

12 Femmes

Couple

Délaissée pour l'une de ses proches

LLIM

Libreville/Gabon

En questionnant certaines femmes sur le fait d'être remplacée dans son foyer par une autre, la réponse est la même: "rien à faire, la vie continue". Mais lorsqu'on leur demande quelle attitude aurait-elle si la remplaçante était une de leurs proches (amie, sœur ou parente), à ce moment les langues se délient. En considérant plusieurs paramètres dont les relations entre les amies ou sœurs devenues rivales. Certaines parlent de trahison et de scandale au sein de l'entourage, au point de les emmener à commettre l'irréparable. D'autres, en revanche, reconnaissent que c'est dur, mais que dans tous les cas, elles arriveront toujours à surmonter cette situation.

«LA rupture en elle-même n'est pas le problème, c'est plutôt le choix de la personne avec qui on est remplacée qui en est un. Car, dans la plupart des cas, une amie ou une sœur est sûrement la personne avec la-



Photo : LLIM

Estelle Meye, réaliste: «il faut accepter et surtout respecter leur choix».

quelle on entretient de très bonnes relations. C'est donc une rupture radicale et brusque qui peut nous amener à commettre l'irréparable», nous dit d'emblée Nadine M., sans emploi. Elle n'est d'ailleurs pas la seule à estimer qu'être remplacée par son amie ou sa sœur est une forme de trahison et un coup bas. Orelly Lendoye partage d'ailleurs cette opinion: « Si mon mari décide de me laisser pour une autre, je crois pouvoir m'en remettre, comme dans n'importe quelle rupture. S'il s'agit de

ma sœur ou d'une de mes amies les plus proches, c'est la forme d'humiliation la plus dure qu'il soit donnée à quelqu'un de vivre. Je pense même que cela peut me pousser au suicide.» Un sentiment que ne partage pas forcément Marie K., qui pense que c'est le vécu de chacun qui détermine sa réaction: « Pour moi, ma sœur quelque soit ce qu'elle décide de devenir à mon égard, reste toujours ma sœur. Une amie encore, on peut s'en défaire, si sa décision est de s'établir à la suite d'une relation durant

laquelle je ne suis pas allée très loin. Je ne peux que me résigner à l'accepter, même si au fond cela choque.»

Rachel M. a sa façon de voir les choses. Elle pense que ce sont ceux qui se surestiment toujours qui n'arrivent pas à se relever lorsqu'une telle situation se produit: « Le fait d'intérioriser l'idée selon laquelle une telle chose ne peut en aucun cas nous arriver fait qu'une fois qu'on se retrouve dans ce genre de schéma, se relever tient plus d'un exploit qu'autre chose. Si une telle situation se produit, je n'aurais qu'à me résigner et penser que cet homme n'était pas pour moi.»

Estelle Meye, une autre, s'inscrit dans la même logique: « C'est dur, mais on ne peut procéder autrement qu'en acceptant et, surtout, en respectant leur choix. Une chose est sûre, c'est qu'au sortir de cette relation, on trouvera une personne meilleure que celle qui nous a laissés pour une de nos proches.»

« La rupture traduit certes la volonté de chacun de regarder dans une autre direction et de commencer

une nouvelle vie. Mais décider d'entreprendre une relation avec une amie ou une sœur de son ex-compagne, n'est-ce pas là une façon de

prolonger la même la relation?», s'interroge Anne-Marie Kassa, enseignante, qui n'a pas cru si bien dire.

Trucs et Astuces

Entretien du bois doré...

S'il s'agit simplement d'entretenir régulièrement le bois doré de vos cadres ou consoles, passez un chiffon imprégné d'eau savonneuse. Utilisez un savon sur-gras, il ne contient pas de détergent et ne risque pas d'altérer la dorure.

...le cristal...

Oubliez les poudres à récurer au profit d'une poignée de gros sel et de 3 cuillères à soupe de vinaigre ajoutées à l'eau de votre vaisselle. Un vase ou une carafe terni(e) par la saleté redeviendra étincelant si vous introduisez à l'intérieur une poignée de sable ou l'équivalent de trois coquilles d'œufs. Remplissez d'eau puis agitez de façon énergique avant de rincer avec soin. S'il s'agit de bibelots, nettoyez-les avec un coton imprégné d'alcool à 90°. Passez ensuite un chiffon sec. Ils retrouveront ainsi tout leur éclat.

... le cuir...

Le cuir clair s'entretient avec du coton imprégné de blanc d'œuf battu en neige que vous passez sur toute la surface avant d'essuyer avec un chiffon de laine.

...et l'étain

Si votre étain n'est pas très sale, brossez-le à l'eau savonneuse. Cela suffira à son entretien. Pour détacher des objets encrassés depuis longtemps, il faut dans un premier temps les dépoussiérer. Mélangez ensuite un blanc d'œuf battu en neige à 2 cuillères à soupe d'eau de javel. Plongez une brosse souple dans cette solution et frottez. Laissez sécher et faites briller avec un chiffon imprégné de vaseline pure. Vous pouvez aussi nettoyer vos objets avec du papier journal imbibé de pétrole. Laissez agir 5 minutes avant de passer un chiffon propre sur toute la surface.

Rassemblés par COE

Coin cuisine

Ailes de dindon aux gombos



Photo : Cadette Ondo Ey

C'est prêt!

Ingrédients

2 kg d'ailes de dindon
6 gombos
6 tomates fraîches
1 oignon
1 poivron
1/4 d'huile de tournesol
sel

Préparation

Nettoyez les ailes de dindon avec de l'eau chaude. Réservez.

Découpez le gombo, les tomates, l'oignon et le poivron. Dans la marmite, versez les condiments dans l'huile préalablement chauffée, retournez. Puis, ajoutez les ailes de dindon, et du sel.

Enfin, ajoutez de l'eau. Laissez mijoter. Retirez au bout de 30 minutes.

Servez chaud.

Accompagnement

Manioc, Banane, Fufou.

Par CEO

Santé sexuelle et reproductive

Haro sur les grossesses non désirées pendant les vacances !

L.R.A.

Libreville/Gabon

C'est le pari des adolescents. Et pas seulement les jeunes filles, même si ce sont elles qui portent les bébés. Être papa à 15 ans entraîne bien des contraintes que les jeunes garçons n'ont pas envie de subir non plus. Comment feront les jeunes pour éviter le "pétrin"?

C'EST très souvent à la rentrée que les parents découvrent les égarements sexuels de leurs adolescentes. Preuve, s'il en est, que l'oisiveté des vacances débouche souvent sur des conséquences parfois regrettables. Pour apporter notre pierre à l'édifice, nous avons posé la question aux jeunes filles et garçons. Déjà, pour que l'idée reste en veille dans un coin de leur esprit et ensuite pour qu'ils pensent sérieusement, surtout les jeunes filles déjà sexuellement actives, à se prémunir contre un enfant qu'elles ne désirent pas tout de suite. Et qu'elles sachent, par ailleurs, ne pas compromettre leur future maternité par des comportements qui pourraient les rendre infertiles. Les silences éloquentes à

notre interrogation nous ont fait comprendre que les comptes seront encore nombreux en octobre prochain. Il n'empêche, certaines jeunes filles, bien que surprises par la question, ont tout de même balbutié une réponse.

Maureen Ongoth, nouvellement bachelière, nous livre son astuce pour ne pas être en "clope". « On peut s'amuser tout en restant vigilant. C'est-à-dire que s'il faut que l'on sorte avec des amis, il faudra déjà éviter de consommer l'alcool au maximum, parce que c'est souvent l'une des causes de cette histoire (rapport sexuel, NDLR). D'autre part, pour celles qui le font déjà, il faudrait soit se préserver, soit utiliser la pilule», murmure la jeune Maureen.

Pour Claudel Atangana, 17ans, ce sera l'abstinence, sinon le préservatif. « Mais en toute franchise, je ne suis pas encore intéressé par cette vie-là. Mes parents me promettent des études hors du pays, et la condition c'est que je fasse dans la retenue. Et puis avec ma mère, on a fixé l'ordre des priorités. Les femmes seront toujours là. Cela fait vieux jeu comme elle le souligne souvent, mais ça m'est utile», estime l'adolescent.

Coralie Padjjs, danseuse



Photo : L.R.A

Le Dr Nathalie Ambounda. Photo de droite : La danseuse Coralie Padjjs.

chorégraphe, plus connue sous le nom de La Louve, nous a aussi partagé son secret pour des vacances sans bébé non voulu. «Tout d'abord, je me lance dans une activité sportive pour pouvoir m'occuper et ne pas penser au sexe. Mais vu que nous sommes des humains, et que la majorité d'entre nous a un petit ami, je me protège tout simplement à chaque rapport sexuel. J'utilise un préservatif avec mon conjoint. Mais avant, je discute de temps en temps avec lui sur les aspects négatifs que peut engendrer une grossesse non désirée. Car, nous savons qu'il y a des jours où le jeune homme est tenté de le faire sans se protéger, ainsi que la jeune



Photo : LLIM

filles aussi d'ailleurs. Et puis, je n'ai pas des rapports tous les jours», lance La Louve. En conclusion, le Dr Nathalie Ambounda, gynécologue, interpelle les jeunes filles sur la connaissance du calcul du cycle menstruel. Et, en cas de doute, utiliser le préservatif car, au-delà de la grossesse non voulue, il y a tous les autres IST et surtout le Sida. Les garçons ne sont pas en reste, ils sont appelés à sortir couverts: « Ne pas hésiter à demander conseil à vos parents ou à prendre rendez-vous dans les hôpitaux publics. Pour l'information juste et aussi pour des consultations gynécologiques préventives», termine la spécialiste.