

Société

Ces hommes que les femmes maltraitent

R.H.A
Libreville/ Gabonais

ON a souvent clamé haut et fort que les femmes subissent des violences de toutes sortes surtout dans les espaces conjugaux, le milieu professionnel, les rues... Une journée est même réservée à toutes ces femmes qui subissent des supplices de tous genres dénommée Journée internationale pour l'élimination des violences faites aux femmes. Mais on oublie qu'il y a le genre masculin qui subit également des supplices dans leurs ménages mais on en parle



Photo : R.H.A

Je ne permettrai jamais qu'une femme prenne le dessus sur moi.

jamais. Et dire que certains hommes sont martyrisés



Photo : R.H.A

La femme doit connaître sa place.

violent qui les attend. Plaintes, cris, lamentations, injures publiques au point où le voisinage est spectateur de scènes théâtrales. « Une dame a récemment asséné une bouteille de Coca Cola à son compagnon parce qu'il ne lui aurait pas remis l'argent qu'il fallait pour procéder à l'inscription de son neveu. C'est la fille aînée de cet homme qui est venue nous voir parce qu'elle était lasse d'assister à ce genre de scène », a ajouté le gendarme. Les violences ont plusieurs aspects. Il y a des violences physiques, verbales et psychologiques, à tous les niveaux. Même le milieu professionnel n'échappe pas à cette gangrène qui prend des proportions alarmantes. Il arrive souvent que des femmes d'un âge avancé, à la tête d'une

administration harcèlent leurs jeunes collaborateurs sur qui elles ont jeté leur dévolu. Si ce dernier repousse ses avances, celle-ci lui rend la vie infernale : la mise à pieds, au pire le licenciement. C'est un état de fait qui ne date pas d'aujourd'hui, il a voyagé dans le temps. Il existe une autre catégorie d'hommes violents. Ceux qu'on appelle familièrement les hommes « mangés », auxquels les compagnes administreraient des doses de potions pour les rendre passifs et dociles. D'aucuns estiment qu'il s'agit de ceux qui sont sous l'emprise d'un fétiche, deviennent aveugles et acceptent tout ce que demandent leurs conjointes. L'emprise est tellement forte que certains vont jusqu'à s'opposer à leurs

parents qui essaient tant bien que mal de les sortir des griffes de leurs bourreaux. Ces agressions version féminine sont multiples mais non déclarées parce qu'il faut assez de courage et de crampe pour dire tout haut « ma femme me maltraite ». D'où le mutisme observé par beaucoup. D'autres hommes par contre, se considérant comme le sexe dominant disent ne pas être prêts à laisser la femme prendre le dessus dans le ménage ou supporter une compagne violente " La femme doit connaître sa place, si elle veut prendre le dessus sur moi, elle sera remplacée. On ne tergiverse pas sur ce genre de question", assène Abessolo.

Trucs et astuces

Espacer les shampoings pour préserver la qualité du cheveu

Se laver les cheveux trop souvent entraîne, à long terme, la fragilisation du cuir chevelu et de l'écaïlle, et favorise la sécheresse sur l'ensemble de la chevelure. Dans l'idéal, les coiffeurs recommandent de se faire un shampoing toutes les trois semaines, afin de préserver la qualité du cheveu et d'éviter qu'il ne se casse. Pour celles qui cumulent les désagréments et qui ont également les racines grasses, un petit coup de shampoing sec, et le tour est joué !

Du sel pour venir à bout des pellicules

Prendre du sel que l'on frictionne sur les cheveux lavés et quelque peu essorés. Il faut répartir à peu près l'équivalent de 2 cuillères à soupe de sel et masser le cuir chevelu pendant 3 à 5 minutes, vous aurez une impression de grains de sable dans les cheveux. Ça peut aussi piquer à certains endroits du cuir chevelu. Attendre 10 minutes, ensuite rincer soigneusement les cheveux avec de l'eau tiède. À répéter 6 à 8 fois, pas plus, et à raison d'1 à 2 fois par semaine.

L'ail pour faire réparer la chute de cheveu

Pour des chutes de cheveux modérées, prendre 3 gousses d'ail écrasées, auxquelles on ajoute 3 gouttes essentielles de thym et 3 cuillères d'huile d'amande douce. On mélange le tout. On frictionne sur le cuir chevelu avec ce mélange. On laisse reposer une nuit. Et, le matin, faites votre shampoing habituel. Cela peut paraître un peu contraignant, mais ça fonctionne !

Rassemblés par L.R.A

Mariage



NZAMBE KANA disait que la meilleure preuve d'amour que l'on puisse apporter à une girafe c'est de lui tricoter un foulard. La couronne de la longévité et bénédiction de tous les saints. Joyeux Anniversaire à M. et Mme MASSONA ce 13 Décembre 2015.

dans leurs ménages avec pour bourreaux leurs compagnes, épouses... Un gendarme nous confiait à ce propos que, régulièrement, il y a des cas d'agressions faites aux hommes qui sont déclarées. « Récemment, un monsieur est venu porter plainte contre son épouse pour coups et blessures volontaires. Alors qu'il était endormi, cette dernière est allée le mordre et l'a roué de coups parce qu'il avait découché et est rentré à 10h du matin. Le monsieur s'est retrouvé avec une incapacité de travail de 10 jours ». Les cas de ce genre sont légion dans notre société. Nombreux sont ces hommes qui, à l'idée de penser qu'il faut regagner le domicile familial, deviennent craintifs et raides, tant ils redoutent l'accueil tonitruant et

Beauté

Au tour de nos mains d'être aux petits soins

Line Renette ALOMO
Libreville/Gabon

LA semaine passée, nous avons chouchouté nos pieds, avec une bonne recette de grand-mère. Nous continuons, ce jour, avec nos indispensables : les mains. Il subissent tout : crasse, poids, coups... Aujourd'hui, nous leur dédions une attention particulière pour leur redonner douceur et hydratation. Et rien de plus simple pour s'y prendre. D'abord, il faut trouver du temps. Celui de regarder avec critique ses mains, et de se dire le moment est venu de s'occuper d'elles. Une fois que ce principal ingrédient est de votre côté, place aux recettes maisons pour des mains douces. En première intention, prenez au creux de la main, du gros sel et arrosez-le d'huile d'olive. Frictionnez vous les mains. Le gros sel va gommer votre peau des

mains et l'huile d'olive l'hydrater. On peut aussi opter, à défaut d'huile d'olive, pour des crèmes nourrissantes à base d'un beurre végétale, dont le karité et/ou le cacao. L'un et l'autre ont la particularité d'être produit par des coopératives locales et donc d'être disponibles. Mais vous pouvez aussi préférer de les soigner de nuit. Ainsi, avant de se coucher, on badigeonne ses mains, soit d'une crème à base l'huile végétale pure, noix de coco, olive... On n'hésite pas à en mettre beaucoup. En option, l'on peut porter des gants en coton pendant la nuit (pour éviter les traces sur les draps !). Au réveil, les mains auront absorbé l'huile nourrissante et seront bien adoucies. Et voilà des soins à répéter une fois par semaine, jusqu'au 31 décembre prochain. Assurément que vos mains seront fin prêtes pour le grand soir de la Saint-Sylvestre.

Coin-cuisine

Aubergines aux crevettes et aux gombos



Photo : Abel Eyeghe Ekore

Bon appétit

Ingrédients :

- Pour réaliser cette recette, il vous faudra :
- 500 g d'aubergines
- 500 g de gombos
- 100 g de tomates en fruit ou 3/4 d'une boîte de tomates pelées
- 200 g de crevettes fumées, les moyennes
- 1 oignon
- 20 cl d'huile (à peu près une tasse)
- 1 gousse d'ail
- un demi-poireau
- un peu de persil
- Sel
- 1 Piment (facultatif)

Préparation

Mettez les aubergines dans une grande casserole avec 1,5 l d'eau et faites les bouillir à feu vif. Pendant ce temps, décortiquez et nettoyez les crevettes, puis trempez-les dans de l'eau froide. Une fois que les aubergines ont changé de couleur (elles doivent tendre vers un gris pâle) et sont devenues molles (ce processus peut prendre 20 minutes environ ou même plus), les retirer du feu et les égoutter. Trempez-les dans de l'eau froide, puis enlevez la peau et la tête de chaque aubergine (en général les peaux se décolle seules grâce à l'eau froide). Mettez-les ensuite dans un plat à part, en les ouvrant. Émincez ensuite l'oignon, le poireau et le persil et découpez les tomates en petits dés. Épépinez les gousses de gombo et hachez-les. Écrasez l'ail dans une casserole, mettez l'huile et faites-la bien chauffer. Ajoutez l'oignon, le poireau, les tomates et le gombo, puis tournez. Égouttez les crevettes fumées et ajoutez-les dans la casserole. Laissez cuire 5 minutes à feu vif, puis mettez les aubergines en les écrasant dans la préparation. Ajoutez de l'ail et le piment et salez. Faites cuire 15 minutes à feu doux.

Accompagnement
Manioc, Banane, Riz