

# COVID-19 AU BENIN : Des citoyens récalcitrants à la recherche de leur dose de vaccin

*La Covid-19, cette maladie infectieuse provoquée par le coronavirus le plus récemment découvert, le SRAS-CoV-2, continue de perturber profondément tous les secteurs d'activité essentiels aux besoins vitaux de l'homme. Pour l'éviter, scientifiques et acteurs du monde sanitaire ont su mettre en place des vaccins capables de prévenir la forme grave de la maladie. En les homologuant, l'OMS a souhaité que les populations soient vaccinées le plus tôt possible pour éviter une énième vague de décès imputable à cette pandémie.*



A l'instar des différents gouvernements des pays en voie de développement, le Bénin en recevant une quantité non négligeable de vaccin par le biais du mécanisme COVAX, a déroulé une stratégie vaccinale poussée afin de rendre effectif les vœux de l'OMS.

Des mois plus tard, le constat est moins reluisant avec un faible taux de couverture vaccinale. Aussitôt, des mesures coercitives ont été prises par le gouvernement pour hausser le taux de couverture vaccinale. Au nombre de ces mesures se trouve l'interdiction d'accès des personnes non vaccinées aux

administrations publiques. S'en sont suivies plusieurs autres mesures prises par certains services déconcentrés de l'Etat au plan départemental.

Du coup, des citoyens jusque là rebellés aux vaccins pour plusieurs raisons sont désormais obligés de se mettre au pas.

Ces récalcitrants qui viennent chercher enfin leur première ou seule dose de vaccin contre la Covid-19 selon que l'on soit en face du SYNOVAC, de JONHSON-JONHSON, de ASTRA ZENECA ou de Pfizer.

En tout cas, ils n'ont pas souhaité pour une raison que ce soit, manquer les administrations publiques. Car, la survie de leurs activités en dépend.

Au centre de santé central de Bohicon, le poste de vaccination ouvert est afflué par des personnes longtemps restées dans la désinformation.

Ces citoyens qui ont voulu résister par conviction panafricaniste ou par peur de subir les pseudo-effets post-vaccinales dissipées par les rumeurs ou simplement parce qu'ils ne se sentaient pas concernés viennent de réaliser qu'il s'agit plus d'une question de santé et de sécurité publique.

La fameuse résistance ne durera pas. Puis qu'ils étaient des milliers à recevoir ces derniers jours leur dose du vaccin contre la COVID-19, dans l'espoir de pouvoir accéder aux services de l'administration publique.

### **D'un prétexte à une raison de se vacciner**

A Sodohomè Alikpa, ce mardi 30 novembre, les personnes non vaccinées en majorité des jeunes côtoyaient, ceux, venus chercher leur deuxième dose pour prolonger l'efficacité du vaccin.

Gabin T., est un agent de recouvrement dans une structure financière à Bohicon. Il déclare « *Je ne croyais pas à l'existence de la maladie selon ce qui est dit via WhatsApp* ». Le voilà qui lâche la vérité. La désinformation à travers les réseaux sociaux a renforcé la résistance aux vaccins.

D'ailleurs, le relais communautaire rencontré à ce poste de vaccination s'étonne de voir autant de gens recevoir une première fois leur dose de vaccin alors plus que la vaccination est lancée depuis de 03 mois. « *J'en ai vacciné une vingtaine pour le compte de cette seule matinée contrairement au début* », a-t-il déclaré.

Pourtant les vaccins contre la COVID-19 étaient disponibles depuis plus de trois mois pendant que le gouvernement n'avait cessé d'appeler les uns et les autres à se faire vaccinés.

À Abomey, la capitale historique du Bénin, les non-vaccinés étaient composés principalement des artisans, des autochtones, des adeptes de Vodun et surtout des jeunes qui ne sont pas du tout senti concernés.

C'est le cas de Maurice S., mécanicien auto de profession, qui, pour régulariser les pièces administratives de son enfant, candidat au Certificat d'Etude Primaire, a du se plier à la règle en vigueur.

Sur la dizaine de personnes rencontrées au centre de santé de Zakpota, se trouve des enseignants sensibilisés par leur hiérarchie à se faire vaccinés.

Plusieurs ont également dit avoir été d'abord inquiets face à un vaccin développé aussi rapidement. Toujours est il que, pour une raison ou pour une autre, la grande majorité des béninois hostiles à la vaccination contre la COVID-19 reçoit de jour en jour leur dose de vaccin. Il y va non seulement de la sécurité sanitaire de tous mais aussi, de la reprise normale des activités économiques, culturelles et touristiques, véritables secteurs tributaires du développement du Bénin.

***Megan Valère SOSSOU***

---

# Assemblée Générale Ordinaire à la PNUSS : Janvier HOUNGUEVOU et ses pairs réaffirment leur engagement

*Avec l'appui technique et financier du Programme d'Appui à la Santé Sexuelle et Reproductive et à l'Information Sanitaire (PASRIS), la Plateforme Nationale des Utilisateurs des Services de Santé (PNUSS), respectueuse des textes qui le régissent, a organisé sa première Assemblée Générale Ordinaire les 09 et 10 décembre 2021 à l'hôtel Miracle de Bohicon.*



Photo de famille AGO PNUSS 2021

Le respect des textes fondamentaux doit être le leitmotiv de toute association qui se veut sérieuse et ambitieuse. C'est ce qu'à compris l'équipe dirigeante de la Plateforme Nationale des Utilisateurs des Services de Santé, qui, conformément à ses statuts, a tenue son Assemblée Générale Ordinaire.

Après deux années et demie d'existence, la Plateforme Nationale des Utilisateurs des Services de Santé se retrouve à

la croisée des chemins pour passer en revue les actions jusque là posées et de lancer les prochains défis.

Cette rencontre qui a connu la participation des délégués venus des différents ancrages départementaux de la PNUSS, a été une véritable occasion aux membres de passer au peigne les différentes réalisations.

Satisfait de la forte mobilisation des membres à cette assemblée, le Représentant de ENABEL, André N'TCHA N'OUEMOU, dit espérer que les objectifs visés par l'Assemblée Générale Ordinaire soient atteints pour contribuer non seulement à un meilleur fonctionnement de la PNUSS grâce aux réformes mais aussi de s'adapter aux exigences de sa durabilité. Il a pour finir souhaiter que les populations puissent de plus en plus porter leurs attentes à la PNUSS afin que leurs réels besoins soient pris en compte en matière d'offre de soins de santé de qualité.

Dans son allocution d'ouverture, le Président en exercice de la PNUSS, après ses mots de bienvenue à l'endroit de tous les délégués présents à cette occasion, a fait remarquer que le but de cette première assemblée générale ordinaire de la PNUSS est d'examiner les réalisations de la PNUSS sur la période Mai 2019 à Décembre 2021 et de donner les orientations pour l'année 2022 et l'horizon 2030. Ceci, pour une meilleure contribution de la PNUSS à la promotion du droit à la santé des populations.

Il n'a pas manqué d'adresser les sincères remerciements de la PNUSS à ses différents partenaires en particulier le Programme d'Appui à la Santé Sexuelle et Reproductive et à l'Information Sanitaire (PASRIS), l'EQUITE, le Ministère de la Santé notamment la DSI, les acteurs de l'offre de soins et de services de santé, les organes de cogestion, les autorités politico-administratives et tous les autres partenaires d'appui.

A l'entame des travaux au cœur de cette assemblée générale ordinaire, les participants ont passé en revue la feuille de

route de mai 2019.

Côté bilan, il est à retenir sans fausse modestie, que les rapports (moral, technique, financier et de la commission de contrôle) brillamment présentés, ont été validés haut les mains.

## **De véritables avancées avec des défis grandes de taille pour la PNUSS**

Du rappel de la feuille de route de mai 2019 à la présentation des rapports (moral, technique, financier et de la commission de contrôle), l'assemblée a eu de riches échanges qui ont permis de lancer les dés. Il s'agit à ce niveau des grandes orientations stratégiques de la PNUSS et des grands axes du manuel de procédure de la PNUSS

Notons que des résultats positifs ont été enregistrés malgré le contexte aussi particulier lié à la pandémie de la Covid-19. Des actions qui ont véritablement impacté les populations à la base grâce à ses démembrements locaux. C'est pourquoi, rappelle le Président, Janvier HOUNGUEVOU, il urge d'entamer un processus de renforcement de l'ancrage et d'autonomisation de la plateforme afin d'impacter davantage les communautés.

Toutefois, les recommandations et perspectives issues de ces assises sont également à la hauteur de la vision et de la détermination de la PNUSS qui ne faiblit pas. Son Président et son staff ont donc reçu le satisfecit de leurs mandants.

Des acquis qui seront restitués à la base en vue d'une meilleure mobilisation pour la promotion du droit à la santé des populations urbaine et rurales du Bénin à en croire Eugénie ROBA. La présence de la PNUSS permet d'écouter la voix des populations face un système de santé qui opérait seul.

Pour rappel, la Plateforme Nationale des Utilisateurs des services de Santé a été mise sur les fonts baptismaux en Mai 2019 . Dès lors elle constitue un instrument d'amélioration de la qualité des services de soins dans les formations sanitaires.

Ses actions visent l'intégration des besoins réels des communautés dans les stratégies et politiques de santé en particulier mais a l'ambition de contribuer à l'amélioration des services sociaux de base.

**Chancelle SAKANTO**

---

## **Semaine africaine de l'eau 2021 : l'AMCOW sacrifiée à la tradition**

*La Semaine africaine de l'eau 2021, s'ouvre ce lundi 22 Novembre 2021 et prend fin le vendredi 26 novembre 2021. Cet évènement qui réunit conjointement la 8e Semaine africaine de l'eau (AWW) et de la 6e Conférence africaine sur l'assainissement (AfricaSan) va se dérouler uniquement en ligne en raison du contexte sanitaire actuel. C'est ce qui ressort du point de presse tenu virtuellement le 17 novembre 2021 par les organisateurs avec les Hommes des médias.*



La semaine africaine de l'eau, est un programme conjoint qui a pour objectif de partager des informations en vue de poser des actions pour améliorer les moyens de subsistance et la croissance économique selon les explications des responsables du comité d'organisation.

Organisée par l'AMCOW en collaboration avec la Commission de l'Union africaine (CUA) et le gouvernement de Namibie, ainsi que d'autres partenaires de développement, cette rencontre se donne pour but de fournir une plateforme de dialogue, de partage des connaissances et de développement des plans d'action sur l'eau, l'assainissement et l'hygiène en vue de la réalisation de l'ODD 6 en Afrique.

La 8e Semaine africaine de l'eau (AWW) et de la 6e Conférence africaine sur l'assainissement (AfricaSan) constituent ainsi un engagement politique de haut niveau pour pallier les problématiques liées à l'eau et à l'assainissement. Ces deux événements qui seront déroulés en un ont respectivement pour thème, « La sécurité de l'eau pour la santé publique et le développement humain » et « Accélérer l'accès à l'assainissement et à l'hygiène sûres en Afrique à l'aune de plus de 50DD et Covid-19 avec au total, neuf sous-thèmes.

Il s'agira pour les participants de mettre en place des

mécanismes pour faire face aux besoins en eau des populations en élaborant des solutions au regard des problèmes liés à l'eau. Des engagements et propositions seront recueillis et présentés en Mars 2022 lors de la conférence mondiale sur l'eau.

Le Conseil des Ministres Africains chargés de l'Eau (AMCOW), depuis sa création en 2002 a servi de principale plateforme pour réunir les parties prenantes du secteur de l'eau et de l'assainissement sur le continent. Elle a fourni une orientation politique et mène le plaidoyer politique en faveur de la croissance et de l'amélioration du secteur pour une gestion durable des ressources en eau et de l'assainissement du continent.

Rappelons qu'en prélude à cet événement qui s'ouvre aujourd'hui, un point de presse s'est tenu en ligne et a réuni journalistes et responsables du Conseil des Ministres Africains chargés de l'Eau (AMCOW). Une rencontre à laquelle, le Réseau béninois des Acteurs des Médias pour l'Eau, l'Environnement et le Climat présidé a pris part.

---

## **Marche pour le climat : JVE Bénin mobilise les jeunes**

*Pour la cause climatique, les jeunes n'ont pas voulu rester en marge. Ils ont pris d'assaut les artères de leurs villes pour exiger de la justice Climatique. C'était à l'initiative de l'organisation internationale Jeunes Volontaires pour l'Environnement qu'ils se sont exprimés à travers des messages inscrits sur des pancartes et une marche d'ensemble.*



Rassemblés à l'initiative de Jeunes Volontaires pour l'Environnement, les jeunes des organisations locales membres de JVE Bénin ont répondu présents à l'appel, témoignant une fois encore leur engagement au service du climat.



Tout comme à Cotonou, les jeunes de la commune de Abomey – Calavi ont aussi saisi l'occasion de s'exprimer pour un climat favorable. C'était dans la grande maison estudiantine, l'Université d'Abomey Calavi. Dans la convivialité habituelle, les jeunes ont su faire d'une pierre deux coups en ramassant des déchets plastiques sur leur trajet.

À Djougou également, les jeunes ont pris départ de l'hôtel de Ville pour traverser une bonne partie de la ville avec des pancartes comportant des messages de sensibilisation, d'appel à mobilisation pour la cause de l'environnement.



Rappelons qu'à l'issue de cette marche dans les différentes villes du Bénin, les jeunes ont appelé à travers des déclarations à plus d'engagements réalistes de la part des pays émergents. Ils estiment nécessaire d'augmenter les financements pour l'adaptation des changements climatiques.

De Cotonou à Djougou en passant par Abomey – Calavi, **JVE Bénin** vient ainsi de remobiliser les jeunes béninois pour le climat à la veille de l'ouverture de la 26e Conférence des parties qui se tient à Glasgow en Écosse.

---

# Couverture Santé Universelle : la PSSP-Bénin et l'association Bénin Santé+ s'activent

*La Plateforme du Secteur Sanitaire Privé (PSSP) du Bénin et l'association BÉNIN SANTÉ+ organisent du 8 au 13 Novembre 2021 au palais des congrès de Cotonou la deuxième édition du salon Bénin Santé 2021. A travers cette grande rencontre des acteurs du secteur sanitaire privé et public du Bénin, la PSSP Bénin et l'association Bénin Santé + vous invitent à explorer la voie du dialogue public-privé pour mieux construire la Couverture Santé Universelle et le développement du Bénin.*



**08-12**  
Novembre

Rejoignez nous à

**BÉNIN SANTÉ 2021**

 Palais des Congrès Cotonou



Après le succès de la première édition, la Plateforme du secteur sanitaire privé (PSSP) et BENIN SANTE +, organisent le salon « BÉNIN SANTÉ 2021 », sous le coparrainage des Ministres de la santé et des Affaires sociales. Cet événement qui est à sa deuxième édition, vise particulièrement à donner aux acteurs du secteur sanitaire privé et public l'opportunité : d'identifier les défis de la participation du secteur privé à la Couverture Santé Universelle et de proposer des solutions formulées en recommandations ; d'identifier et de valoriser les interventions du secteur privé non sanitaire pour la santé de leur personnel, de leurs familles et des populations environnantes ; de répertorier les stratégies contribuant à un impact fort sur les performances du système sanitaire et d'organiser des partenariats avec la diaspora béninoise, pour la mise en place du « Hub diagnostic Bénin Santé ».

A cet effet, la PSSP-Bénin et l'association Bénin Santé+ déroulent lors des journées Bénin Santé 2021, autour du thème « Contribution du secteur privé à la réalisation de la Couverture Sanitaire Universelle au Bénin », des ateliers de formation destinés aux médecins, étudiants et aux intervenants paramédicaux qui répondent aux enjeux de la santé publique.



**BÉNIN SANTÉ 2021**

UNE INITIATIVE DE :



**08-12 Novembre**  
Palais des Congrès  
Cotonou

INSCRIPTION SUR [www.benin-sante.org](http://www.benin-sante.org)

### **Une diversité de formations à découvrir**

Le premier module de formation portera sur le « Syndrome d'Apnée du Sommeil ». Une formation à l'issue de laquelle, les participants obtiendront les connaissances pratiques sur le syndrome d'apnée du sommeil et des techniques de réalisation et d'interprétation des enregistrements de sommeil pour finir par les cas particuliers des enfants. Au nombre des formateurs se trouvent:

Dr MONTEYROL Pierre-Jean – Chirurgien ORL et Cervico-Facial (France)

Pr Wassi ADJIBADI – Titulaire ORL/CCF FSS/UAC (Bénin)

Pr Gildas AGODOKPOSSI – Titulaire Pneumo-Phtisiologie FSS/UAC ( Bénin)

Le second module de formation portera sur les «vertiges ». Les participants à cette formation obtiendront les connaissances pratiques sur la pathologie vertigineuse et ses méthodes d'exploration. Les formateurs à ce niveau sont le Dr Catherine VIDAL – ORL & Directrice de Recherche CNRS – Paris (France), Dr Josias SOHINTO – ORL & Chirurgien Cervico-facial Clinique les Mélodies (Bénin) et Pr François AVAKOUDJO – ORL (Bénin)

Quant au troisième module de formation, il portera sur la « Qualité et Sécurité des soins en Gastro-entérologie ». Il permettra aux participants d'obtenir des connaissances sur les méthodes de prévention du cancer du côlon et sur l'amélioration de la qualité de la prise en charge des patients. Cette formation sera assurée par Dr Olivier SPATZIERER – Hépatogastro-Entérologue Ancien interne des Hôpitaux de Paris (France) et le Pr Jean SEHONOU – (Bénin)

Le quatrième module de formation portera sur « L'hémogramme : Tout ce que vous devez savoir ? ». Une Master Class qui permettra de travailler sur des cas cliniques. Le Pr Akoko KINDÉ GAZARD – Ancienne ministre de la santé, médecin spécialiste en parasitologie-mycologie et Professeur titulaire à la Faculté des Sciences et Santé de l'Université d'Abomey-Calavi (Bénin) et le Dr Romaric MASSI – Médecin spécialisée en hématologie (Bénin) vont l'assurer.

Le cinquième module de formation portera quant à lui sur «Principes de la juste antibiothérapie empirique ». À cette occasion, les participants obtiendront des connaissances pratiques sur l'antibiothérapie et sur les méthodes de prévention de la résistance aux antibiotiques.

Pour cette énième formation, le Pr ATTINSOUNON Cossi Angelo, Infectiologue, PHU, CHUD BA (Bénin) et le Dr Lucien DOSSOU-GÉTÉ – Infectiologue à la Clinique Louis Pasteur à Porto-Novo (Bénin) seront aux commandes.

Le sixième module de formation portera sur La pose d'un KT périphérique en toute sécurité. En effet cet acte est réalisé plusieurs milliers de fois par jour dans notre pays à plusieurs patients. La 2e thématique abordée est la sécurité du soignant et des autres malades lors des soins aux patients ayant la covid-19".

À l'issue de celle-ci, les participants obtiendront des connaissances pratiques sur les méthodes d'amélioration de la qualité et la sécurité dans la pose des KT périphériques pour limiter les infections liés aux soins. Les compétences seront aussi renforcées pour améliorer le sécurité du soignant et des autres patients à l'occasion des soins au malade de COVID-19.

Et ce serait sous la supervision de M. Benjamin MIDOMIDE, infirmier diplômé d'Etat clinique Louis Pasteur(Bénin) ; du Dr Mariano FANDE, Médecin praticien à la clinique Louis Pasteur et au Programme Santé de Lutte contre le Sida (Bénin); et du Dr Abibata TABE, DNMH au ministère de la Santé ( Bénin).

A noter que la vision de cette activité converge avec la volonté du gouvernement du Bénin de garantir une Couverture Sanitaire Universelle (CSU) à tous les béninois.

Si vous souhaitez participer à ce grand événement, bien vouloir vous inscrire à travers ce lien [www.benin-sante.org/inscription/](http://www.benin-sante.org/inscription/)

***Megan Valère SOSSOU***

---

# **Lutte contre les déchets plastiques au Bénin : Earth Guardians Bénin organise une campagne en collaboration avec plusieurs organisations dont l'ONG Save Our Planet**

Dans le cadre de la campagne mondiale de lutte contre les déchets plastiques dans les océans du concept **Race for Oceans** initié par la **Fondation Bestseller**, **Earth Guardians Bénin** organise une activité au Bénin.

En collaboration avec plusieurs organisations de jeunes dont **l'ONG Save Our Planet**, **Earth Guardians Bénin** organise une campagne de collecte et de sensibilisation sur la gestion des déchets plastiques en milieu aquatique sur la berge lagunaire de Cotonou le samedi 30 Octobre 2021 à partir de 08heures du matin.

## Campagne de collecte et de sensibilisation sur la gestion des déchets plastiques en milieu aquatique



30-10-2021

Heure : 08h00

Lieu

Berge lagunaire de Cotonou

Pour plus d'informations  
conctatez : (+229) 67454991/95659863

### Partenaires



Objectif, sensibiliser les populations sur la croissance de la pollution plastique dans les eaux.

Cette initiative de la Fondation Bestseller est le fruit d'un concept dénommé, Race for Oceans qui représente toutes les activités du sport, de nettoyage des plages, de la sensibilisation et séance de partage des connaissances avec les communautés.

Rappelons que cette fondation est une organisation à but non lucratif engagée pour la sensibilisation sur l'ODD 14 en collaboration avec les communautés locales de façon inclusive. Cette année, la communauté UNLEASH s'associe à pour lancer une campagne mondiale visant l'ODD 14: La vie dans les océans.

Au Bénin, c'est Earth Guardians Bénin qui dirige cette campagne mondiale de lutte contre les déchets plastiques dans les océans.

*Megan Valère SOSSOU*

---

## **PREVENTION DU CANCER DU SEIN : Voici comment auto-examiner ses seins ?**



*Baptisé Octobre Rose, ce 10<sup>e</sup> mois de l'année 2021 débute par la campagne mondiale pour la prévention du cancer du sein. En honneur à cette mobilisation internationale, votre Journal Santé Environnement a concocté pour vous la meilleure manière recommandée pour détecter les signes de ce mal qui peint en noir l'intimité de la femme.*

Le cancer de sein, s'il est rapidement dépisté, peut être pris

en charge de manière efficace. Plus il est détecté tôt, plus les chances de guérison augmentent. Réalisée systématiquement à partir de 50 ans, la mammographie permet de détecter la présence de tumeurs et d'éviter leur développement. Mais un autre type d'examen peut également être réalisé dans le cadre du dépistage du cancer du sein : l'autopalpation mammaire. Le cancer du sein se manifeste par la présence de cellules anormales, qui se multiplient de manière incontrôlée. Ces cellules forment une tumeur maligne, touchant les tissus du sein ou la glande mammaire. La tumeur s'attaque aux tissus sains avoisinants. Mais les cellules cancéreuses peuvent également se propager dans l'ensemble de l'organisme, via les vaisseaux sanguins ou lymphatiques : on parle alors de métastases. Le cancer du sein peut se développer et progresser sur plusieurs mois, et même parfois plusieurs années. Or, plus il est pris en charge rapidement, plus le cancer du sein est facile à traiter. Un dépistage précoce permet en effet de prescrire un traitement moins agressif et moins intrusif, et donc mieux toléré par les patientes. Pour compléter les examens prescrits et réalisés dans le cadre du dépistage de ce type de cancer, les médecins encouragent les femmes à s'auto-examiner chez elles, de manière régulière.

### **Comment s'auto-examiner les seins ?**

L'autopalpation mammaire (aussi appelée auto-examen des seins) regroupe l'ensemble des gestes qui permettent à une femme de détecter toute anomalie éventuelle au niveau de sa poitrine. Cet auto-examen ne se substitue pas aux visites régulières chez un médecin ou un gynécologue.

L'examen visuel des seins

L'inspection visuelle des seins doit se faire debout, face à un miroir. Elle consiste à observer :

Le sein en lui-même : une déformation, un changement de volume (qui n'est pas provoqué par une modification hormonale, comme la ménopause, une grossesse ou le cycle menstruel), une masse visible à l'œil nu, la modification de l'aspect d'un sein par

rapport à l'autre ;

Le mamelon : un écoulement de liquide ou de sang, un changement d'apparence, de taille ou de forme, une rétractation ou une inversion (le mamelon se rétracte à l'intérieur du sein, dans l'aréole mammaire), des rougeurs, une ulcération ou un eczéma persistant ;

La peau de la poitrine : une modification de l'aspect ou de la couleur de la peau, des rougeurs ou des pigmentations, une rétractation ou un épaissement de la peau, l'apparition de fossettes, de peau d'orange (ou peau qui pèle), de crevasses ou de plis, une ulcération ou une plaie, un changement de l'aspect de la peau de l'aréole, une nouvelle veine très apparente...

La palpation des seins

Le cancer du sein apparaît souvent sous la forme d'une petite boule, remarquée et palpée par la femme elle-même.

Les gestes de l'autopalpation se décomposent, de manière générale, en trois étapes :

**1ère étape** : levez le bras droit, pour palper votre sein droit. Pour cela, utilisez la pulpe des trois doigts du milieu de votre main gauche. Commencez la palpation par la partie externe du sein, en effectuant de petits mouvements rotatifs des bouts des doigts. Petit à petit, parcourez l'ensemble du sein en effectuant ces mouvements.

### **Les gestes de palpation des seins**

Les gestes de palpation doivent être fermes, réalisés de manière attentive et complète.

Au fur et à mesure des mouvements de palpation, trois niveaux de pression doivent être appliqués : une pression d'abord superficielle, puis moyenne, et enfin forte.

**2ème étape** : examinez et palpez l'ensemble de la poitrine, et notamment la partie située entre la courbe du sein et l'aisselle. Pensez également à palper le creux de votre aisselle (aussi appelé creux axillaire). L'objectif est de repérer, ou non, l'existence d'une éventuelle grosseur ou

d'une masse anormale sous la peau. Cet auto-examen peut être réalisé en position debout, assise ou allongée. Ces gestes peuvent également être effectués dans un bain ou sous une douche. En effet, le savon a tendance à faciliter la palpation en améliorant la précision du toucher.

**3ème étape** : procédez enfin à l'examen du mamelon. Pressez-le délicatement et observez si cela provoque un écoulement (de liquide ou de sang). Si oui, rapprochez-vous immédiatement de votre médecin traitant ou de votre gynécologue.

**H. A-M**

---

## **Transport Durable au Bénin : la ville de Cotonou, un bon élève ?**

*Alors que presque toutes les principales villes du monde adoptent des modes transport durable avec à la clé de probants résultats, la capitale économique du Bénin peine à relever ce défi. A Cotonou, la majeure partie du transport routier est assurée par les légendaires « Zémidjan » et les fameux Taxi, « Tôkpa-Tôkpa ». Ils sont devenus tout aussi populaires et garantissent à presque toute la population la mobilité, malgré les risques liés à la pollution.*

Samedi 25 septembre 2021. Il est 12 heures 15 minutes au bouillant carrefour Védoko. À cet endroit, l'atmosphère se caractérise par d'épaisses fumées opaques et nauséabondes qui s'échappent des vrombissements des Taxis-motos, majoritaires et remarquables sur toutes les voies avec leur uniforme jaune.



Le phénomène est lié à une utilisation des motos à deux roues notamment les taxis motos appelés « Zémidjan » dont le nombre atteint des centaines de milliers pour servir de mobilité à la population. Pourtant, ce mode de transport apparu dans les années 1980-1990 est caduc et déconseillé pour atteindre l'objectif 11 du développement durable qui voudrait des villes et communautés durables.

### **Un mode de transport pollueur**

À en croire les scientifiques, le monoxyde de carbone (CO) et le dioxyde d'azote (NO<sub>2</sub>) donnent des taux dépassant souvent le seuil retenu par la réglementation Béninoise. Pour preuve, le carrefour du grand marché Tokpa de Cotonou présenterait les plus forts taux mesurés avec un maximum de 214,7 mg/m<sup>3</sup> de CO. En dehors des risques élevés de pathologies respiratoires, oculaires et oto-rhino-laryngologiques sur la santé humaine, c'est aussi le cadre de vie urbain qui est pollué.

Les environnementalistes béninois et autres grands défenseurs de la couche d'ozone ont d'ailleurs dénoncé, à maintes

reprises, une pollution atmosphérique à des proportions inimaginables et proposent d'aller vers des moyens de transport verts.

Bien perceptible, la moto la plus utilisée de nos jours est celle de la marque «BAJAJ®». Selon sieur Anatole AGO, la quarantaine, c'est faute d'emploi ajouté au besoin de mobilité dans la ville que les Zemidjan affluent.



Avec plus de 15 ans d'ancienneté dans le Job de Zémidjan, sieur Anatole est conscient de l'impact de son job sur sa santé et dans son cadre de vie. Il tente impuissamment de justifier le fait. « Cette moto offre un meilleur confort et pollue moins ».

En réalité, ce mode de transport répandu dans la capitale économique du Bénin n'est nullement le meilleur en termes de transport durable, dénoncent les environnementalistes. Car justifient-ils, ce moyen de transport utilise de l'énergie issue de la combustion fossile et donc contribue à l'émission des polluants gazeux nocifs à l'environnement et à la santé.

### **Des alternatives qui peinent à renverser la tendance**

Cependant, des alternatives émergent pour pallier le problème depuis quelques mois. Renald BALL0 est un jeune entrepreneur de la diaspora béninoise. Il est l'auteur d'une plateforme numérique de covoiturage, dénommé R-Mobility. Une plateforme dotée d'une application de mobilité partagée permettant de trouver des occasions en or de se déplacer en commun à moindre coût et de réduire son empreinte carbone.

Comme les jeunes innovateurs, le gouvernement béninois entreprend également des démarches comme le projet « Bénin

Taxi » et le partenariat en cours avec le suède dans le domaine du transport de masse à travers des bus et autres moyens de transport public utilisant le biocarburant.

Il est vrai que d'après les données officielles du ministère du cadre de vie et du développement durable, il est émis chaque jour près de 83 tonnes de monoxyde de carbone dans le pays, dont 49 tonnes par les motos-taxis, mais est-ce que les citoyens sont prêts à bousculer leurs habitudes de mobilité. Bien malin qui pourra répondre à cette interrogation. Il est donc à déduire que Cotonou est l'un des mauvais élèves en termes de transport durable en Afrique.

Toujours est-il que le développement durable tant souhaité, ne saurait être une réalité que si le transport routier béninois ne présente des caractéristiques protectrices de l'environnement et de la santé humaine.

*Megan Valère SOSSOU*

---

## **Energie durable au Bénin : les femmes rurales de Matéri adoptent le foyer amélioré Wanrou**

*Le déboisement et le secteur énergétique constituent de véritables sources d'émission de gaz à effet de serre dans le monde. En Afrique de l'ouest, l'utilisation du fagot de bois et du charbon de bois font partie des vulgaires ressources pour faire la cuisine. Pourtant, il n'est plus à démontrer l'impact de ces actions sur le climat.*



Test d'efficacité énergétique, foyer Wanrou

C'est pourquoi, sur initiative de l'Organisation Non Gouvernementale Eco Bénin, dans la zone septentrionale du Bénin, commune de Matéri, des femmes rurales adoptent désormais le foyer amélioré Wanrou pour réduire leur usage du bois. L'idée d'une telle solution, est partie des échanges avec la communauté du village de tanongo dans la commune de Matéri, grand consommateur du charbon de bois et du bois de chauffe mais qui depuis quelques années fait face à un manque cruel du bois.

Pour répondre au besoin de cette communauté, de subsister au manque récurrent du bois, évoque Jules LANDJOHOU, chargé de programmes à l'ONG EcoBénin, il a fallu travailler trois années durant, avec des recherches approfondies pour concevoir le foyer entier en argile et a amélioré son efficacité énergétique.

Le foyer amélioré Wanrou se diffère des autres foyers

vulgaires à trois pierres. Il est fait à base d'argile et utilise comme combustible une faible quantité de bois de feu souligne t-il avant de préciser qu'il dispose en effet, de quatre grandes parties à savoir : une chambre de ventilation (par où circule l'air), une chambre de combustion, une partie servant de support à la marmite, et une cheminée qui canalise la fumée hors de la cuisine.



Foyer Wanrou

### **Efficacité énergétique et une cuisine propre qui font sensations**

Les composantes du foyer amélioré Wanrou favorisent non seulement une meilleure combustion du bois, ce qui le rend plus énergétiquement efficace mais offre une cuisine propre aux femmes rurales. Une efficacité énergétique qui oscille entre 22 % et 23 %, note le Chargé de Programmes de l'organisation.

Depuis qu'il est conçu, plus de 20 000 personnes, réparties

dans une dizaine de commune au Bénin utilisent le foyer amélioré Wanrou. C'est le cas de dame M'po Madeleine, vendeuse de mets dans la commune de Matéri. Contente, elle affirme, « *il y a plus d'un an que j'utilise ce foyer ma cuisson est plus rapidement et j'utilise moins de bois* ».

Comme elle, dame Yêdon'tê Célestine, transformatrice de karité en beurre dans la commune de Matéri, salue l'initiative. Elle déplore la pression humaine qui a engendré la rareté du bois de chauffe dans son milieu.

Mais, elle se réjouit de l'arrivée du foyer Wanrou qui permet de pallier plusieurs problèmes. « *Ici, le gaz n'est pas facilement accessible, on avait l'habitude d'utiliser beaucoup bois de chauffe mais avec le foyer Wanrou on utilise moins de bois et notre cuisine n'est pas jonchée de fumée noire* » fait-elle savoir.



Femmes rurales Matéri

Par ailleurs, ils sont encore nombreux à vouloir du foyer amélioré Wanrou. Il est à noter plus de 6000 foyers améliorés à servir dans les prochains mois selon Jules LANDJOHOU. Avec une demande devenue de plus en plus croissante, l'ONG EcoBénin a parallèlement mis en place un programme de formation des femmes monitrices dans les départements Bénin. Car, justifie-

il, il est important de partager les connaissances avec toutes les communautés. Ce transfert de compétences permettrait de passer à une meilleure vulgarisation du foyer amélioré Wanrou. En terme de stockage du carbone les études estiment que l'utilisation du foyer amélioré wanrou dans plus de 3500 ménages ne serait ce que pour la cuisson des trois repas (matin, midi, soir) permettrait d'éviter l'émission de 10.000 tonnes de dioxyde de carbone.

La communauté de Tanongo étant satisfaite, l'ONG EcoBénin peut se frotter les mains d'avoir innové à travers son foyer amélioré Wanrou qui désormais joue un rôle important dans la réduction du déboisement et contribue au bien-être sanitaire des femmes dans la cuisine. Pour finir, Jules LANDJOHOU, Chargé de programmes de l'ONG EcoBénin, rassure que les ménages qui font usage du foyer amélioré Wanrou, participent non seulement à la réduction considérable à hauteur de 80 % de leur consommation habituelle en bois. Ce qui constitue un effort en matière de lutte contre les changements climatiques.

*Megan Valère SOSSOU*

---

**La UNE du mois d'octobre :  
Journal Santé Environnement**