

12 Femmes

Savoir-vivre

"Soyez une femme parfaite"

L.R.A.
Libreville/Gabon

L'hôtel Onomo, au quartier La Sablière, a récemment accueilli une classe pour le moins inhabituelle : apprentissage de l'art du savoir-vivre. Une occasion pour les femmes de s'approprier des connaissances de base, comme l'art de dresser une table ou de s'y attabler par la suite, ou encore celui de saluer ou se présenter à un inconnu. Le tout couplé à du coaching en image.



Sara Darline Obone Biyoghe (rouge), accompagnatrice-conseil en art de vivre, et Vanessa Orsini, coach en image.



Une vue des participants aux leçons de savoir-vivre.

SARA Darline Obone Biyoghe, plus connue sous le nom de Sara Lila Massimo et dont le nom d'accompagnatrice-conseil en art de vivre est Mme BeTheLady, et sa partenaire Vanessa Orsini, coach en image, ont animé une master class avec pour thème "Be the perfect lady", entendez : soyez une femme parfaite. Il était question pour les deux jeunes femmes d'édifier une assistance, composée de leurs congénères, aux bonnes manières, pour être irréprochables dans la société. Elles ont ainsi partagé, avec les participantes, les règles de bienséance et autres courtoisies, ainsi que l'art de dresser la table ou encore les règles de la séduction. On retient ainsi que pour se présenter, l'on garde les épaules droites, le regard dans les yeux de son interlocuteur. C'est un signe d'assurance et l'on donne ses nom et prénom. De même, on ne tutoie pas une personne qu'on ne connaît pas, même pas sa dame de ménage, encore moins un enfant. Concernant les embrassades, les bisous étant trop intimes, il est préférable de tendre la main de façon droite et nullement du bout des doigts, pour saluer son locuteur. Croiser ses jambes l'une sur l'autre? « *Aucun signe de dis-*

tinction dans ce geste. Au contraire, vous empêchez le sang de circuler», avise Mme BeTheLady. Qui a aussi évoqué la réception chez soi de convives et l'art de les recevoir, ou encore le dressage d'une table ainsi que la façon de s'y attabler en évitant, par exemple, de poser les coudes sur la table. Bon appétit ? La formule autorisée est plutôt bonne dégustation ! N'est-on pas un peu dans un rêve dans un contexte africain ? Non rétorque Mme BeTheLady. « *L'Africain n'est pas un sauvage. Et c'est un peu l'image qu'on nous renvoie de nous-mêmes. On est appelé à se retrouver avec d'autres cultures, et savoir se tenir peut ouvrir des portes et même des horizons. Apprendre les codes de savoir-vivre, de bonnes manières et de courtoisie permettront aux femmes, aux hommes et même aux enfants de mieux appréhender la vie, parce qu'on est appelé à sortir de notre zone de confort. D'où ce B-A BA de la politesse.* » Peu avant Mme BeTheLady, Vanessa Orsini, coach en image, a elle aussi animé une leçon sur l'image. D'abord définir sa personnalité, a convié Mme Orsini. Il fallait alors aux "apprenants" fermer les yeux et s'identifier à une boss lady ou une princesse. Et de se poser ensuite la question de savoir comment arriver à cet

idéal. D'abord s'accepter tel que l'on est et développer de l'amour pour soi-même, pour avoir envie de

prendre soin de cette personne. Arrive ensuite l'étape du relooking et celle de la promotion de

cette personne de valeur qui sommeille en chacun. Il a ensuite été question pour Mme Orsini d'appren-

dre aux femmes présentes à reconnaître leur morphologie, pour la mettre au mieux en valeur.



COMMUNIQUE

La Société Nationale Immobilière(SNI) invite les personnes dont les noms suivent ou leurs représentants légaux, à se présenter, dès parution du présent communiqué, à son siège sis à Likouala, pour affaire les concernant. Il s'agit de :

> MESDAMES

- AKEROGUELE OGOWAN PATRICIA
- AYUME MEMIAGHE NEE SEPAN YVETTE
- KEWA HELENE
- MABAMBA GERAULT ANNA
- MAYOMBO NEE MAPENDA JEANNETTE
- MPAMBA BRIGITTE
- TRABOUGA CHARLOTTE
- NYINGONE PAULINE
- ISSEMBE GENEVIEVE
- MOUSSOUNDA MADELEINE, COLLEGE RAPONDA WALKER
- BOUDOU BOUDOU ANNE MARIE
- NTOUGOU NDONG ANNE MARIE
- Veuve RAHIMY NEE BADIROU MOUSSILHATOU
- BENDOME-ME-NGUEMA HERMINE

> MESSIEURS

- BRENUGAT YVES (BRENAUTO)
- ROUGOU JEAN PIERRE
- BA IBRAHIMA
- RESSIMBIA JEAN PAUL
- NGROUND MARIE
- BOULINGUI SYLVESTRE
- BOUSSOUGOU ROMAIN
- EKOGA OWONO ROGER
- ESSONGUE DANIEL
- LOEMBE JEAN BENOIT
- MOUROIGNI AUGUSTIN
- NGUEMA NDONG PATRICE
- OKOUBOUGA JONAS
- NZAMBA MARCEL
- KOBİ ALBERT
- EVIE NGUEMA HIPPOLYTE

- IBIATSI NDIINGA JEAN BERNARD
- ROGOZA THIERRY
- OGOULA FREDERIC
- KOULA BOUKA JEAN PIERRE
- MOMBO REMY
- YOUBI RICHARD
- ESSONO ABAGA FRANKLIN
- ASSOUMOU ONDO JOACHIM
- MAPINGA SOULEMANE ARCHILLE
- NDZAPA DOMINIQUE
- MOUGNASSA-PONGUI FRANCOIS
- ONDENOT ALBERT
- MISSENGUET PIERRE
- OBIANG-MILAMA THEODORE

> SUCCESSIONS

- AGAMBOUE JULIEN
- ETOUGOU ATOMO BARTHELEMY
- MBILA ALEXANDRE
- VANE AUGUSTIN MARIE
- KOUMBA BRIGITTE
- NZE NKOGHE SYLVESTRE
- MOUITY PAUL AIME
- ANGOE-MENGOME JEAN-FRANCOIS
- BOUASSA ALAIN
- KENGUE GERARD
- POUJOL MICHEL
- EBANE EBANE JEAN PIERRE
- ELLA NKA BIENVENUE
- MOUKAMBI GEORGES
- MOUVIOSSI AMEDEE
- MENDOME NZAME LUCIEN
- MATHAS HILAIRE
- NZE EKEKANG TIMOTHEE
- MEBIAME NZONG JEAN AIME
- NGUEMA NDONG HERVE PHILIPPE
- BARBERA ISAAC ROBERT PIERRE

Fait à Libreville, le 06 MAI 2019



Brèves

Selon l'OMS, un bébé allaité a moins de risque de devenir obèse

Les bébés allaités ont moins de risque de devenir obèses que ceux nourris au lait en poudre, en particulier si l'allaitement dure au moins six mois, montre une étude de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) publiée hier, qui porte sur 16 pays européens. "Les enfants qui n'ont jamais été allaités ont 22% de probabilité en plus d'être obèses" par rapport à ceux qui ont été nourris au moins en partie au lait maternel pendant six mois ou plus, constate l'OMS à partir de l'analyse d'un échantillon d'environ 30.000 enfants âgés de 6 à 9 ans.

Anti-épileptique et grossesse : l'ANSM publie de nouvelles données

En complément de l'étude déjà menée sur le valproate, dont la prescription est interdite aux femmes en âge de procréer depuis juin 2018, l'ANSM a récemment publié une nouvelle analyse sur les risques de malformations et de troubles neuro-développementaux chez les enfants exposés aux médicaments épileptiques pendant la grossesse.

Rassemblées par L.R.A.