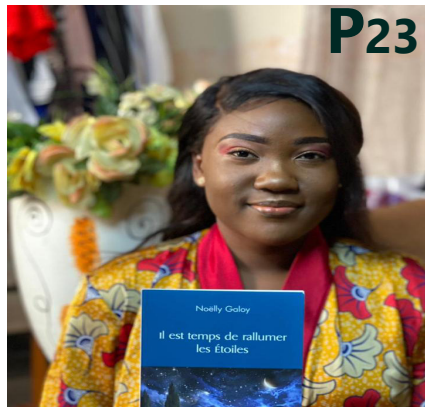
A l'honneur

P5



Littérature

P23



P10

Mode



P28

Profils inspirants P12

Portrait de cinq femmes inspirantes

- » Roselyne AISSI GOMES
- » Rachel LOUSSIKA
- » Exaucée Makuiza
- » Leslie Canaan
- » Thalie AZELINE DIOUF

Evenementiel P33

Le Congo au féminin : Une invitation succincte à la renaissance des femmes Congolaises

Histoire émouvante P10

Eunice Serrena MABIKA : La vitrine juvénile de l'univers du numérique en République du Congo



ROSE MARIE OVAGA OPA : Une Entrepreneur sociale dévouée pour l'éveil des qualités entrepreneuriales chez les enfants en milieu scolaire

Présidente de l'association Enf'neuriat Mwana Entrepreneur et Responsable de communication auprès du Conseil Consultatif de la femme, Rose Marie OVAGA OPA est une passionnée de Leadership transformationnel et de développement. Un dynamisme qui se matérialise depuis 2018 au travers de son association Enf'neuriat Mwana Entrepreneur, en insérant la culture de l'entreprenariat en milieu scolaire grâce aux différents projets initiés et présentés lors du premier salon de l'innovation et de l'entreprenariat pour enfant au Congo en 2019 et plus récemment lors du symposium « Mwana Web », organisé en partenariat avec le salon Osiane et l'UNICEF le 26 avril 2023. Enf'neuriat compte à ce jour 11 établissements public et privé touchés par le projet « Mwana Entrepreneur ».

Bonjour Madame. Qui est Rose Marie OVA- GA OPA ? Et comment se définit- elle ?

Rose Marie est une jeune femme de 29 ans, Présidente de l'Association Euf'neuriat, Mwana Entrepreneur, Responsable de communication auprès du Conseil Consultatif de la femme. Je me définis comme une jeune

femme audacieuse, dynamique et pleine de vie. Je suis animée par la réalisation de mes rêves et me bats pour les concrétiser. Je puise ma force dans ma foi chrétienne et m'iden-

A l'honneur «««

tifie pleinement à mon créateur. Férue de leadership transformationnel et de développement, je suis convaincue que chaque être humain est destiné à accomplir une mission sur cette terre.

Parlez-nous de votre Association Enf'neuriat

Enf'neuriat est née de mon sujet de mémoire, à la fin de mon cursus il fallait défendre un thème. Il y avait un sujet qui me passionnait : le Leadership féminin et l'Entreprenariat en milieu scolaire que je devais défendre en binôme avec une collègue qui avait initialement un autre thème en vue. J'ai mené des études et des enquêtes pour justifier le choix de mon sujet et cela a convaincu ma collègue de travailler avec moi sur l'Entreprenariat en milieu scolaire. Nous avons testé un pro-

gramme d'éveil des qualités entrepreneuriales dans un établissement public à Madibou avec des enfants en classe de CP1, après un résultat concluant, nous avons décidé de poursuivre l'expérience avec d'autres écoles en créant l'association Euf'neuriat Mwana Entrepreneur et le salon de l'Entreprenariat et de l'innovation pour Enfants en 2018.

De quoi est-il question ? Pour avoir choisi de travailler avec des enfants ?

Enf'neuriat est simplement une organisation à but non lucratif créée en 2018 et reconnue par les pouvoirs publics Congolais. Elle a pour objectif premier de contribuer aux objectifs de développement durable au Congo et ceux du plan national de développement d'où notre slogan qui met l'accent sur « **le Mwana En-**



trepreneur au service de la Transformation de l'Education de qualité ».

Nous ne pouvons pas aspirer à un développement durable sans la transformation de l'éducation. Etant dans une perspective future, nous allons vers une proposition de valeur en termes d'éducation.

Le volet Mwana entrepreneur intervient parce que nous voulons demain avoir des entrepre-

neurs plus en phase avec les besoins de leurs pays.

Pour ce faire, il faut déjà commencer dès le bas âge à inculquer les valeurs entrepreneuriales pour pouvoir avoir des citoyens qui répondent aux besoins de leurs communautés et des employés plus engagés dans leur Entreprise.

Nous travaillons à éveiller la culture entrepreneuriale chez les enfants à travers la conception et la réalisation des projets Entrepreneuriaux à fort impact social.

Les enfants s'associent à d'autres enfants identifient un problème et proposent des solutions. Nous les accompagnons dans cette démarche, chacun a un rôle à jouer ce qui leur permet de développer des qualités entrepreneuriales.

Quels sont les défis rencontrés lors de sa mise en place ?

Le principal obstacle à l'engagement social et communautaire est souvent notre propre doute et peur de nous lancer. En outre, il peut être difficile de trouver des personnes qui partagent la même vision dans le domaine communautaire en raison de la situation financière critique et du manque de compréhension de la notion de sacrifice.

La mobilisation des ressources est également un défi pour les associations, car elles dépendent entièrement des cotisations des membres et des dons des partenaires. Mais cela peut être moins facile à obtenir en raison du manque de responsabilité sociétale des entreprises congolaises et aussi des difficultés

à convaincre les partenaires potentiels. Enfin, la méconnaissance de la culture entrepreneuriale dans les programmes scolaire. Malgré ces défis, certaines institutions ont prêté l'oreille à la cause et nous continuerons à nous battre pour cette vision.

Quel Impact vos activités ont-elles sur les enfants ?

L'impact de nos activités peut s'observer au niveau personnel et scolaire. Au niveau personnel les enfants prennent conscience de leurs potentiels et sont à même de l'utiliser dans la conception d'un projet, en mettant en avant leurs atouts et qualités en condition.

Je pense qu'il y a des compétences et des valeurs intrinsèques en nous qu'il faut juste éveiller, c'est ce que nous faisons avec les enfants.



Au niveau scolaire, les résultats des enfants ont considérablement augmenté, par exemple nous avons des enfants qui au départ avait 4 de moyenne et qui sont passés à 6 de moyenne, il y a une amélioration considérable de leurs résultats scolaires.

Quels sont vos objectifs sur le long terme ?

En ce qui concerne nos aspirations, notre priorité est de nous concentrer sur l'implantation d'un centre de suivi à l'inté-

rieur des établissements scolaires pour le moment. Bien que nous ayons obtenu des résultats encourageants, notre expérience nous a révélé des limites et nous sommes déterminés à les surmonter. Notre objectif est de faire de ce projet pilote un modèle exemplaire pour tous les départements de la République du Congo.

Pour y parvenir, nous avons entrepris de mener un projet d'identification des départements proches de Brazzaville, en

vue de préparer des partenariats avec le Ministère des petites et moyennes entreprises et le Ministère de l'Enseignement préscolaire primaire secondaire et de l'alphabétisation. Ces partenariats permettront d'organiser des réunions interministérielles afin d'intégrer l'initiative Mwana Entrepreneur dans les Politiques et les programmes d'enseignements.

Quel est votre mot de fin

Je souhaitais exprimer ma gratitude envers Mama Mag pour cet échange qui s'est avéré être un exercice très bénéfique en soi. Je pense que ces moments de partage doivent être de plus en plus vulgarisés car ils permettent non seulement de faire une introspection, mais aussi de transmission et de communication en partageant notre passion avec les autres.



GOD IS GOOD

VOTRE VOYAGE C'EST NOTRE PRIORITE



Ethiopian
የኢትዮጵያ ጉዳዮች
The New Season of Africa



الخطوط الملكية المغربية
royal air maroc



RwandAir

For the African Africa



ASKY

La Compagnie Panafricaine



Air Côte d'Ivoire

AIRFRANCE



+242 06 615 70 81



88, RUE BALLOYS AVENUS DES CHARS OUENZE BRAZZAVILLE



GOD IS GOOD

VOTRE VOYAGE C'EST NOTRE PRIORITE



Ethiopian
የኢትዮጵያ ጉዳዮች
The New Season of Africa



الخطوط الملكية المغربية
royal air maroc



RwandAir

For the African Africa



ASKY

La Compagnie Panafricaine



Air Côte d'Ivoire

AIRFRANCE



+242 06 615 70 81



88, RUE BALLOYS AVENUS DES CHARS OUENZE BRAZZAVILLE



+242 06 615 70 81 / 05 349 00 34



GODISGOOD.VOYAGES@GMAIL.COM



Eunice Serena MABIKA : La vitrine juvénile de l'univers numérique en République du Congo

Du haut de ses 20 ans, Eunice Serena MABIKA est aujourd'hui la vitrine juvénile de l'univers numérique au Congo Brazzaville. Lauréate du prix de l'innovation numérique Denis SASSOU NGUESO qui l'amène à participer brillamment au concours Huawei SEEDST for the future alumni en Espagne, la jeune étudiante en analyse et programmation à l'institut supérieur de gestion et d'administration des entreprises (ESGAE) de Brazzaville nourrit l'ambition de contribuer activement au développement de son pays.

Depuis son jeune âge, Eunice a toujours eu une flamme assez forte pour le numérique. Cet amour qu'elle ne peut expliquer où et comment est-il né.

Une partie de son adolescence est frappée par un événement douloureux qui est la perte de son père. Ayant vécu dans un environnement qui n'a pas toujours accepté

son choix pour les métiers du numérique. Eunice s'est donc retrouvée à faire les Mathématiques alors qu'elle n'était pas une passionnée de cette discipline. Grâce à sa bravoure, elle a un jour décidé d'abandonner la faculté des sciences pour une autre direction. Cette fois-ci où sa passion l'envoie, "car il est temps d'accomplir

mon rêve» dit-elle avec conviction. Après avoir mis un terme à sa formation en Mathématiques, la jeune Eunice encourt un risque, celui de ne pas réussir sa vie, car son avenir devient incertain.

Compte tenu de son âge, elle n'a pas assez de ressources pour parvenir à ses fins. C'est de là qu'elle prend la résolution de s'auto former en programmation en utilisant internet non comme un objet de divertissement, mais comme un outil de travail.

Seréveillertouslesmatinsdoitêtrealimentéparunélémentqu'onappelle«Passion». Celle-ci est un élément indispensable pour une carrière excellente. Autant il est possible d'exercer avec excellence une activité qui ne porte pas encore de fruits tout simplement parce que le faire nous passionne. Autant, le contraire ne peut se faire, car il est impossible de donner le meilleur, lorsque nous n'avons pas d'abnégation.

Le manque de passion a été pour Eunice un tremplin. Car, il était judicieux pour elle de mettre un terme à sa formation en Mathématique pour que la jeune fille se révèle au monde.

Après avoir passé deux années à la Faculté de Sciences, Eunice considère que rien de ce qu'elle a pu accomplir jusqu'ici aurait été possible sans son passage à la Faculté des sciences de l'université Marien Ngouabi de Brazzaville. Car dit-elle « *les deux années ont été bénéfiques.* »

En parlant de sa réussite, Eunice mentionne trois éléments dont la préparation, les objectifs, et la foi. Concernant la préparation, elle souligne qu'il faut y mettre du sérieux, car la réussite n'est pas le fruit du hasard. Quant aux objectifs, elle entend par là, le fait de se donner une discipline au quotidien afin d'arriver à ses fins.

Au contraire, Eunice pense que lorsqu'on est orphelin, on se doit de faire mieux, parce qu'il y a quelqu'un qui vit au fond de nos souvenirs et qui aurait été heureux de nous voir réussir. Il est vrai qu'au point de vue du soutien, il est possible que l'on se retrouve dans des difficultés. Mais quand bien même ces difficultés seraient nombreuses, elles ne constituent pas une impossibilité. Aussi jeune, les aléas ont permis à Eunice d'exceller dans le numérique.

Elle pense que chaque jeune doit se relever et réaliser que perdre un parent n'est pas la fin, car il y a une vie après le deuil. Pour Eunice, la seule manière de conserver la lumière c'est de vivre comme si elle n'avait jamais été sur elle. Si le travail acharné est ce qui a permis aux congolais de découvrir Eunice, ce n'est qu'en travaillant dur qu'elle saura être cette femme hors du lot.

Elle affirme que les opportunités ne viennent pas à nous, c'est nous qui devons aller vers elles. Bien qu'elle soit aujourd'hui un exemple pour plusieurs, Eunice croit qu'elle n'est pas encore au zénith de son parcours et ne cessera de donner le meilleur d'elle.



Roselyne Aissi Gomes : Docteur en pharmacie, créatrice de mode et promotrice du concept Koteya

Docteur en pharmacie, âgée de 40 ans, mariée et mère de 3 enfants, Roselyne Aissi Gomes, est une femme aux miles talents et aux multiples casquettes. Elle a créé sa propre marque de vêtements « KETSSYA » après avoir co-dirigé la marque de vêtements « Emotions by us » en association avec une amie pendant 4ans. Roselyne est également à la tête du concept éducatif et ludique KOTEYA, qui offre une émission à contenu éducatif pour les parents, des activités ludiques et supports éducatifs made in Congo pour les enfants d'ici et d'ailleurs. Dans cet entretien avec Mama Mag, Roselyne Aissi Gomes revient sur son parcours atypique, ses réalisations et les difficultés qu'elle a rencontrés tout au long de son cheminement.

Après l'obtention de son diplôme de Docteur en pharmacie en France en 2007, c'est finalement en 2017 qu'elle décide de rentrer au Congo, sa terre natale pour y implanter sa pharmacie et s'y installer définitivement.

En 2019, son amour pour la mode l'a poussé à créer en association avec une de ses amie la marque « Emotions by us » une marque de prêt-à-porter congolaise orientée vers les expatriés.

Après la pandémie covid19, elle a lancé la marque de vêtement et accessoires « KETSSYA » qui se concentre entièrement sur le marché local afin de combler les désirs de la femme congolaise en matière vestimentaire.

En 2021, étant confronté au choc d'adaptation émotionnelle de son fils au Congo, et consciente des difficultés similaires rencontrées par d'autre parents, Roselyne met en place le concept « KOTEYA » qui regroupe en son sein un contenu éducatif composé d'une émission de qualité pour les parents, des activités ludiques et supports éducatifs comprenant des cartes pour mieux connaître la faune africaine et découvrir la culture congolaise ainsi que les langues du terroir, des ateliers de danses et slam, et bien d'autres



pour les enfants congolais et d'ailleurs.

Passionnée par ce qu'elle définit être sa mission de vie, Roselyne impacte et transforme des vies au travers de son émission Koteya qui propose aux parents un cadre idéal pour aborder efficacement les challenges de la parentalité car dit-elle : « Être parent n'est pas une chose facile, c'est le métier de Toute une vie, on ne finit pas d'en apprendre de ses enfants ».

Roselyne a dû affronter de nombreux obstacles dans la réalisation et la diffusion de son émission Koteya. Trouver des partenaires qui partageaient sa vision de produire un contenu de qualité, avoir des invités appropriés et sélectionner des endroits attrayants pour tourner l'émission ont été pour elle un défi majeur. Elle a aussi été confrontée aux refus catégoriques de diffuser gratuitement son émission sur certaines chaînes de la place.

Toutefois, Roselyne a continué à chercher d'autres options pour diffuser son émission.

Par concours de circonstance, Canal+ s'est intéressé à son profil et lui a offert une invitation à l'émission le cœur des femmes, un passage qui lui a permis d'atteindre une audience plus large. Cela lui a permis de retenir l'attention de l'un des partenaires de l'événement, NTI média qui lui propose de diffuser son émission sur son canal et lui permet d'être aujourd'hui suivi au Rwanda, au Burkina Faso, au Sénégal, en Côte d'Ivoire et au Gabon. Désormais, le soleil brillant sur Roselyne, le prix du meilleur engagement lui a été décerné au Ponton Awards en Aout 2022.

Au quotidien, ce qui l'aide à jongler entre la vie professionnelle et familiale, c'est sa capacité à déléguer certaines tâches. Roselyne s'associe avec des personnes de confiance et s'assure de communiquer véritablement sa vision à ses collaborateurs. Son mot d'ordre c'est la gestion du temps, elle n'hésite pas à définir des plages horaires spécifiques pour chaque activité et ne néglige pas pour autant la formation de son personnel.

Malgré ces difficultés, Roselyne Aissi Gomes continue de croire en son projet et travaille dur pour le faire évoluer. Aujourd'hui, elle souhaite que KOTEYA permette aux enfants de découvrir leur culture et se forger une identité tout en aidant les parents à trouver des solutions à leurs défis quotidiens.



Rachel Loussika : « Je rêve de voir une nouvelle génération de jeunes femmes afro-descendantes leaders et participant au développement du continent africain. »

Agée de 21 ans, Rachel LOUSSIKA est une jeune femme leader, créatrice de contenu, cheffe d'entreprise et porte-étendard de la communauté féminine "les intentionnelles". Son cœur brûle de voir une nouvelle génération de jeunes femmes afro-descendantes leaders qui participent de façon continue à l'émergence du continent Africain. Son succès fulgurant sur les réseaux sociaux lui vaut une audience de plus de 52 000 followers sur YouTube, 13 000 followers sur Instagram et 40 000 followers sur Tik Tok.

Femme engagée et ambitieuse, elle a fait ses premiers pas à Brazzaville en République du Congo avant de poursuivre son cursus scolaire et académique à Paris en France. Après l'obtention de mon Bac général en Économie et Sociologie, elle poursuit ses études en Techniques de Commercialisation à l'IUT de Sénart-Fontainebleau afin d'avoir des connaissances plus adaptées à l'entrepreneuriat.

A l'âge de 15 ans, elle se lance dans la création de contenu sur YouTube, une expérience grâce à laquelle elle a appris la création de contenu, la gestion des réseaux sociaux, le storytelling, le

■ Profils inspirants

montage vidéo et plein de compétences liées à la communication digitale.

Elle décide ensuite de réutiliser ses compétences en s'engageant bénévolement en tant que chargée de communication au sein de l'association Think Greater.

Le 25 Août 2020, elle a créé sa marque de planners et carnet "Intentionnel" dans le but d'inculquer la culture de la planification et d'améliorer la productivité de ses pairs.

En juillet 2022 s'en est suivi le lancement de sa plateforme féminine "les intentionnelles" qui réunit une communauté de jeunes femmes à l'international qui aspire à avoir un impact positif dans la société grâce à leur projet professionnel ou entrepreneurial.

Elle organise avec les intentionnelles des Master Class, Sessions de travail, Brunchs et des retraites dans le but d'investir en chaque femme afin de

leur apprendre à vivre une vie intentionnelle.

Ces événements ont lieu en ligne sur différentes plateformes digitales et en présentiel notamment à Paris, Dakar et Abidjan. Femme aux grandes ambitions, elle est à la tête de l'agence de communication NEHIYR, une agence basée à Dakar qui accompagne les dirigeants dans leur personal branding et les en-

l'ont hissé à une place de choix auprès de ses internautes. Son succès fulgurant sur les réseaux sociaux lui vaut une audience de plus de 52 000 followers sur YouTube, 13 000 followers sur Instagram et 40 000 followers sur Tik Tok. Deux sujets lui tiennent à cœur : L'autonomisation de la jeune femme africaine francophone grâce à l'emploi, l'entrepreneuriat, le développement du leadership et le développe-



treprises dans la création de contenu, la gestion de leurs réseaux sociaux et des formations en communication digitale.

Influenceuse hors pair, sa créativité et son authenticité sur les réseaux sociaux

ment du continent Africain.

« Je rêve de voir une nouvelle génération de jeunes femmes afro-descendante expertes dans leur domaine, leaders et participant au développement du continent africain. » nous a-t-elle confié.



Exaucée Makuiza : L'étoile montante de l'industrie de la mode

Plongez dans l'Univers captivant d'Exaucée Makuiza, une jeune Mannequin de 22 ans étudiante en droit des affaires, créatrice de contenu sur YouTube et chrétienne. Elle partage son parcours dans l'industrie de la mode sur ses réseaux sociaux et encourage les autres à suivre leurs passions tout en cultivant l'acceptation de soi et le développement personnel. Comment cette force de la nature parvient à tout concilier, avec élégance et style, tout en transmettant un message positif et inspirant à travers ses plateformes ? Dans cet entretien, la jeune Mannequin de Chez Elite Models nous raconte son histoire et nous partage son point de vue sur le métier.

Exaucée a commencé sa carrière de mannequin presque par hasard. Bien qu'elle n'ait jamais pensé à faire du mannequinat sa profession, son physique élancé et sa taille de guêpe ont attiré l'attention de son entourage, qui lui a souvent conseillé de tenter sa chance dans ce domaine.

C'est en 2017 qu'elle a finalement décidé de se lancer, après avoir vu par hasard une annonce du concours Elite Models sur les réseaux sociaux.

Malgré la forte concurrence, elle a été sélectionnée pour participer à la compétition et a réussi à se hisser parmi les finalistes. Cette expérience a lancé sa carrière de mannequin auprès des plus grands, et lui a même valu un article dans le prestigieux magazine Madame le Figaro.

Reconnaissante envers Dieu, Exaucée considère que tout est grâce et que cette opportunité est une bénédiction.

Pour Exaucée, travailler dans le domaine du Mannequinat est passionnant mais exi-

geant. Le mannequinat n'est pas uniquement lié à l'image, il est aussi une opportunité de représenter quelque chose qui lui tient à cœur.

Elle souligne qu'il est important de développer un message fort, travailler sur sa personnalité pour s'affirmer dans ce domaine, c'est pourquoi elle prône le développement personnel et l'acceptation de soi car ce sont ses valeurs qui l'aident à garder les pieds sur terre.

« Le développement personnel et l'acceptation de soi sont des devoirs pour chaque individu, car ils permettent de s'épanouir pleinement dans la vie ».

La jeune femme est également très active sur les réseaux sociaux où elle partage ses expériences en tant que mannequin et prodigue des conseils aux jeunes qui souhaitent se lancer dans ce domaine.

Le mannequinat est selon elle mal perçu d'où elle souhaite redorer l'image de ce métier en aidant les gens à mieux le comprendre.

Au travers de son expérience dans le mannequinat, elle souhaite aider les jeunes filles à se sentir plus en confiance et plus à l'aise avec leur corps. Chrétienne et fière de l'être, elle attribue toutes ses réalisations à la grâce de son créateur.

Sa foi est son arme de définition qui lui permet d'évoluer dans un environnement



considéré comme superficiel par la plupart des gens.

Pour ce faire, Exaucée établit des bases solides avec ses agents bookers en leur faisant part des limites qu'elle ne souhaite pas franchir dans le cadre du métier.

Dans le monde de la mode, l'équilibre est crucial. Bien que cela puisse offrir des avantages financiers, des opportunités incroyables, des connexions et des expé-

riences enrichissantes, il est important d'avoir une solide formation professionnelle.

Exaucée a souvent entendu dire que le mannequinat était une belle façon de commencer la vie professionnelle, mais qu'il était difficile de continuer sans une base solide.

Elle croit que l'organisation et la priorisation sont essentielles pour réussir. Etant en dernière année de Licence, elle prévoit poursuivre ses études avec un Master en droit international des affaires et promouvoir davantage l'acceptation et l'amour de soi.

En résumé, le métier de mannequin peut sembler superficiel, mais cela ne représente pas toujours la vérité. Exaucée nous a démontré qu'il est possible de travailler dans l'industrie de la mode tout en gardant un équilibre entre ses études et ses convictions.

C'est une leçon de vie inspirante pour les jeunes femmes qui souhaitent se lancer dans ce domaine.



Leslie Canaan : Une Deep coach professionnelle brillantissime

Depuis la création de son entreprise CRE-ACTIV SAS en 2020, Leslie Canaan est une Deep coach professionnelle dont la passion pour le coaching ne cesse de transformer les vies au sein de la société Congolaise où elle évolue et au-delà des frontières. Son entrée en scène remarquable, son dynamisme et son professionnalisme lui ont valu des interventions aux activités de grande envergure tel que : L'académie du leadership féminin, le Watch Me Talk, le diner-coaching à Brazzaville, Kinshasa, Libreville, Abidjan, Paris et autres.

Son leitmotiv c'est de s'épanouir et de voir d'autres personnes prospérer autour d'elle. Leslie Canaan est une jeune entrepreneure aux multi-potentiels dont le rayonnement n'est plus à prouver dans sa terre natale le Congo mais aussi sous d'autres cieux.

Elle a à son actif plusieurs casquettes notamment : Cheffe d'entreprise, animatrice télé, artiste, conférencière, coach professionnelle. Détentrice d'un BTS en

communication, d'une licence en événementiel et d'un master en management et entrepreneuriat à l'INSEEC Business School de Paris,

Elle est aussi titulaire d'un diplôme de Deep coach professionnel à la Serenity Coach Institut de Marseille, diplôme à l'issue duquel elle a pu acquérir des outils et méthodes nécessaires pour exercer ledit métier selon les règles de l'art.

Passionnée du coaching, elle transforme excellemment la vie de ses coachés au travers d'un éventail d'activités qu'elle organise tant collectivement qu'individuellement à des prix complètement généreux.

Sa particularité c'est de travailler sur des aspects professionnels abordés sous un angle de développement personnel en faveur du développement professionnel.

Dans le but d'aider ses coachés à atteindre leurs objectifs professionnels,

elle aborde entre autres plusieurs thématiques dont les plus redondantes sont : L'entrepreneuriat, le leadership, la prise de parole en public, la confiance en soi et l'estime de soi. Bien que le coaching ne soit pas encore apprécié à sa juste valeur en

capable de nous faire voir les choses telles qu'elles sont avec bienveillance, neutralité et confidentialité afin de nous aider à nous développer personnellement et professionnellement. »

S'inspirant de sa propre ex-



Afrique et particulièrement en République du Congo, le coaching est cependant un levier incontournable du développement personnel et même professionnel. Selon Leslie, le coaching permet : « d'avoir une personne extérieure qui nous accepte telle que nous sommes et qui est

périence, elle invite toutes les femmes du Congo et d'ailleurs à faire bouger les lignes autour d'elle tout en ayant l'excellence comme soubassement de toutes leurs initiatives car dit-elle, « Il y a de la place pour tout le monde, la moisson est grande mais il manque d'ouvriers. »



Thalie AZELINE DIOUF : La mode, une passion devenue une profession

Conseillère vestimentaire, styliste et créatrice de la marque de vêtement "TABITHA COLLECTION", Thalie Azeline AYAT-SOU DIOUF est une passionnée de la mode. Epouse et mère de trois enfants, elle a passé son enfance à Franceville au Gabon jusqu'à l'obtention de son baccalauréat série D en 2011. En 2012 elle se rend au Sénégal pour poursuivre ses études universitaires où elle a obtenu en 2016 un master en Industrie chimique et agroalimentaire à l'école supérieur polytechnique de Dakar. Sa passion pour la mode l'a emmenée à lancer en 2018 "Tabitha couture" une maison de couture. En 2019, elle décide de convertir Tabitha couture en Tabitha collection une marque de prêt-à-porter de renommée internationale.

■ Profils inspirants

Après l'obtention de son diplôme et son entrée dans le monde professionnel, Thalie Azeline AYAT-SOU, décide alors d'atterrir dans le monde de la mode.

La décision de se lancer dans la mode est arrivée suite aux commentaires positifs de son entourage par rapport à son style vestimentaire.

C'est ainsi qu'elle pensa à créer un atelier de couture pour confectionner et apporter du sien dans la vie des autres.

Ayant commencée l'atelier de couture qu'elle nomma TABITHA COUTURE avec une seule machine qui lui avait été prêtée, elle a rencontré de multiples problèmes avec les commandes des clients.

Elle a quelquefois ratée la confection de certains vêtements, et a dû faire face aux mécontentements de ses clients et elle se sentait parfois obligée de rembourser ces derniers.

C'est alors qu'elle mûrit l'idée de la création d'une marque de vêtement Tabitha collection, car dit-elle : « si tu as

une marque de vêtements, le client ne pourra que se contenter de ce que tu offres ».

Elle a fait face à des problèmes techniques comme le manque de matériaux adéquats pour le travail, la main d'œuvre qui n'a pas été abordable, l'expédition à l'extérieur qui au départ était difficile mais ces problèmes ont été résolus grâce à des efforts fournis et au travail acharné.

Après tant d'échecs avec l'atelier de couture, sa marque de vêtement Tabitha collection su réajuster le tir pour donner du poids à la vision.

Avec un nombre inférieur à 100 followers sur Facebook au départ aujourd'hui Tabitha collection compte de plus de 8000 followers sur Instagram et 7000 followers sur Facebook.

Elle a su étudier son domaine et l'analyser, elle a montré beaucoup de patience et surtout, elle a appris à considérer les remarques des clients ce qui lui a permis de s'améliorer dans son domaine.

À court, long et moyen

terme, elle prévoit vendre sa marque à d'autres boutiques, faire des livraisons et des ventes privées en Europe et particulièrement en France.

Elle travaille pour que la marque de vêtements Tabitha collection produise ses propres imprimés. Et enfin elle prévoit d'avoir une école de stylisme au Gabon.

L'entreprise de mode de madame Diouf a connu une grande visibilité sur les réseaux. Grâce aux réseaux sociaux, elle a pu bâtir une image forte de sa marque, s'attirer des clients des quatre coins du monde et augmenter son chiffre d'affaires.

« La patience est la clé de la réussite d'un projet, la confiance en soi et à sa vision est la force qui vous aidera à ne jamais abandonner, ne pas avoir peur, à vous armer de beaucoup de courage.

Il savoir repérer sa cible et foncer, savoir fermer l'oreille à toutes pensées négatives même venant des personnes qui sont au tour de vous ».



📍 67, Avenue 3Martyr(Moungali)

☎ +242 06 899 96 25



📍 67, Avenue 3Martyr(Moungali)

☎ +242 06 899 96 25



NOELLY GALOY : Une écrivaine éprise de réconcilier la société avec le livre

Femme de lettres, amoureuse de la littérature, Noëly Galoy est une écrivaine de 24 ans qui dans sa gibecière littéraire compte deux livres : "Il est temps de rallumer les étoiles" et "les grandes femmes sont faites de petites filles". Dans cette interview avec MAMA MAG, Noëly Galoy nous plonge dans les tréfonds de son parcours littéraire.

Pouvez-vous vous présenter à nous ?

Je suis Noëly GALOY une écrivaine congolaise de 24 ans. Je suis auteure de deux livres : "Il est temps de rallumer les étoiles" et "Les grandes femmes sont faites de petites filles". Je travaille dans la restauration à mon propre compte. Mon entreprise est pour le moment unique-

ment en ligne et s'appelle Homemade. Elle est spécialisée dans la confection des pâtisseries, d'entremets et de gâteaux d'anniversaire.

2. Parlez-nous de votre parcours académique et professionnel ?

Après un parcours scolaire classique et après obtention de mon BAC, j'ai réussi au concours d'entrée en faculté des sciences de santé de l'université Marien Ngouabi de Brazzaville. J'y ai étudié pendant trois ans avant de tout laisser tomber pour m'essayer en littérature ma véritable passion. J'ai donc publié en 2020 mon premier essai intitulé "il est temps de rallumer les étoiles".

3. Vous êtes auteure de deux livres, dites-nous d'où vient votre passion pour la littérature ?

Aussi loin que je me souviens, j'avais 9 ans quand j'ai lu mon premier livre

sans image : « Les malheurs de sophie », depuis je n'ai pas décroché. J'ai lu plus de livre que mes années de vie alors oui c'est la lecture qui a nourri cette passion. Une semaine ne suffirait pas pour vous dire tout ce que la littérature a apporté à ma vie. Tout se résume en ceci : Epanouissement ! Par ailleurs, elle m'a rendu plus rigoureuse, plus attentive, plus disciplinée. Elle a développé mon esprit créatif, critique et aussi mon argumentaire.

Quel combat meniez-vous au travers de votre plume ?

Il n'y en a pas qu'un seul. Mais j'écris sur des sujets qui me tiennent à cœur, principalement : L'importance de se rapprocher de Dieu, de le connaître, et de le laisser diriger nos vies puisqu'il en est le créateur, le laisser nous guider dans la véritable raison de notre existence.

Comment pensée vous redorer le blason de

la littérature dans cette génération ?

Je n'ai pas la prétention d'être l'élue choisie pour redorer le blason de la littérature dans une génération de plus en plus détournée de l'essentiel. Néanmoins, pour que la littérature reprenne sa véritable place au sein de la société Congolaise en particulier, il faut une union de force, des efforts collectifs et une responsabilisation de tous ceux que ça concerne : l'éducation nationale, les écrivains déjà existants, ... afin de réconcilier la société et le livre.

Quelles difficultés aviez-vous rencontrer dans le processus de publication de vos deux livres ?

Comme beaucoup de mes confrères sans doute : l'édition. Il m'était difficile de trouver un éditeur fiable, et même après avoir trouvé un éditeur étranger qui a cru en

mon projet littéraire, la difficulté résidait encore au moyen de faire parvenir des exemplaires de mes livres sur le sol Congolais.

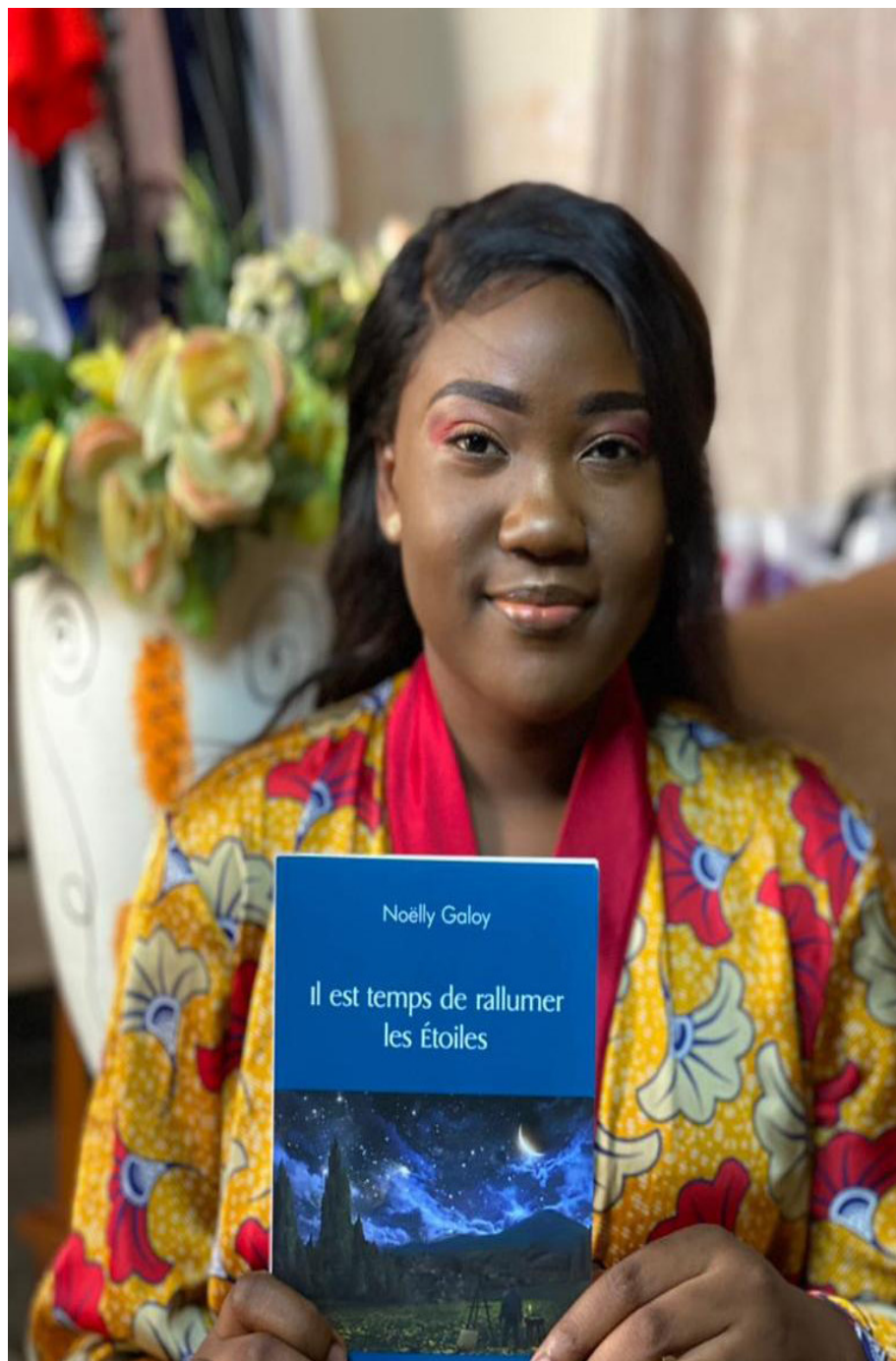
Hormis la publication de livres, avez-vous un autre plan pour rendre ses lettres de noblesse à la littérature au sein de la société Congolaise ?

Oui, il y a un an, avec une agence de jeunes entrepreneurs nous avons organisé une conférence culturelle à la préfecture de Brazzaville, conférence au cours de laquelle j'ai exposé de manière détaillée au sujet de mon premier livre.

Votre mot de la fin

Aucune existence n'est le fruit d'un hasard, il y a un but réel et véritable à chaque vie humaine. La prise de conscience de cette vérité est essentielle parce que chacune de nos vies compte et qu'aucune existence n'a été vaine.

» Zoom sur le livre : Il est temps de rallumer les étoiles



Publié en avril 2020 aux éditions édilivre par Noëly Galoy, « Il est temps de rallumer les étoiles » est un Essai comportant quatre-vingt-douze (92) pages réparties en huit chapitres. Ce livre aborde des

thématiques tel que : l'amour, le pardon, la vie, la mort, la résilience, les différences entre les hommes, etc. Ce livre dans son entièreté est une invitation à chaque être humain à faire bon usage de

son existence tant pour lui que pour les autres. Ce livre est disponible qu'en France et sur Amazon.

« Nous sommes une unité de diversités, nous formons un tout appelé-humanité. Non pas que nous soyons exactement pareils, toutefois au sens profond, nous ne sommes pas si différents.

Nos ressemblances se trouvent dans nos différences, car il faut que chacun soit ce qu'il doit être, afin que des différences naissent l'harmonie et que de là soit engendré le lien qui nous unit.

Nos différences ne sont qu'extérieures, mais à l'intérieur, nous sommes tous pareils, à l'intérieur, nous sommes lumières... » dit l'auteur dans le résumé.



C'est dans le but de montrer l'impact de l'enfance sur la vie d'adulte que Noëly Galoy a publié en Août 2022 le roman intitulé Les grandes femmes sont faites de petites filles.

Ce roman relate l'histoire de Nina Rivera une jeune femme ayant eu une enfance tumultueuse et qui, devenue adulte manque de confiance en elle et se lance dans une quête d'elle-même.

Il compte 168 pages réparties en deux parties. La première partie traite des thématiques liées aux relations parents-enfants, la vie d'adulte, le but de l'existence, etc.

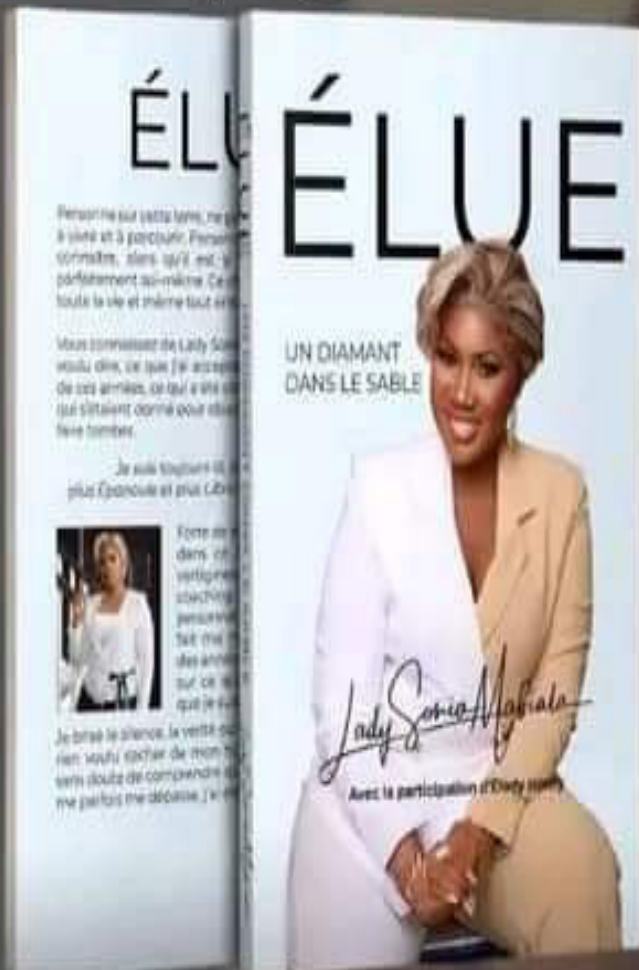
La seconde partie met l'emphase sur la renaissance de Nina Rivera qui a gagné en estime d'elle, rencontré l'amour et qui surtout décide prudemment de ne pas reproduire le schéma chaotique de sa famille.

Ce livre est disponible sur Amazon et à la librairie des dépêches de Brazzaville.

ÉLUE

nouveau livre de notre Coach

Lady Sonia M.



Déjà disponible sur 





Doriane IKO : Être chic avec un petit budget

Passionnée de la mode et amoureuse de la friperie, Doriane IKO est l'une des fondatrices de trois boutiques en ligne. Dans cette interview avec MAMAMag elle nous révèle comment être chic avec un petit budget.

Pouvez-vous vous présenter à nous ?

Je suis Doriane IKO de nationalité congolaise âgée de la vingtaine, je suis passionnée de la mode, et co-fondatrice des amis de la mode et TOLATAFRIP, CEO du

page d'Agathe avec plein de projets en tête.

Comment faire pour trouver de bons articles de mode à moindre coût ?

Pour trouver de bons articles à moindre coût, il

faut aller dans la friperie et aussi vers les petites marques. N'achetez pas les grandes marques si vous avez un petit budget c'est du fake, tout de suite ça se remarque, et ne mettra pas du temps c'est un très mauvais investissement, prenez plutôt de petites marques qui sont de bonne qualité et à des prix favorables.

Comment faire le choix des vêtements et accessoires (sacs, chaussures, bijoux) pour être chic en fonction de la saison actuelle ?

Pour être chic en fonction de la saison actuelle, il faut aller vers les couleurs en ce qui concerne les vêtements, chaussures et sacs.

Osons les couleurs, privilégions les blazers, la 3eme pièce complète la tenue, les ensembles c'est une tendance depuis quelques années et Je dis souvent : « si j'étais un ha-

#Mode

bit je serai forcément une chemise blanche », c'est un intemporel du dressing et il y'a eu une très grande tendance avec les chemises en jeans.

Le manque d'accessoires dans vos looks c'est une pizza sans fromage. Pour les accessoires il faut aller dans les choses modernes : les petits colliers, les colliers à double ou à triple mais les gros sont beaux et il faut savoir comment les porter, on a les petites montres quand on y ajoute les petits bracelets c'est très beau, on a aussi de petites bagues et de manchettes. En ce qui concerne la couleur je vous conseille l'argenté et le doré mais après le bronzé est aussi beau, tout dépend de comment vous l'utilisez.

Comment être belle élégante et tendance avec la friperie ?

Pour être belle, élégante et tendance avec de la fri-

perie je vous prie de ne pas prendre les habits usés, portez les bien, nettoyez et repassez-les. Marchez tête haute, et on aura l'impression que vous sortez d'une grande boutique.

Comment associer les couleurs tendances en fonction de la saison actuelle ?

La saison actuelle c'est un voyage de couleur, il faut juste être prête à oser il y'a des mélanges comme : du rose/orange, rose/vert, orange/vert, vert/bleu, orange/marron, vert/violet, violet foncé/violet clair, rouge bordeaux/rouge sang, rose/violet, vert/rose, marron/blanc, marron/beige et même marron/noir il y'en a plein.

D'où est née l'idée de la vente de vêtement en fin de série ?

En 2019, mon associée et moi avons lancé une boutique en ligne qui s'appelle A2M spéciali-

sée dans le prêt à porter pour hommes et femmes. Après quelques failles, elle me dit alors qu'on n'arrête pas avec les A2M mais qu'on crée une boutique qui sera spécialisée dans la vente de friperie.

Et comme toutes les deux nous sommes amoureuses de la friperie, on s'est lancé dans la friperie. Et en 2023, on a décidé de donner un autre sens à TOLATAFRIP au lieu d'aller au marché désormais nous allons vers les marques pour acheter les fins de séries et vous les revendre.

Avez-vous des boutiques à nous recommander afin de trouver de bons vêtements à moindre coût ?

Si vous n'avez pas de sponsor acheter des habits de qualité à moindre coût : allez à TOLATAFRIP, c'est la reine mère vous trouverez des fins de série, des habits de qualité avec étiquettes mais à des prix abordables,





Gésiers aux champignons à la crème fraiche avec le pain de riz

INGREDIENTS

1 Kg de Gésiers

0.25ml de Crème fraiche légère

1 cuillère à café de poivre noir

1 cuillère à café de gingembre

1 cuillère à café de muscade

1 cuillère à café de moutarde

½ cuillère à café de sel

250g de champignons

2 Tiges de Persil

2 Tiges de Céleri

1 oignon

2 tiges de ciboule

½ gousse d'ail

5 cuillères à café d'huile tournesol (ou de votre choix)

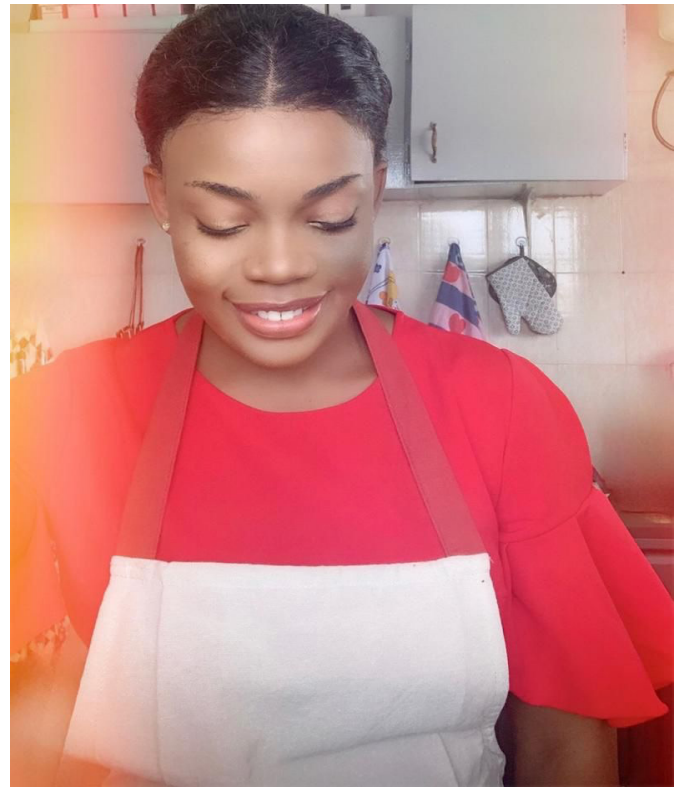
1 verre de riz Basmati (ou de votre choix)

½ cuillère à soupe rase de beurre

#Cordon Bleu

Préparation Viande aux champignons et à la crème fraîche

1. Mettre les gésiers dans une marmite, assaisonner avec le poivre noir, le gingembre, la muscade, la moutarde et ajouter le sel. Rapper l'ail et mélanger le tout.
2. Mettre un peu d'eau et mettre au feu pour environ 15 à 20 min (jusqu'à la cuisson totale) puis réserver.
3. Mettre une poêle à chauffer et verser l'huile. Dès que l'huile commence à chauffer verser les oignons (préalablement découpés en petits morceaux). Faire dorer légèrement.
4. Découper le persil, le céleri et la ciboule en fines lamelles et ajouter aux oignons. Faire frire le tout pendant 1 min.
5. Ajouter les champignons au mélange et faire frire le tout pendant au moins 3min.
6. Rajouter les gésiers, et 5 cuillères à soupe du bouillon de gésiers (soupe restante des gésiers après leur marinade) et laisser mariner 5 min.
7. Verser la crème fraîche et remuer le tout jusqu'à ce que le mélange devienne homogène. Laissez cuire 2 à 3min.
8. Rajouter quelques feuilles



de persil. Votre plat est prêt !!!

Préparation du Riz

1. Mettre une casserole à chauffer.
2. Mettre le beurre et le faire fondre.
3. Ajouter ½ cuillère à café de sel.
4. Verser le riz et mélanger le tout jusqu'à ce que le riz devienne légèrement doré.
5. Verser 2 verres d'eau.
6. Laissez cuire jusqu'à ce que l'eau se termine. Votre riz est prêt.

Bon Appétit !!!



Le Congo au féminin : Une invitation succincte à la renaissance des femmes Congolaises

Le samedi 25 Mars 2022 au Radison blu de Brazzaville, s'est tenue la deuxième édition du salon de la femme dénommé « Le Congo au féminin. ». Le Congo au féminin est un salon qui rassemble les femmes congolaises dans le but de les aider à développer leurs compétences, gagner en confiance, à concrétiser leurs projets afin d'atteindre l'indépendance financière.

Plus d'une centaine de femmes se sont rassemblés dans des conférences, workshop et expositions sous le thème 'Renaissance'. Un thème qui a été décortiqué par plusieurs panélistes haut de gamme d'ici et d'ailleurs qui ont su chacune pour sa part transmettre de l'ambition aux femmes présente.

La promotrice de ce salon Emilia MAMBIS-SA MOUKENGO a ouvert le bal en entretenant les femmes sur comment devenir une femme vision. Selon elle, devenir une femme de vision est un parcours parsemé

d'innombrable épreuves d'où pour y arriver, il faut faire preuve de renaissance. « La renaissance pour moi ce n'est pas forcément mourir et renaître. C'est aussi mettre un terme à un chapitre de notre vie. C'est se relever après un échec. C'est faire une transition entre un état premier à un état second sachant que cet état second est meilleur que l'ancien. » a-t-elle affirmée dans de son intervention.

Plusieurs thématiques ont été abordées lors dans ce salon en l'occurrence : Le rôle de la femme, surmonter les

obstacles, entrepreneures d'ici et d'ailleurs, de l'idée à la création d'entreprise, construire sa e-réputation, découvrir les métiers du numérique, influencer par les outils de communication, parcours d'une femme inspirante, se démarquer dans un secteur difficile, élaborer une stratégie commerciale et digitale, financer son projet, développer son leadership, guérir des blessures intérieures.

L'une de ses intervenantes Sarah Yakan fondatrice du magazine femme d'influence a entretenu les femmes sur com-

belle assise et d'écouter ses merveilleuses femmes expérimentées qui ont bien voulu partager avec nous leurs parcours et leurs expériences. Je sors de cette activité émue et suffisamment boostée pour faire bouger les choses autour de moi. »

« Je pense qu'Emilia Mambissa qui organise cette édition le Congo au féminin a voulu que je sois là parce qu'en Côte d'Ivoire on a le média le plus large qui traite des problématiques liées à la femme. Il est important d'avoir l'expérience des autres en Afrique, de comprendre et voir quels sont les



ment développer leur leadership a-t-elle confiée : « Pour moi, le leadership c'est la capacité de guider par l'exemple. On devient une référence parce qu'on guide par l'exemple, et cette exemplarité vient de notre parcours et de ce qu'on est capable de transmettre aux autres. »

Les participants n'ont pas manqué d'exalter cette belle initiative : « C'est un réel honneur pour moi de prendre part à cette

problématiques que nous avons de notre côté et d'en discuter sur le continent. » nous a confiée Aïssata Sidibé présidente de l'ONG Yelenba women in action et speaker de cet événement.


Cette deuxième édition du Congo au féminin a été une véritable réussite car les femmes présentes ont saisi la quintessence de cette belle activité. Il est à présent temps que les femmes congolaises renaissent de leurs cendres pour prendre en mains leur destinée.





Les Intentionnelles

TOURNÉE

Internationale

 PARIS - 17/06/2023


 LYON - 18/06/2023

 DAKAR - 25/06/2023

 BOUAKÉ - 08/07/2023


 YAMOOUSSOKRO - 09/07/2023

 ABIDJAN - 15/07/2023

 LOMÉ - 22/07/2023

 LIBREVILLE - 29/07/2023

 BRAZZAVILLE - 05/08/2023

 KINSHASA - 12/08/2023

 CASABLANCA - 19/08/2023

 MONTRÉAL - 26/08/2023

 INSCRIPTIONS EN LIGNE  +337.45.52.12.55  CONTACT@RACHEL-LOUSSIKA.COM

    @RACHEL.LOUSSIKA

    @LESINTENTIONNELLES

La vitrine des femmes inspirantes

MAMA mag



NUMERO 1

Disponible



Téléchargement gratuit sur

www.mama-magazines.com



✉ mama.mag2022@gmail.com

📷 @Mama_mag22

📘 Mama Mag