



**Avec Touadéra, la RCA renoue avec sa tradition républicaine**

---

**Gros plan sur les activités du Chef de l'Etat de la semaine dernière avec Albert Yaloké Mokpème**

---

**Les conditions du stockage et lavage des fruits et des légumes**

---

**Réaction responsable du MCU suite à l'immaturité de certains partis politiques de l'opposition dits « démocratiques »**

---





## Avec Touadéra, la RCA renoue avec sa tradition républicaine

Depuis la fin des années 80 et le début des années 90, les guerres civiles et autres mouvements sociaux ont littéralement ébranlé les fondements républicains de la RCA, notamment en ce qui concerne le sentiment de l'appartenance du peuple à sa Nation et la fierté pour sa Patrie. Les fêtes nationales ont été purement et simplement effacées de l'imaginaire collectif. L'âme nationale a été mise en péril. Il aura fallu attendre le retour à la légalité constitutionnelle du 30 mars 2016 pour voir le sentiment du nationalisme se ré-

veiller avec le Président Touadéra.

Le destin a bien voulu que cet homme soit suscité par le suffrage de son peuple pour parvenir avec aisance à fédérer au-delà des clivages du passé les tribus, les clans, les sensibilités politiques et les confessions religieuses autour d'un projet de renaissance nationale pleine de promesses. Les fêtes de l'ampleur nationale du 13 août 2019, la JMA 2019 de Bambari et le 1er décembre 2019 ont fait preuve de la réussite de ces poursuites présidentielles, en redonnant l'espoir au peuple

centrafricain et en lançant en direction du monde entier un signal fort de vitalité existentielle, d'unité et de marche vers un destin commun.

Les célébrations de la JMA 2019 ont réaffirmé l'autorité de l'Etat sur l'ensemble du territoire national et ont redonné l'espoir au peuple centrafricain pour la paix et la stabilité à revenir. En ce qui concerne la Fête nationale du 1er décembre, le fait le plus marquant est que pour la première fois dans l'histoire de la RCA, cette célébration de la proclamation de la République s'est déroulée et continue de se dérouler au-delà des chefs-lieux de préfectures, dans des communes. Une grande première dans l'histoire du pays.

Bref, le peuple est debout, à jamais rassemblé autour de son leader, pour une nouvelle marche vers la renaissance nationale au sens incorruptible du terme. N'en déplaise aux détracteurs qui traînent encore les pas. Il y a de la place pour tout le monde dans la République. Et cette vertu, Touadéra est capable de l'opérer aussi bien pour le peuple de l'intérieur que des partenaires étrangers.



## Gros plan sur les activités du Chef de l'Etat de la semaine dernière avec Albert Yaloké Mokpème

Le ministre Délégué, Conseiller en Communication et Porte-parole de la Présidence de la République Albert Yaloké Mokpème a fait le point vendredi 13 décembre dernier à Sam Hôtel sur les activités du chef de l'Etat Professeur Faustin Archange Touadéra. Les sujets à l'ordre du jour : la visite officielle du Président de la République Démocratique du Congo Félix Antoine Tshisekedi en Centrafrique, le voyage du président Faustin Archange Touadéra aux Etats-Unis et au Kenya et sa récente rencontre avec l'Ambassadeur de la Fédération de Russie en Centrafrique Vladimir Titorenko.

En ce qui concerne le 1er décembre de cette année, le président de la République



## LA FEUILLE VOLANTE DU PRÉSIDENT

a voulu démontrer au peuple centrafricain que nos Forces Armées Centrafricaines (FACA) étaient désormais capables, responsables et dignes de ce que la population centrafricaine attendait d'eux, c'est-à-dire, une armée capable de défendre le territoire, les personnes et leurs biens. C'est pourquoi à cette occasion, il a convié son homologue de la République Démocratique du Congo, Félix Antoine Tshisekedi pour assister au défilé afin de témoigner les relations de fraternité qui existent entre ces deux pays, partageant plusieurs kilomètres de frontières.

Le ministre Délégué, Conseiller en Communication et Porte-parole de la Présidence a évoqué aussi à la presse le voyage du président de la République aux Etats-Unis. A Washington, le Président de la République a rencontré les dignitaires des

institutions de Bretton Wood, notamment le Fond Monétaire International (FMI) et la Banque Mondiale (BM) pour demander à ces représentants de la communauté internationale des moyens financiers pour appuyer la mise en œuvre des accords de paix.

Albert Yaloké Mokpème a fait le point aussi sur la participation du Chef de l'Etat au sommet d'Afrique Caraïbes Pacifiques (ACP) tenu à Nairobi au Kenya. Le Président de la République a eu des tête-à-tête avec ses homologues et d'autres partenaires au développement. Ces rencontres ont été soldées par des promesses qui vont dans l'ordre d'appuyer la République centrafricaine. Le président du Kenya Uhuru Kenyatta a même promis de venir en Centrafrique au mois de janvier 2020 et le Président Touadéra est pour sa part est

invité par son homologue botswanais pour visiter également son pays.

Une fois revenu au pays, le Président centrafricain s'est entretenu avec l'Ambassadeur de la Fédération de Russie en Centrafrique Vladimir Titorenko qui a porté sur trois points saillants : le renforcement de la coopération économique, militaire et les plaidoyers pour la levée de l'embargo sur les armes d'ici 2020. S'agissant de la coopération militaire, le porte-parole de la présidence a évoqué le soutien de la Fédération dans le cadre du redéploiement des éléments des Forces Armées Centrafricaines (FACA) et la mise en action d'une armée de garnison.

Il est universellement connu qu'il faut obligatoirement laver les fruits, les légumes et les baies. Grâce à cette procédure, la terre, la poussière et le sable sont éliminés de leur surface.

Les emballages et les boîtes pour le stockage des fruits et des légumes sont l'endroit le plus sale. Même si vous lavez chaque fruit ou légume séparément, les bactéries sont toujours capables de se reproduire dans les produits périssables et survivre dans les boîtes pendant des semaines.

Voici un conseil pour stocker et laver les fruits et les légumes :

- Il est préférable de stocker les légumes et les fruits dans des sacs plutôt que de les mettre directement dans une boîte. Il est essentiel de garder les sacs ouverts pour laisser l'humidité s'évaporer et éviter l'apparition de la moisissure.
- Il faut laver soigneusement les mains avant de laver les produits.
- Il est recommandé de laver les produits pendant 30-60 secondes dans l'eau tiède.



### Les conditions du stockage et lavage des fruits et des légumes

- Lors du lavage, frottez soigneusement la peau des produits. Cela permet de libérer les bactéries pour les enlever ensuite avec de l'eau. Les fruits et les légumes doux sont à frotter doucement. Une brosse spéciale peut être utilisée pour les produits plus durs. Ce processus est nécessaire pour que le couteau utilisé pour le coupage n'apporte pas de bactéries de l'extérieur à l'intérieur.
- Les fruits et les légumes lavés sont de nouveau lavés dans l'eau potable pendant

au moins 5 minutes par de petites quantités à l'aide de passoire.

Les recherches ont prouvé qu'un lavage correct permettait d'éliminer 98% des bactéries.





## Réaction responsable du MCU suite à l’immaturité de certains partis politiques de l’opposition dits « démocratiques »

Le siège du Mouvement Coeurs Unis (MCU) de Malimaka, dans le 5ème arrondissement de Bangui a accueilli le 11 décembre dernier, la traditionnelle conférence de presse hebdomadaire. L’occasion a permis à Patrick Nambéaré, Secrétaire Exécutif National chargé de Communication du MCU d’aborder le sujet du meeting du parti de l’ancien président François Bozizé, le KNK.

A en croire Patrick Nambéaré, le MCU n’a pas de commentaire à faire sur les meetings tenus par les partis politiques de l’opposition. Mais, au moins, il faut souligner quelques choses ; un leader

doit faire un peu attention. Les insultes publiques, c’est réducteur pour son moteur. Le MCU suit le modèle de leur « Champion » qui est le professeur Faustin Archange Touadéra. Le Président de la République, quand il parle, quel que soit son tempérament, il n’insulte pas. Il a la capacité de se contenir et d’expliquer ce qui se passe. Quelqu’un qui insulte, c’est qu’il n’a plus d’arguments. Ce n’est pas un modèle pour la jeunesse centrafricaine qui a traversé des moments difficiles, ce n’est pas du tout un modèle pour la population.

En cette période électorale, que les Cen-

trafricains entameront d’ici 2020, les partis politiques de l’opposition dit « démocratiques », ont tout intérêt à adopter un comportement sage afin de sortir définitivement la République centrafricaine du borbier. Car, le pays revient de très loin avec une crise imposée depuis l’extérieur par des puissances occultes. Il est temps pour les uns et les autres de s’unir afin de barrer la route à ces manœuvres machiavéliques tendant à maintenir le pays dans une crise qui ne dit pas son nom.

Plus d’informations sur le site officiel du Président — [renaissance.cf](http://renaissance.cf)  
Distribution gratuite